Núcleo de Saúde da Família e Atenção Básica da SMS e Ufba realizam Projeto Qualidade de vida para a Guarda Municipal

Date : 01-07-2022

O projeto Mais Qualidade de Vida para Guarda Municipal foi desenvolvido pelo Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (Nasf-AB) em parceria com o curso de nutrição da Universidade Federal da Bahia (UFBA), fazendo o diagnóstico físico e nutricional de 170 guardas do município.

O projeto foi iniciado no mês de abril, a pedido do comandante da Guarda Municipal, capitão Cristóvão Lemos, e foi concluído nessa quinta (30) e sexta-feira (1º), com uma ação educativa no auditório do Serviço Social do Comércio (Sesc), entregando os planos alimentares personalizados para alguns guardas e informações sobre a importância da prática de exercícios e de uma alimentação saudável.

Capitão Lemos, Cristiane Pessoa e Antônio Sampaio (educador físico do Nasf-AB)

De acordo com a coordenadora do Nasf-AB, Cristiane Pessoa, a equipe de nutricionista, educador físico e os estudantes da Ufba, fizeram avaliações antropométricas e questionários de marcadores de consumo alimentar de todos os guardas municipais. “A partir daí, foram selecionados aqueles que apresentaram algum grau de obesidade, hipertensão e diabetes. Para esses foram elaborados cardápios alimentares personalizados. No próximo ano quero estar novamente com eles para avaliarmos os resultados”, afirmou a coordenadora.

O guarda municipal Carlos Roberto Meira, de 40 anos, recebeu o seu plano alimentar e prometeu se dedicar no processo. “Eu espero ter resultado a longo prazo. O primeiro cuidado que devemos ter é com a gente. Como que vamos oferecer segurança, se a gente não tiver seguro? Então vamos nos cuidar, e a partir daí, ter condições de ofertar cuidado e segurança para a população, que é o nosso objetivo”, afirmou Carlos.

Carlos Roberto Matos

A nutricionista e preceptora do estágio de nutrição da Ufba, Janaína Almeida, ressaltou que o projeto é um momento de formação para os alunos e como isso favorece também os guardas. “É uma oportunidade para ensiná-los a fazerem boas escolhas alimentares e identificar o que é comida de verdade, evitando processados e ultraprocessados. Não podemos ser radicais na vida, mas se a gente tiver o conhecimento, conseguimos fazer escolhas melhores escolhas na alimentação e isso promove saúde”, finalizou a preceptora.