

UNIVERSIDADE ABERTA DO BRASIL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
POLO TEÓFILO OTONI – MG

ADALBERTO NUNES RODRIGUES

**ANÁLISE PEDAGÓGICA DE PROGRAMAS DE EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO BRASIL: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

TEÓFILO OTONI/MG
2015

ADALBERTO NUNES RODRIGUES

**ANÁLISE PEDAGÓGICA DE PROGRAMAS DE EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO BRASIL: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Banca Examinadora como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde – CEFPEPS – da UAB/UFMG – Polo Teófilo Otoni/MG.

Orientadora: Prof^ª Msc Vanessa Patrocínio Oliveira

TEÓFILO OTONI/MG
2015

Adalberto Nunes Rodrigues

**ANÁLISE DOS PROGRAMAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO
BRASIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho apresentado ao Curso de Especialização de Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do Certificado de Especialista.

BANCA EXAMINADORA:

Profa. Vanessa Patrocínio de Oliveira (Orientadora)

Profa. Sônia Maria Nunes Viana

Data de aprovação: **11/07/2015**

*Dedico este trabalho a minha princesa,
minha querida filha,
Beatriz Santos Rodrigues,
luz do meu caminho.
Motivo pelo qual jamais cessarei
a busca por um mundo e uma vida melhor.*

RESUMO

A Educação alimentar e Nutricional, além de uma disciplina dos cursos de formação em nutrição, é uma ferramenta utilizada pelos profissionais nutricionistas para promover a mudança dos hábitos alimentares e conseqüente promoção da saúde individual e coletiva. A literatura na área encontra-se em constante expansão e a cada dia novas técnicas pedagógicas são adotadas como forma de emancipar as pessoas, promovendo-lhes autonomia no cuidado da própria saúde e da família.

Assim, torna-se importante a análise pedagógica das atividades científicas desenvolvidas na área para que seja fortalecido o crescimento, a melhoria e consolidação da Educação Alimentar e Nutricional como estratégia da Educação em Saúde.

Os trabalhos científicos desenvolvidos por nutricionistas têm se mostrado relevantes como técnicas didático-pedagógicas, demonstrando a importância das abordagens da educação adaptadas para a Ciência da Nutrição.

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional, educação em saúde, saúde, educação, pedagogia, prevenção, emancipação, alimentação, nutrição, nutricionista.

ABSTRACT

Food and Nutrition Education, in addition to a discipline of nutrition training courses, is a tool used by nutritionists to promote changes in eating habits and consequent promotion of individual and collective health. Literature in the area is constantly expanding and new pedagogical techniques are adopted every day as a way to emancipate people, promoting autonomy in the care of their own health and the family.

Thus, it becomes important the pedagogical analysis of scientific activities developed in the area to strengthen the growth, improvement and consolidation of Food and Nutrition Education as a strategy of Health Education.

The scientific work developed by nutritionists has proved to be relevant as didactic-pedagogical techniques, demonstrating the importance of education approaches adapted to the Science of Nutrition.

Keywords: food and nutrition education, health education, health, education, pedagogy, prevention, emancipation, nutrition, nutrition, nutritionist.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	07
2 OBJETIVOS.....	09
2.1 <i>Objetivos Gerais</i>	09
2.2 <i>Objetivos Específicos</i>	09
3 REVISÃO DE LITERATURA.....	10
3.1 <i>A educação alimentar e nutricional como estratégia da educação em saúde</i>	11
3.2 <i>O profissional nutricionista e a atuação pedagógica em educação alimentar e nutricional</i>	12
4 PERCURSO METODOLÓGICO.....	13
5 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	14
6 CONCLUSÃO.....	21
REFERÊNCIAS.....	24

1 INTRODUÇÃO

A educação alimentar e nutricional (EAN) ao contrário do que pensamos não é uma disciplina ou ferramenta nova. Os pais, por exemplo, a praticam todos os dias ensinando os seus filhos a se alimentarem desde a infância até que esses comecem a escolher sozinhos os seus alimentos. Registros do Egito Antigo datados em 3.400 a.C já relatavam e padronizavam pelo governo as formas corretas de alimentação do povo segundo os padrões socioculturais daquela época, ou seja, os egípcios se alimentavam conforme os seus costumes, cultura e disponibilidade de alimentos, daquele modo, eram formados os comportamentos alimentares de geração para geração, assim como acontece hoje (ORNELLAS, 1978 apud IRIBARREM, 2006).

Contemporaneamente, a crescente evolução da sociedade junto com a tecnologia, somados ao estresse da correria do dia a dia e a situação socioeconômica desfavorável, tem feito a alimentação ficar em segundo ou terceiro plano, muitas vezes retirando a qualidade necessária para que esta seja saudável, traçando um perfil nutricional de risco tanto do nível individual quanto populacional nas várias faixas etárias. No mesmo problema, a quantidade de informações em saúde, principalmente neste assunto tem crescido demasiadamente na tentativa de melhorar a escolha e qualidade dos alimentos que as pessoas estão produzindo e consumindo, tornado o assunto “alimentação” ou “hábitos saudáveis” complexos (BARBOSA, 2007).

Neste contexto, a EAN tem sua relevada importância nos campos da saúde, alimentação e nutrição, visto que, surgiu para auxiliar as pessoas na tomada de decisões e consequente promoção da saúde, estimulando o enfrentamento dos desafios da sociedade moderna em prol da saúde, encontrando-se em constante crescimento na sua literatura científica (SANTOS, 2012).

O ato de ensinar e o resultado de aprender geram mudanças nos indivíduos que a partir da assimilação de novas informações começam a viver novas experiências que devem ser positivas e construtivas, neste contexto, a Pedagogia é a ciência que fornece a conduta científica do ensino e aprendizagem, aquela que estabelece formas e ferramentas de ensinar e mensurar o aprendizado, o que é referido como práxis ou conduta educativa. Assim, a educação alimentar e nutricional no cenário atual pode ser considerada uma práxis (PARREIRA, 2007).

Com o surgimento do primeiro curso de Nutrição no Brasil em 1939, na Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP), e a regulamentação da profissão de nutricionista pela Lei 5.276 em 24 de abril de 1967, este profissional da saúde passou a ser o principal responsável

pela promoção da prática em Educação Alimentar e Nutricional dos indivíduos e da coletividade no Brasil, atribuição reconfirmada pela nova Lei 8.234 de 1991 em seu artigo 3º, inciso VII. Ressalta-se que desde a década de quarenta, época do surgimento dos primeiros cursos de Nutrição, o país passava por importantes transformações nas políticas de alimentação e nos hábitos alimentares, reforçando assim a maior necessidade do desenvolvimento de ações com foco na promoção de hábitos alimentares saudáveis e, por consequente, qualidade de vida (VASCONCELOS; CALADO, 2011).

Com o crescimento do interesse da população pela alimentação saudável, e o impasse das informações errôneas e facilitadas sobre o assunto nos meios de comunicação como a Programação da TV, internet (sites, redes sociais), revistas e situação socioeconômica e cultural do Brasil, o profissional nutricionista deve estar pronto para preencher ou mudar lacunas do comportamento alimentar dos vários tipos de pessoas, nas várias situações fisiopatológicas, sociais e idades.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivos Gerais

O presente estudo tem como objetivo a análise pedagógica de estratégias e trabalhos de Educação Alimentar e Nutricional desenvolvidos no Brasil e seus resultados junto ao público assistido, colocando em evidência a participação do profissional nutricionista como um efetivo educador em saúde que promove a busca pela emancipação da realidade de insegurança alimentar no Brasil.

É de extrema relevância que o profissional da nutrição esteja apto a ser um facilitador de mudanças de realidades sociais e alimentares por meio da educação alimentar e nutricional (práticas alimentares saudáveis). Por meio deste trabalho será possível aferir a importância da formação dos novos nutricionistas com um olhar técnico-pedagógico, utilizando das várias ferramentas de ensino e aprendizagem no campo da alimentação, nutrição e saúde, promovendo como importante resultado: a promoção da saúde, a redução e a prevenção do adoecimento.

2.2 Objetivos específicos

- Conhecer os estudos e ensaios desenvolvidos por nutricionistas no campo da Educação Alimentar e Nutricional;
- Conhecer as técnicas e ferramentas pedagógicas utilizadas pelos profissionais nutricionistas enquanto educadores em saúde;
- Confirmar o se as estratégias educacionais em alimentação e nutrição estão promovendo a emancipação das pessoas no que se refere a correta conduta alimentar (alimentação saudável).

3 REVISÃO DE LITERATURA

É preciso transformar realidades, nesta afirmação vemos que a educação em saúde é uma ferramenta forte que visa valorizar os contextos sociais, econômicos e culturais da comunidade juntamente com a promoção da saúde (CERVERA, et al, 2011). É importante destacar que desde a década de 60, o Brasil vive uma transição social, econômica, epidemiológica, demográfica e de saúde, tendo como resultados a aumento do envelhecimento da população, a queda da mortalidade e a redução da natalidade, assim, com o aumento da população idosa a incidência e prevalência de doenças crônicas não transmissíveis como neoplasias, diabetes, cardiopatias, doenças respiratórias crônicas e doenças musculoesqueléticas também cresceram (SILVA, 2014). Neste contexto, a educação em saúde chegou como uma prática emancipadora, conforme conceitos do Ministério da Saúde (MS):

Educação em saúde: 1) Processo educativo de construção de conhecimentos em saúde que visa a apropriação temática pela população e não a profissionalização ou carreira na saúde. 2) Conjunto de práticas do setor que contribui para aumentar a autonomia das pessoas no seu cuidado e no debate com os profissionais e os gestores a fim de alcançar uma atenção de saúde de acordo com suas necessidades¹.

Em análise aos conceitos do Ministério da Saúde, Falkenberg (2014), afirma que as práticas de educação em saúde envolvem três tipos de atores prioritários; estes são os profissionais da saúde que além de valorizar as práticas curativas, valorizam também as preventivas, temos também os gestores que incentivam e apoiam as ações desses profissionais e por fim a população, que necessita se tornar autônoma nos cuidados por meio da construção dos seus conhecimentos, seja no meio coletivo ou individual. Como processo político-pedagógico, a educação em saúde tem como requisito o desenvolvimento de um pensar crítico e reflexivo, permitindo que seja revelada a realidade na qual se está inserido e propor ações transformadoras que levem a autonomia e a emancipação das pessoas como seres sociais, históricos, capazes de auto propor e opinarem nas decisões da saúde da família, da saúde própria e da saúde da coletividade.

No que se refere a EAN como ferramenta da Educação em Saúde, Santos (2012), em seu estudo “O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão”, afirma

¹ BRASIL. Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Departamento de Gestão e da Regulação do Trabalho em Saúde. Câmara de Regulação do Trabalho em Saúde. Brasília: MS; 2006. Disponível em: < http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_gestao_trabalho_2ed.pdf > Acessos em 06 de jun. 2015

que o I Fórum de Educação Alimentar e Nutricional para a Promoção da Saúde e Direito Humano à Alimentação Adequada, realizado em 2006, teve como temática a EAN "como processo e ferramenta fundamental para a Promoção da Saúde", já o II, ocorrido em 2008 discutiu "as atuais práticas de educação em saúde e o uso de métodos e técnicas de educação alimentar e nutricional como estratégia de promoção da alimentação saudável, saúde e constituição da cidadania dos sujeitos, contribuindo para o seu empoderamento no cuidado com a própria saúde".

3.1 A educação alimentar e nutricional como estratégia da educação em saúde

A Educação Alimentar e Nutricional é um importante instrumento para a promoção dos hábitos alimentares saudáveis, sendo uma estratégia das políticas públicas em alimentação e nutrição. O interesse pela EAN surgiu da década de 1940 e, até 1970 estava relacionada com a chegada de novos alimentos para a população puramente para fins econômicos, materiais informativos e ao privilégio de condutas de suplementação alimentar e combate a carências nutricionais específicas. Ainda em 1970, a renda era a referenciada como principal obstáculo à alimentação adequada, sendo nesse período a educação nutricional menos destacada nos programas de saúde pública (RAMOS, 2013).

No ano de 2012, o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS) apresentou o “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas”², enfatizando que o conceito de EAN deve considerar desde a sua evolução histórica e política no Brasil até as várias dimensões do alimento e da alimentação e os diferentes campos de saberes e práticas, aderindo uma ação que integre o conhecimento científico ao popular.

Ainda sobre o marco estabelecido pelo MDS, temos a ratificação da ideia de que a educação é um processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos, considerando que as abordagens pedagógicas e educativas utilizadas pela EAN devem priorizar os processos ativos que fomentem as práticas e conhecimentos populares das realidades das famílias, indivíduos, suas famílias e grupos, oportunizando a integração permanente entre teoria e prática, ou seja, se é permanente significa que a EAN deve estar presente ao longo do curso da vida, se

² Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília: MDS; 2012.

Disponível em: <http://www.ideiasnamesa.unb.br/files/marco_EAN_visualizacao.pdf>

Acessos em 06 de jun. 2015

adaptando a todas as situações em que o indivíduo vivencie, desde a formação dos primeiros hábitos alimentares durante a infância, até a organização da alimentação fora de casa na adolescência e idade adulta.

3.2 O profissional nutricionista e a atuação pedagógica em educação alimentar e nutricional

O nutricionista possui papel fundamental quanto a solução dos problemas alimentares, ou seja, no contexto da promoção em saúde por meio de implementação de técnicas pedagógicas que ofereçam o ensino e prática da mudança de comportamento. A prática do profissional da nutrição assume um papel de desenvolver uma educação nutricional que seja eficiente, com ações que realmente promovam a mudança dos hábitos alimentares dos indivíduos e de suas famílias, cabendo destacar que tal processo se refere ao ensino e aprendizagem e não ao adestramento. Em outras palavras, deve ser um processo educativo desenvolvido como forma de fortalecer o desenvolvimento da pessoa, na busca de sua integração, harmonia, nos vários níveis do físico, emocional e intelectual (FERREIRA, 2007).

Borelli (2015), recorda que o nutricionista tem como prioridade atuar no âmbito comunitário, familiar e garantir de forma indireta a atenção nutricional individualizada. Neste contexto, a formação dos profissionais da saúde visa atender as necessidades de respostas do Sistema de Saúde pública, pautando a integração da rede pública de serviços de saúde e a formação da educação permanente através da incorporação e educação integral do processo saúde-doença-adoecimento (JUNQUEIRA, 2014).

Segundo o “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas” do MDS (BRASIL, 2012, p. 37), a formação do nutricionista, seja na graduação ou pós-graduação, encontra desafios nos métodos de ensino específicos em Educação Alimentar e Nutricional; pesquisas com financiamento reduzido; número insuficiente de docentes com formação específica e experiência em EAN; números de práticas insuficientes, dificuldade de articulações entre com outras ciências como a antropologia da alimentação, a sociologia, a ética e a filosofia; dificuldades em tornar a EAN “transversal” no projeto pedagógico; pouca utilização de referenciais teóricos da área de pedagogia e educação; preeminência da abordagem biomédica; dificuldade em tornar a EAN como um eixo importante de reflexão para outras disciplinas curriculares do curso de graduação.

4 PERCURSO METODOLÓGICO

O presente estudo é uma revisão integrativa da literatura pertinente à educação em saúde na área da alimentação e nutrição. Este método é relativamente novo para a Ciência da Nutrição e permite a “síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma particular área de estudo” (MENDES, *et al*, 2008).

A coleta e análise dos dados científicos ocorreu entre os meses de abril e junho de 2015, em sites específicos como Scielo (*Scientific Electronic Library*), Literatura Latino-Americana de Ciências da Saúde (LILACS) e outros. Para disponibilização do material foram utilizadas as palavras-chave ou termos: “educação” “alimentar” “nutricional”. É importante ressaltar que os textos que estavam disponibilizados em outros sites de através de link de redirecionamento, foram referenciados no site onde encontravam-se hospedados efetivamente.

Como critério de inclusão da amostra, foram analisados estudos do tema proposto realizados por pesquisadores brasileiros da Ciência da Nutrição disponibilizados nas bases de dados selecionadas para a pesquisa, estudos disponibilizados na íntegra, publicados entre 2003 a 2015 na modalidade de artigos científicos.

Os estudos cuja publicação ocorreu antes do ano de 2003, em idiomas que não fosse a língua portuguesa ou que não apresentavam ferramentas práticas em EAN e seus resultados práticos sistematizados entraram no critério de exclusão.

A busca pela literatura científica pertinente ao tema resultou em 30 artigos, dos quais foram analisados 07 que atenderam os critérios de inclusão desta revisão estabelecidos previamente. Nota-se a literatura científica do tema, apesar de estar em fase de atualização, encontra-se pequena e carecendo de publicações mais recentes, ou seja, de estudos científicos atualizados.

Os textos foram analisados visando atender as respostas temáticas do Quadro 01.

O referencial teórico para abordagem pedagógica das técnicas de educação alimentar e nutricional são as disponibilizadas nos artigos científicos relacionados a Pedagogia e materiais da área de pedagogia/educação disponibilizados no site do Ministério da Educação (MEC) e as plataformas anteriormente citadas. As técnicas pedagógicas a serem observadas de acordo com a literatura são aquelas para promoção de ensino e aprendizagem, portanto, de caráter qualitativo. Os dados quantitativos não serão analisados, mas explanados resumidamente para fins de compreensão dos resultados dos trabalhos executados quando necessários.

5 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A análise dos artigos científicos selecionados foi organizada em quadro (Quadro 1), que apresenta os estudos incluídos na revisão integrativa, de acordo autores e ano de publicação, título, local de execução, metodologia pedagógica utilizada e os resultados obtidos:

Autor, ano	Título	Local de execução	Público alvo	Metodologia pedagógica	Resultados
JAIME, et al., 2007	Educação nutricional e consumo de frutas e hortaliças: ensaio comunitário controlado	Comunidade	Famílias de baixa renda	Técnica de grupo focal para diagnóstico de limitações e barreiras ao consumo de frutas e hortaliças. Técnicas motivacionais de oficina culinária promovendo contato com diferentes frutas e hortaliças, preparo e degustação de receitas culinárias com as mesmas.	Aumento do percentual calórico proveniente da ingestão de frutas e hortaliças, bem como, aumento na aquisição desses alimentos.
ALVAREZ; ZANELLA, 2009	Impacto de dois programas de educação nutricional sobre o risco cardiovascular em pacientes hipertensos e com excesso de peso	Ambulatório Universitário	Pacientes hipertensos e com excesso de peso	Orientações nutricionais interativas (atividades de grupo) para confecção da própria dieta, aplicação de recursos pedagógicos-nutricionais como roda dos alimentos, interpretação de rótulos, refeição fora de casa e abordagem sobre influência da mídia na alimentação.	Redução do consumo energético, diminuição do consumo de carboidratos e colesterol, aumento no consumo de proteínas e fibras. Redução do IMC e circunferência da cintura e quadril, redução significativa da pressão sistólica e diastólica; redução dos níveis séricos de triglicérides e colesterol.
BOOG, 2010	Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural	Escola e Comunidade rural	Alunos da pré-escola a 7ª série e professores	Cruzadinhas, calendário agrícola, caça palavras e a criação de uma maquete representava o cotidiano, o trabalho e a história de suas famílias.	Aprendizado de valorização do trabalho, da história, da identidade cultural, e fortalecendo a autoestima das famílias produtoras de frutas.
FERNANDES, et al (2009)	Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar	Instituições de Ensino Fundamental pública e privada	Escolares (2ª série do ensino fundamental)	Teatros de fantoches, músicas, histórias infantis, cartazes e brincadeiras sobre alimentação e saúde	Apesar da prevalência do sobrepeso/obesidade, houve melhora nos hábitos alimentares

	de escolares do ensino fundamental						durante estadia na escola por parte do grupo de intervençao.
YOKOTA, et al. (2010)	Projeto "a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis": comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil	Escolas de ensino infantil e fundamental	Alunos e professores		Palestras e Oficinas com temas de alimentação e nutrição. Utilização de questionários para os professores e instrumentos lúdico para as crianças		Melhora no conhecimento sobre alimentação, nutrição e saúde.
BOOG, et al, 2003	Utilização de vídeo como estratégia de educação nutricional para adolescentes: comer... o fruto ou o produto?	Centro de Atenção Integral à Mulher	Adolescentes		Oficina educativa com apresentação de vídeo sobre educação em saúde focado na alimentação. Aplicação de questionário para <i>feedback</i> pós Oficina.		Os participantes obtiveram senso-crítico sobre a temática da alimentação nas esferas sociais, políticas e biológicas. Houve despertamento de interesse pelo tema, que outrora não tinha relevada importância para o público-alvo.
CERVATO, et al, 2005	Educação nutricional para adultos e idosos: uma experiência positiva em Universidade Aberta para a Terceira Idade	Instituições de Ensino Superior (Universidades Abertas)	Adultos com 45 anos de idade ou mais		Aulas expositivas sobre nutrição e saúde, distribuição de apostilas e guia alimentar. Aplicação de questionário e ficha de alimentos consumidos após fase das aulas.		Houve aumento no conhecimento sobre nutrição, diminuição da ingestão de gorduras, proteínas e colesterol. Melhora na escolha dos alimentos e sua preparação e na ingestão de água por motivos de saúde.

Quadro 01 - Análise dos estudos de acordo autores e ano de publicação, local de execução, metodologia pedagógica utilizada e os resultados obtidos.

A análise visou responder o eixo temático central do estudo, portanto, verificar se as técnicas de educação alimentar e nutricional contemplam práticas pedagógicas emancipadoras que objetivam a promoção do ensino e aprendizagem em alimentação e nutrição, transformando os hábitos alimentares e conseqüentemente mudando a realidade do público-alvo assistido, libertando-os dos maus hábitos alimentares, da realidade de insegurança alimentar, promovendo a prevenção em saúde.

No conjunto do tema é importante frisar que a educação é definida como um processo capaz de proporcionar às pessoas a oportunidade de se tornarem sujeitos ativos do processo que estão vivendo, atuando de forma crítica e reflexiva na construção do conhecimento (ALMEIDA, et al., 2013).

O conhecimento sobre práticas alimentares saudáveis pode ser observado em diversas estratégias do tema “alimentação e nutrição”; assim, pode-se dizer que este conhecimento é o resultado da união dos conceitos de segurança alimentar e promoção da saúde, sendo esta última fundamental para solução das dificuldades enfrentadas no processo saúde-doença-cuidado (SANTOS, 2005).

Sobre Segurança Alimentar Panigassi, et al. (2008), afirmam que esta é alcançada quando todos os membros de uma família, de forma social justa e aceitável, têm acesso ao consumo de alimentos em qualidade e quantidade adequadas, proporcionando assim para cada um, uma vida saudável e produtiva.

Por meio de um programa educativo realizado em uma comunidade pobre da cidade de São Paulo/SP no ano de 2004 por Jaime, et al. (2007) constatou-se que nem sempre a pobreza é a causa da insegurança alimentar, os hábitos e as escolhas dos atores envolvidos podem representar outra justificativa para a causa. Utilizando técnicas de intervenções cognitivas e impulsoras de ações comportamentais como a técnica de grupo focal, encontro motivacional através de oficinas práticas de receitas e palestras informativas, após certo período, constatou-se aumento na aquisição de frutas e hortaliças por família do grupo de intervenção, apesar da baixa renda, o que aumentou significativamente a ingestão calórica proveniente daqueles alimentos e consequentemente a biodisponibilidade de micronutrientes.

Em sua publicação que foi resultado de uma tese de doutorado, Ressel, et al. (2008) afirmam que a técnica de grupo se diferencia principalmente pela interação grupal, que é resultante da procura de dados após estímulos apropriados para o debate. No trabalho desenvolvido por Jaime et al, (2007) percebe-se esta interação entre os educandos envolvidos em vivência de aproximação, favorecendo participações, trocas e descobertas, oportunizando a interpretação de valores, crenças, conceitos, confrontos e pontos de vistas, o que desencadeou a formação de novas ações e consequentemente mudou a situação outrora vivida de insegurança alimentar.

Alvarez; Zanella (2009), em seu trabalho científico realizaram dois programas de educação nutricional direcionados a 92 pacientes hipertensos ou com sobrepeso/obesidade com condutas

alimentares não recomendáveis. Os participantes foram divididos em dois grupos, utilizou-se métodos quantitativos como a Avaliação Nutricional, métodos qualitativos como inquéritos alimentares e lúdicos-pedagógicos como reuniões de grupo e orientações nutricionais de forma interativa, com recursos audiovisuais por meio de quadro e retroprojeto.

As técnicas empregadas foram: roda dos alimentos, interpretação de rótulos, refeição fora de casa e abordagem sobre influência da mídia na alimentação. Foram obtidos resultados positivos na mudança de hábitos alimentares dos participantes e consequente redução do Índice de Massa Corporal (IMC), circunferência da cintura e melhora do perfil metabólico.

Boog (2010) desenvolveu um trabalho educativo denominado “Ensinando amar a terra e o que a terra produz” com alunos da pré-escola à 7ª série de uma escola da zona rural do Estado de São Paulo. Apesar da região ser produtora de frutas, após três pesquisas diagnósticas, a pesquisadora concluiu através de métodos quantitativos uma baixa ingestão desse alimentos, principalmente por estarem mais relacionados ao trabalho e que não há uma atenção para o plantio e produção de verduras e hortaliças; que não havia uma valorização daquilo que produziam, bem como, o entendimento dos benefícios de uma alimentação saudável.

Durante 04 dias foram desenvolvidas atividades motivacionais envolvendo uma história relacionada a plantação de figo, a fruta da região, atividades em sala de aula como cruzadinhas, calendário agrícola, caça palavras sobre alimentação e saúde e a criação de uma maquete que representava o cotidiano, o trabalho e a história de suas famílias.

Como resultado do trabalho de Boog (2010), observou-se a reflexão crítica sobre as práticas alimentares e a importância do trabalho do agricultor que produz o alimento e no final, além dos alunos, envolveu as suas famílias, professores e a comunidade. As frutas produzidas passaram a ser reconhecidas como alimento e direito do agricultor que as produz.

Fernandes, et al. (2009) realizaram um programa de educação alimentar e nutricional com escolares da 2ª série do ensino fundamental de duas instituições da cidade de Florianópolis/SC, uma privada e outra pública. As crianças foram divididas em grupos de intervenção e sem intervenção em cada escola, sendo submetidas a avaliação antropométrica (peso e altura) e inquérito alimentar com ajuda das professoras que foram previamente treinadas. As técnicas lúdico-pedagógicas utilizadas com os grupos de intervenção foram teatros de fantoches, músicas e histórias infantis, cartazes e brincadeiras, priorizando a interação e participação dos escolares com o objetivo de processo educacional dinâmico e interativo.

É importante ressaltar que do ponto de vista pedagógico, quando se trata do mundo infantil a imaginação é ilimitada, pois é brincando que a criança explora e compreende o mundo ao seu redor. Interagindo com o mundo real de forma lúdica por meio de pinturas, desenhos, danças, brincadeiras, bagunça, cantos, rabiscos, entre outros, acontece uma sintonia harmônica entre o imaginário e a realidade, resultando no aprendizado, desenvolvimento e crescimento infantil (RAVELLI; MOTTA, 2005).

No trabalho em análise, foram realizados oito encontros quinzenais com 50 minutos cada, sendo apresentados temas como alimentos e nutrientes, guia da pirâmide alimentar e sua utilização na construção de cardápios de lanches, grupos alimentares, digestão dos alimentos e absorção dos nutrientes.

Nos resultados observou-se a prevalência de sobrepeso/obesidade em ambos os grupos, nas turmas de intervenção ocorreu a diminuição no consumo de alimentos como salgadinhos e sucos artificiais, bala, goma de mascar, pirulito e pipoca industrializada, alimentos proibidos pela Lei das Cantinas do Estado de Santa Catarina, quanto ao refrigerante, alimento também proibido, houve aumento do percentual do consumo em ambos os grupos. Quanto aos alimentos que tiveram seu consumo incentivado por serem adequados nutricionalmente para o lanche escolar, constatou-se o aumento no consumo de cereal matinal e sanduíche.

Na mesma linha de trabalho Yokota, et al. (2010) realizaram duas estratégias de educação nutricional e alimentar em uma comunidade escolar composta por escolas públicas e privadas do ensino infantil e fundamental. Em um determinado grupo de escolas os professores foram capacitados em EAN pela equipe do projeto para aplicação das práticas educativas aos seus alunos, no outro grupo os alunos receberam diretamente daquela equipe palestras sobre o mesmo tema.

Após as atividades em ambos os grupos foram utilizados métodos para avaliação do conhecimento sobre nutrição: para os professores foi aplicado um questionário de “verdadeiro ou falso”, para as crianças foram utilizados dois instrumentos quantitativos com formatos de figuras e jogos que segundo os autores são mais atrativos visualmente e de melhor compreensão para a faixa etária. O primeiro instrumento versou de relação de colunas envolvendo os grupos de alimentos da pirâmide alimentar, o segundo foi uma história em quadrinhos sobre “higiene das mãos antes da realização das refeições”, na qual as crianças tinham de ordenar os eventos do cotidiano como “brincar”, “chegar da escola”, “fazer a refeição”, “lavar as mãos”.

Com este trabalho os autores concluíram que as duas práticas em educação nutricional foram úteis para promoção do conhecimento sobre alimentação, nutrição e saúde de professores e alunos, ressaltando que a promoção dos bons hábitos alimentares faz parte do conjunto para adoção de um estilo de vida mais saudável.

Já no público adolescente, Boog, et al. (2003) realizaram uma Oficina com a apresentação de um vídeo chamado “Comer... o fruto ou o produto?” como ferramenta de educação alimentar e nutricional para jovens que trabalhavam como *office-boys* em uma instituição pública. A estratégia objetivou o “acesso aos níveis cognitivo, afetivo e da ação e aos códigos de comunicação de modo geral”, capitando ideias e percepções. Após a exibição do vídeo por duas vezes, o grupo foi dividido em três subgrupos, onde foram aplicadas atividades de interpretação, sendo lançadas questões distintas, como a identificação dos assuntos tratados no vídeo, identificação dos personagens e imagens marcantes.

Após três meses foi aplicado um questionário individual que constatou um resultado positivo na geração de conhecimento e opinião sobre a alimentação, influência das marcas e o poder da publicidade e o impacto da desigualdade social causada por uma cena de um homem comendo no lixo.

Segundo Freitas (2007), os vídeos e DVD's facilitam a compreensão do mundo real e dos fenômenos naturais porque podem apresentar fatos do passado e do presente, e também a previsão do futuro. Trazem para perto os locais distantes, expõem os problemas e propõem soluções, estimulando a criatividade e trabalhando o imaginário, características observadas no trabalho de Boog, et al. (2003).

Cervato, et al. (2005) desenvolveram na cidade de São Paulo/SP, uma intervenção nutricional junto a adultos de 45 anos de idade ou mais, frequentadores de quatro instituições de ensino superior (Universidades abertas para terceira idade). Os pesquisadores usaram métodos pré-teste e métodos pós-teste, inicialmente foram realizados questionários para conhecer o consumo alimentar dos participantes e suas noções sobre nutrição humana e frequência alimentar, após 06 meses da intervenção foram aplicados novos questionários, incluindo teste de noção sobre o assunto.

A intervenção educativa foi realizada em duas partes: orientação geral e orientação específica: A primeira versou de aula sobre nutrição realizada por nutricionistas que receberam treinamento para participação da pesquisa. As aulas foram interativas, com recursos visuais, um

conjunto de transparências e uma apostila como apoio didático. Os temas abordados foram: grupo de alimentos e suas funções no organismo, importância da alimentação para a saúde dos indivíduos, autocuidado em nutrição, necessidades e recomendações nutricionais específicas para a população idosa e orientações alimentares individuais.

Os resultados observados na intervenção de Cervato, et al. (2005), em seu pós-teste foram aumento da média da pontuação do teste sobre conhecimento em nutrição humana, alguns não apresentaram mudança na alimentação, mas, a maioria dos participantes mudaram a sua alimentação alegando “motivos de saúde”. Houve redução do consumo de colesterol, de proteínas e gorduras. As modificações de hábitos mais comentadas foram a maneira de preparar os alimentos, a ingestão de água e o tipo de alimento consumido.

6 CONCLUSÃO

A literatura científica aponta que a Educação Alimentar e Nutricional no Brasil tem se consolidado cada vez mais como ferramenta da Educação em Saúde no Brasil. Os trabalhos científicos analisados mostram que as técnicas de educação alimentar e nutricional desenvolvidas pelos nutricionistas brasileiros possuem sim, cunho didático-pedagógico, ou seja, são técnicas científicas da área da educação adaptadas para a Ciência da Nutrição com a finalidade da promoção de educação em saúde que em prática fomentam a mudança dos hábitos alimentares ou melhora dos conhecimentos sobre alimentação, nutrição e saúde.

Um processo educativo demanda tempo e força de vontade daqueles que por ele passam, sendo observado que as atividades educativas foram proporcionadoras de novas perspectivas para a maioria das pessoas envolvidas, não atingindo apenas uma minoria independentemente de faixa etária. O motivo poderia ser o curto tempo de experiência ou algum tipo de resistência ou dificuldade para o aprendizado ou mudança de conduta, outros fatores antagonistas podem ser o estilo de vida cultural e política.

Os trabalhos que envolveram crianças e adolescentes mostraram-se mais focados ao ensino, provavelmente pelos tipos de atividades desenvolvidas, neste caso lúdica-pedagógica que são mais específicas a este público e o espaço escolar que é um local de ensino e aprendizagem, 03 dos 07 trabalhos analisados foram realizados em escolas.

As atividades pedagógicas em Educação Alimentar e Nutricional contemplaram não somente a relação educando/educador, mas a comunidade e demais agentes envolvidos na realidade alimentar de cada local, assim, é conveniente que elas ultrapassem as barreiras dos estudos experimentais e sejam cada vez mais aplicadas nas diversas comunidades e públicos, não só com o objetivo do ensino do autocuidado ou prevenção em saúde, mas também para estimular as pessoas a se emanciparem cada vez mais das realidades sociais que promovem o adoecimento frequente, principalmente por doenças crônico-degenerativas.

É importante que o ensino dos bons hábitos alimentares seja inserido efetivamente na Estratégia de Saúde da Família, envolvendo não apenas os profissionais nutricionistas, mas toda a equipe interdisciplinar em saúde e afins, afinal a alimentação saudável está intimamente ligada à qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA-BITTENCOURT, Patrícia Afonso de; RIBEIRO, Paula Severino Azambuja; NAVES, Maria Margareth Veloso. **Estratégias de atuação do nutricionista em consultoria alimentar e nutricional da família.** Rev. Nutr., Campinas, v. 22, n. 6, p. 919-927, dez. 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732009000600013&lng=pt&nrm=iso>.

Acessos em 03 jul. 2015.

ALVAREZ, Tatiana Souza; ZANELLA, Maria Teresa. **Impacto de dois programas de educação nutricional sobre o risco cardiovascular em pacientes hipertensos e com excesso de peso.** Rev. Nutr., Campinas, v. 22, n. 1, p. 71-79, fev. 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732009000100007&lng=pt&nrm=iso>.

Acessos em 03 jun. 2015.

BARBOSA, Livia. Feijão com arroz e arroz com feijão: o Brasil no prato dos brasileiros. **Horiz. antropol.** Porto Alegre, v. 13, n. 28, p. 87-116, Dec. 2007.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-71832007000200005&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 13 Jun. 2015.

BOOG, Maria Cristina Faber et al. **Utilização de vídeo como estratégia de educação nutricional para adolescentes: comer... o fruto ou o produto?** Rev. Nutr. [online]. 2003, vol.16, n.3, pp. 281-293. ISSN 1678-9865.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732003000300006&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 02 jun. 2015

BOOG, Maria Cristina Faber. **Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural.** Rev. Nutr., Campinas, v. 23, n. 6, p. 1005-1017, dez. 2010 .

Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732010000600007&lng=pt&nrm=iso>. A

Acessos em 30 mai. 2015.

BORELLI, Marina et al. **A inserção do nutricionista na Atenção Básica: uma proposta para o matriciamento da atenção nutricional.** Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2015, v. 20, n. 9, pp. 2765-2778. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232015209.13902014>>. ISSN 1678-4561.

Acessos em 13 Jun. 2015.

BRASIL. **Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** Brasília: MDS; 2012. Disponível em: <http://www.ideiasnamesa.unb.br/files/marco_EAN_visualizacao.pdf>

Acessos em 06 de jun. 2015

BRASIL. **Ministério da Saúde (MS)**. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Departamento de Gestão e da Regulação do Trabalho em Saúde. Câmara de Regulação do Trabalho em Saúde. Brasília: MS; 2006.

Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_gestao_trabalho_2ed.pdf>
Acessos em 06 de jun. 2015

CERVATO, Ana Maria et al. **Educação nutricional para adultos e idosos: uma experiência positiva em Universidade Aberta para a Terceira Idade**. Rev. Nutr., Campinas, v. 18, n. 1, p. 41-52, fev. 2005. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732005000100004&lng=pt&nrm=iso>.

Acessos em 03 Jun. 2015.

CERVERA, Diana Patrícia Patino; PARREIRA, Bibiane Dias Miranda; GOULART, Bethania Ferreira. **Educação em saúde: percepção dos enfermeiros da atenção básica em Uberaba (MG)**. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 16, supl. 1, p. 1547-1554, 2011. Disponível em:<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232011000700090&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 05 jun. 2015

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. **Resolução CFN N° 334/2004. Dispõe sobre o Código de Ética do Nutricionista e dá outras providências.**

Disponível em:

<http://www.cfn.org.br/novosite/pdf/codigo/codigo%20de%20etica_nova%20redacao.pdf>

Acessos em 29 abr. de 2015

FALKENBERG, Mirian Beniteset al. **Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva**. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2014, v. 19, n. 03, pp. 847-852. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.01572013>>.

Acessos em 07 de jun. 2015.

FERNANDES, Patrícia S. et al. **Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar de escolares do ensino fundamental**. J. Pediatr. (Rio J.), Porto Alegre, v. 85, n. 4, p. 315-321, ago. 2009.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572009000400008&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 20 de jun. 2015.

FERREIRA, Vanessa A.; MAGALHAES, Rosana. **Nutrição e promoção da saúde: perspectivas atuais**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 23, n. 7, p. 1674-1681, Jul. 2007.

Disponível em:<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2007000700019&lng=en&nrm=iso>. Acessos em 15 jun. de 2015

FREITAS, Olga. **Equipamentos e materiais didáticos**. Brasília: Universidade de Brasília, 2007. p. 44

Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/equip_mat_dit.pdf>

Acessos em 15 jun. de 2015

IRIBARREM, Karine Hobuss. **Estudo e melhoria dos serviços de alimentação do Hospital Moinhos de Vento – Porto Alegre/RS**. UFRS, Porto Alegre, 2006. p. 30.

Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/8903/000590640.pdf?...1>>
Acessos em 01 jun. de 2015

JAIME, Patricia Constante; MACHADO, Flavia Mori Sarti; WESTPHAL, Márcia Faria e MONTEIRO, Carlos Augusto. **Educação nutricional e consumo de frutas e hortaliças: ensaio comunitário controlado**. *Rev. Saúde Pública* [online]. 2007, vol.41, n.1, pp. 154-157.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102007000100021&lng=pt&nrm=iso> Acessos em 03 abr. 2015.

JUNQUEIRA, Túlio da Silva e Cotta, Rosângela Minardi Mitre. **Matriz de ações de alimentação e nutrição na Atenção Básica de Saúde: referencial para a formação do nutricionista no contexto da educação por competências**. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. 2014, v. 19, n. 05, pp. 1459-1474. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232014195.11932013>>.

Acessos em 15 jun. de 2015

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVAO, Cristina Maria. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem**. *Texto contexto - enferm.*, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, Dec. 2008.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072008000400018&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 23 de abr. de 2015

PANIGASSI, Giseli et al. **Insegurança alimentar intrafamiliar e perfil de consumo de alimentos**. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 21, supl. p. 135s-144s, ago. 2008.

Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732008000700012&lng=pt&nrm=iso>.

Acesso em 17 junho/2015.

PARREIRA, Lelis Dias; LIBANEO, José Carlos. **Pedagogia como ciência da educação**. *Cad. Pesqui.*, São Paulo, v. 37, n. 131, p. 511-518, Aug. 2007.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-15742007000200013&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 13 de jun de 2015.

RAMOS, Flavia Pascoal; SANTOS, Ligia Amparo da Silva; REIS, Amélia Borba Costa. **Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura**. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 11, p. 2147-2161, Nov. 2013. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013001100003&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 17 Jun. 2015.

RAVELLI, Ana Paula Xavier; MOTTA, Maria da Graça Corso da. **O lúdico e o desenvolvimento infantil: um enfoque na música e no cuidado de enfermagem.** Rev. bras. enferm., Brasília , v. 58, n. 5, p. 611-613, Oct. 2005.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672005000500021&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 17 jun. 2015.

RESSEL, Lúcia Beatriz et al . **O uso do grupo focal em pesquisa qualitativa. Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 779-786, Dec. 2008. p. 780

Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n4/21.pdf>>

Acessos em 01 Jun. 2015

RODRIGUES, Diana Cris Macedo; BOSI, Maria Lúcia Magalhães. **O lugar do nutricionista nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família.** Rev. Nutr., Campinas , v. 27, n. 6, p. 735-746, dez. 2014 .

Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732014000600735&lng=pt&nrm=iso>.

Acessos em 13 jun. 2015.

SANTOS, Ligia Amparo da Silva. **Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis.** Rev. Nutr., Campinas, v. 18, n. 5, p. 681-692, out. 2005 .

Disponível em <<http://www.scielo.br/scielo.php?>>

Acessos em: 01 de jun. de 2015

SANTOS, Ligia Amparo da Silva. **O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão.** Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, Fev. 2012 .

Disponível em: <http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012000200018&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 02 de maio 2015

SILVA, Maria Sebastiana et al. **Risco de doenças crônicas não transmissíveis na população atendida em Programa de Educação Nutricional em Goiânia (GO), Brasil.** Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 19, n. 5, p. 1409-1418, May 2014. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000501409&lng=en&nrm=iso>.

Acessos em 07 de jun. 2015

VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de; CALADO, Carmen Lúcia de Araújo. **Profissão nutricionista: 70 anos de história no Brasil.** Rev. Nutr. Campinas, v. 24, n. 4, p. 605-617, agosto. 2011 .

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732011000400009&lng=en&nrm=iso>.

Acesso em 20 de maio/2015

YOKOTA, Renata Tiene de Carvalho et al . **Projeto "a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis": comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil.** Rev. Nutr., Campinas, v. 23, n. 1, p. 37-47, Fev. 2010.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-527320100001000

Acesso em 20 de maio/2015