

# **ATIVIDADE EDUCATIVA SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO PÓS-TRANSPLANTE RENAL (LIGA ACADÊMICA DE ENFERMAGEM NO TRANSPLANTE - PREX Nº FE.2016.PJ.001)**

**XXV Encontro de Extensão**

Flaviane Fabricio Diniz, Naiana Pacífico Alves, Andrezza Silvano Barreto, Fernanda Castro Almeida, Ana Carla Sousa da Silva, Maria Isis Freire de Aguiar

**INTRODUÇÃO:** O transplante renal é uma eficaz forma de tratamento para pacientes com insuficiência renal crônica e garante uma melhor qualidade de vida, quando comparada a diálise. Após o transplante, os pacientes devem adotar hábitos de vida saudáveis, como uma alimentação balanceada, visando evitar doenças ou infecções pós-transplante renal. **OBJETIVO:** Descrever uma atividade de extensão sobre alimentação saudável com pacientes pós-transplantados renais. **METODOLOGIA:** A atividade foi realizada por acadêmicos de Enfermagem, integrantes da Liga Acadêmica de Enfermagem no Transplante-LAET. O público-alvo contemplou dez pacientes na sala de espera do ambulatório de transplante renal de um Hospital Universitário de Fortaleza-CE durante o período de junho, 2016. **RESULTADOS:** Como forma de dinamizar o conteúdo, foi utilizada uma caixa com figuras de alimentos de diferentes grupos alimentares, como: biscoitos, mamão, refrigerante, feijão, etc, e fixada na parede uma prateleira vermelha que representava os alimentos a serem evitados ou com consumo limitado e outra prateleira verde que indicava os alimentos consumidos regularmente e em quantidade balanceada. Em seguida, foi solicitado que cada paciente colocasse os alimentos que achava adequado para cada prateleira e explicasse os motivos. Alguns pacientes relataram dúvidas quanto ao consumo de farinha, feijão e carnes vermelha e branca. Mesmo com o aparecimento dos questionamentos, os pacientes mostraram-se bem informados acerca da dieta adequada pós-transplante. Os pacientes relataram obter conhecimentos a partir de palestras disponibilizadas pelo serviço da equipe de enfermagem. **CONCLUSÃO:** Percebeu-se a importância da realização das atividades de educação em saúde para conscientização sobre a alimentação saudável. Tais práticas feitas de forma dinâmica, envolve a participação do indivíduo, que além de ter o caráter explicativo, é de fundamental significância para esclarecer as dúvidas geradas pelos pacientes.

Palavras-chave: alimentação saudável. educação em saúde. pós - transplante.