RELATO DE EXPERIÊNCIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO ÂMBITO DA SAÚDE MENTAL SEGUNDO O GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA.

**Introdução:** A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) possibilita condutas e mecanismos educacionais que permitem a promoção de hábitos alimentares saudáveis. A realização de ações de EAN no âmbito da saúde mental representa um novo direcionamento para o cuidado integral para esse público. **Objetivo:** Apresentar a experiência vivenciada com a aplicação de atividade utilizando um recurso lúdico-pedagógico em EAN para pacientes internadas em um hospital psiquiátrico de Maceió, Alagoas visando o incentivo a alimentação saudável. **Métodos:** Trata-se de um relato de experiência de caráter qualitativo que descreve a ação desenvolvida de um projeto terapêutico de intervenção nutricional por meio de uma atividade de EAN com as pacientes internadas nas alas femininas de um hospital psiquiátrico localizado em Maceió, Alagoas, em maio de 2024. A atividade teve duração de 30 minutos e utilizou-se o Guia Alimentar para a População Brasileiro como referencial teórico. **Resultados/discussão:** Relato da experiência: A ação de EAN foi realizada na sala de atividades da ala feminina e participaram 9 pacientes. Na parede foi afixado um painel com uma figura de um semáforo, sendo a cor verde para representar os alimentos in natura ou minimante processados, amarelo para os alimentos processados e vermelho os ultraprocessados. Em seguida, procedeu-se com uma explicação sobre os tipos de alimentos e sua classificação utilizando o Guia Alimentar da População Brasileira. Posteriormente, foram distribuídas figuras de alimentos in natura ou minimamente processados, alimentos processados e ultraprocessados de maneira aleatória entre as pacientes. De forma ordenada cada paciente precisava mostrar a imagem do alimento para as demais participantes, fazer um breve comentário sobre o alimento baseado no que aprendeu sobre o tema proposto e colar a figura do alimento na cor correspondente no painel seguindo a classificação do guia. Por fim, foi realizada o fechamento da atividade corroborando com a importância dos bons hábitos alimentares para a saúde. **Conclusão:** Considera-se que a atividade proposta foi de grande relevância para proporcionar conhecimentos sobre alimentação saudável. Pôde-se perceber que as pacientes demonstraram interesse em estabelecer uma relação de cuidado com a alimentação saudável, a qual pôde ser analisada pelo interesse durante a participação e escolhas dos alimentos de forma adequada de acordo com a proposta de classificar os alimentos seguindo as orientações do guia alimentar. Destaca-se que atividades lúdicas são recursos de grande relevância para trabalhar a prática e incentivo da construção de hábitos alimentares saudáveis com pacientes com transtorno mental, pois permite a socialização além da promoção da saúde e da alimentação saudável, além de estabelecer o vínculo/interação do Nutricionista com as pacientes.

**Palavras chaves:** Educação Alimentar e Nutricional, Nutricionista, Saúde mental