

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
ESCOLA DE ENFERMAGEM**

VIVIANA MARQUES FLORES

AÇÕES E ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO EM EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

**BELO HORIZONTE
2014**

VIVIANA MARQUES FLORES

AÇÕES E ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO EM EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

Monografia apresentada à Universidade Federal de Minas Gerais, como parte das exigências do Curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde, para a obtenção do título de Especialista em Formação Pedagógica.

Orientadora: Profa. Dra. Geralda Fortina dos Santos

BELO HORIZONTE
2014

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFMG

Flores, Viviana Marques

Ações e estratégias de intervenção em educação nutricional [manuscrito] / Viviana Marques Flores. - 2014.

36 f.

Orientadora: Geralda Fortina dos Santos.

Monografia apresentada ao curso de Especialização em Formação Pedagógica Para Profissionais da Saúde - Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, para obtenção do título de Especialista em Formação pedagógica.

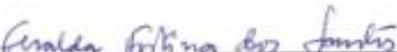
1.Educação Alimentar e Nutricional. 2.Consumo Alimentar.
3.Estudos de intervenção. I.Santos, Geralda Fortina dos.
II.Universidade Federal de Minas Gerais. Escola de Enfermagem.
III.Título.

Viviana Marques Flores

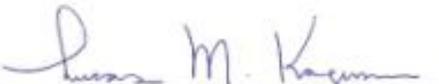
AÇÕES E ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO EM EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

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:



Prof. GERALDA FORTINA DOS SANTOS (Orientadora)



Prof. LUCAS MIRANDA KANGUSSU

Data de aprovação: 11/04/2014

DEDICATÓRIA

Aos meus queridos pais, Joana e Raimundo, que tanto amo e que me proporcionaram a primeira educação!

AGRADECIMENTOS

A Deus, por conceder-me sabedoria e força nos momentos de indecisão e fraqueza.

À orientadora Geralda, pelo incentivo e esforço para me conduzir, impulsionando-me a ultrapassar as barreiras para a execução deste trabalho.

À tutora e amiga Marcela, pelo imenso carinho e estímulo durante a trajetória do curso, sempre disposta a nos ouvir e aconselhar.

Às colegas Eliene, Dara, Josy e Raniella, pelo companheirismo durante o curso e às quais, juntamente com a Fundação Hospitalar Santo Antônio, agradeço pela acolhida e confiança.

A toda minha família, pois o amor deles é o grande motivo para essa vitória.

Ao meu noivo Charles, pela dedicação, carinho e incentivo a continuar sempre.

RESUMO

A educação nutricional é um processo educativo que une conhecimentos e experiências do educador e do educando e vislumbra-se em tornar os sujeitos autônomos e seguros para realizarem suas escolhas alimentares, de forma que garantam uma alimentação saudável e prazerosa, que atenda às suas necessidades fisiológicas, psicológicas e sociais. É uma prática prevista no cotidiano do nutricionista e tem sido apontada como uma ferramenta para mudança dos hábitos alimentares, que colaboram para a prevenção e minimização dos efeitos das doenças crônicas não transmissíveis. Sendo assim, este trabalho teve como objetivo identificar ações e estratégias de intervenção em educação alimentar e nutricional. Utilizou-se como metodologia a revisão narrativa, por meio de pesquisa nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde, a LILACS e a SCIELO, sendo selecionados dez artigos que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão pré-estabelecidos. Como resultado, observou-se que os artigos foram publicados, em maioria, por autores de sexo feminino e que as ações de intervenção em educação nutricional, em sua maioria, foram feitas em grupos e para população de adultos. Verificou-se a importância da educação nutricional, concluindo-se que a mudança de hábitos alimentares é tarefa difícil, pois envolve o sujeito, o seu desejo de mudança, o contexto em que está inserido, as estratégias de abordagem do profissional e, que só é atingida a longo prazo. Mostrou, ainda, que é necessária a conscientização dos profissionais que trabalham com esta ferramenta, para que eles se atentem para a publicação das suas experiências e para que os seus exemplos multipliquem essas ações e façam como que, a longo prazo, as tão esperadas mudanças nos hábitos alimentares sejam vistas nos dados epidemiológicos.

Descritores: Educação Alimentar e Nutricional. Consumo Alimentar. Estudos de intervenção.

ABSTRACT

Nutritional education is an educational process that links knowledge and experience of the teacher and the student and glimpsed on making autonomous and safe to carry your food choices subject, so to ensure a healthy and enjoyable diet meets that their physiological needs, psychological and social. It is a practice provided for in daily nutritionist and has been implicated as a tool for changing eating habits that contribute to the prevention and minimization of the effects of chronic noncommunicable diseases. Thus, this study Aimed to identify actions and strategies of intervention in food and nutrition education. Methodology was used to review the narrative by searching the databases of the Virtual Health Library, LILACS and SciELO, being selected ten articles met the inclusion that and exclusion criteria previously established. As a result, it was observed that the articles were published in mostly by female authors and intervention actions in nutrition education, mostly in groups and were made for the adult population. There was the importance of nutrition education, dietary change that concluding Is difficult because it involves the subject, your desire for change, the context in which it appears, strategies and professional approach, which is only achieved in the long term. He also reported that the awareness of professionals working with this tool is necessary, so that they pay attention to the publication of their experiences and their examples multiply these actions and make the that in the long term, the long-awaited changes eating habits are seen in epidemiological data.

Keywords: Food and Nutrition Education . Food Consumption . Intervention studies.

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 - Busca de trabalhos	19
QUADRO 2 - População e amostra por fonte e estratégia de busca	19
QUADRO 3 - Detalhamento dos trabalhos	20
QUADRO 4 - Especificação dos trabalhos	21
QUADRO 5 - Caracterização das ações de intervenção nos estudos, de acordo com estratégia e metodologia	24
QUADRO 6 - Distribuição das ações de intervenção de acordo com a população estudada	25
QUADRO 7 - Distribuição das ações de intervenção por período de duração	27
QUADRO 8 - Distribuição das ações de intervenção por autoria, população, temática e estratégia educativa	28

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 OBJETIVO	13
3 CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA.....	14
4 PERCURSO METODOLÓGICO	18
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	20
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	33
REFERÊNCIAS	34

1 INTRODUÇÃO

A educação nutricional é conceituada por Lima (2004) como um processo educativo que, através da união de conhecimentos e experiências do educador e do educando, vislumbra-se em tornar os sujeitos autônomos e seguros para realizarem suas escolhas alimentares, de forma que garantam uma alimentação saudável e prazerosa, propiciando, então, o atendimento de suas necessidades fisiológicas, psicológicas e sociais.

Ressalta-se que a educação nutricional configura-se em um campo de atuação do nutricionista previsto na Lei nº 8.234/91 que regulamenta a profissão de nutricionista e determina outras providências, no seu Art. 3º, inciso VII: “são Atividades privativas dos nutricionistas: assistência e educação nutricional a coletividades ou indivíduos, sadios ou enfermos, em instituições públicas e privadas e em consultório de nutrição e dietética.” (BRASIL, 1991)

A partir da educação nutricional é possível, de acordo com a postura do profissional, construir conhecimentos significativos com o paciente, uma vez que este poderá ser considerado sujeito ativo do processo, sempre aberto e flexível às suas necessidades. (MANÇO; COSTA, 2004)

Destaca-se ainda que a atuação do nutricionista relacionada à educação imerge no contexto da educação em saúde, em que a educação nutricional tem por finalidade a sensibilização e a valorização da responsabilidade do sujeito na adoção de atitudes e práticas relacionadas à sua saúde, ou seja, das escolhas alimentares que melhorem sua qualidade de vida e promovam a saúde do indivíduo como um todo, em prol de mudanças de hábitos, no entanto, contemplando seus aspectos físicos, psicossociais e culturais. (MANÇO; COSTA, 2004).

Ademais, a necessidade de mudança de hábitos vem dos dados epidemiológicos considerados por Malta et al. (2008), que expõe sobre a alta prevalência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como a obesidade, a hipertensão, o diabetes e as doenças cardiovasculares, as quais parecem ser consequência da industrialização alimentar, que, juntamente com a mídia, provoca mudanças no hábito alimentar e nos padrões de vida do homem (jornadas longas de trabalho, alimentação fora de casa, ansiedade, busca pela praticidade e a satisfação das vontades relacionadas à alimentação). Tais transformações sugerem o incentivo para o maior consumo de alimentos rápidos de preparar e fáceis de comer, como os enlatados, congelados, pré-cozidos e prontos. Corroborando com Malta et al.,

(2008), a pesquisa Vigitel - Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico, realizada pelo Ministério da saúde, ressalta o aumento da evolução da frequência de excesso de peso na população em geral do ano de 2006 a 2011, bem como a evolução da frequência de obesidade de 11 a 16% (Plano nacional de enfrentamento das DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis). Em virtude disso, esse novo perfil alimentar parece colaborar com o surgimento das doenças causadas pelos excessos alimentares, que conferem consequências à saúde do ser humano e ao seu estado nutricional, o que sinaliza a necessidade de mudanças em relação à qualidade da alimentação que sejam efetivas para alterar esse novo padrão alimentar que foi incorporado pela população e a responsabilização dos indivíduos para com a sua saúde. (BRASIL, 2012)

Vale salientar que a mudança de comportamento alimentar é intrínseca e parte dos desejos, metas e objetivos do indivíduo ou pode sofrer estímulos externos positivos ou negativos, sendo assim envolvem características relacionadas ao profissional, paciente, qualidade da relação profissional-paciente e aspectos organizacionais das ações de intervenção desenvolvidas. (ASSIS; NAHAS, 1999).

Neste contexto, no decorrer dos estudos realizados no Curso de Especialização de Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde (CEFPEPS) e do interesse e motivação decorrentes da minha atuação profissional, surgiu a oportunidade de aprofundar a discussão desta temática, na perspectiva de responder a seguinte questão: Quais ações de intervenção em educação nutricional estão sendo estudadas e divulgadas na literatura científica?

Assim, este trabalho se justifica, pois, o profissional nutricionista precisa fundamentar, enriquecer e efetivar suas práticas e ações em relação à Educação nutricional no dia a dia do trabalho, apropriando-se de conhecimentos que envolvam a identificação de ações e estratégias de educação nutricional para a promoção de mudanças do hábito alimentar que sejam pautadas na reflexão e na autocrítica, articuladas à motivação para o autocuidado, princípios baseados na educação em saúde.

2 OBJETIVO

- Identificar ações e estratégias de intervenção para a promoção da educação alimentar e nutricional.

3 CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA

A Educação nutricional sofreu modificações conforme a sua história, passando por altos e baixos até chegar aos dias de hoje. Ela passou a despertar interesse a partir da década de 1940, com o surgimento dos programas do governo de proteção ao trabalhador; passou para segundo plano no momento de sua história em que sofreu exílio e foi deixada em segundo plano, isto porque, de acordo política alimentar da década de 1970, atribuía-se ao fator renda a resolução dos problemas alimentares. Adiante ela volta à tona pois persistiu a demanda pela educação nutricional, uma vez que, ingenuamente, acreditava-se que o problema da fome e da desnutrição poderiam ser resolvidos pela educação. (BOOG, 1997)

O avanço na concepção de educação nutricional é percebido por Boog (1997) ao analisar o trabalho de Bosley (1976), em que se encontra uma ênfase de que a Educação Nutricional não é transferência de informações sobre valor nutritivo ou sobre técnica de preparo de alimentos, mas sugere que, através da educação, o educador deva “criar o desejo” no educando de mudar a sua alimentação.

A concepção de Educação Nutricional, sob o ponto de vista de Jeelife apud Boog, (1997), é a educação do público para uma melhora geral do estado nutricional, principalmente a partir da promoção de hábitos alimentares adequados, eliminação de práticas dietéticas insatisfatórias, introdução de melhores práticas de higiene da alimentação e uso mais eficiente dos recursos disponíveis.

O conceito de educação mais recente e que se aproxima do caráter transformador e libertador da educação foi proposto por Lima (2004, p.81):

Educação Nutricional é, pois, um processo educativo no qual, através da união de conhecimentos e experiências do educador e do educando, vislumbra-se tornar os sujeitos autônomos e seguros para realizarem suas escolhas alimentares de forma que garantam uma alimentação saudável e prazerosa, propiciando, então, o atendimento de suas necessidades fisiológicas, psicológicas e sociais.

Sendo assim, a educação nutricional representa um importante recurso para a prática profissional do nutricionista, tornando-se uma competência desse profissional, com a ampliação das atividades do nutricionista. Por meio de mudanças na legislação em 1991, a educação nutricional passou a ser “atividade privativa” desse profissional nas suas diferentes áreas de atuação. (CAMOSSA et al., 2005)

A Lei nº 8.234/91 que regulamenta a profissão de nutricionista e determina outras providências, no seu Art. 3º, inciso VII, prevê que: São Atividades privativas dos nutricionistas: assistência e educação nutricional a coletividades ou indivíduos, sadios ou enfermos, em instituições públicas e privadas e em consultório de nutrição e dietética. (BRASIL, 1991)

Essa prática perpassa pelo campo da educação em saúde que “tem por finalidade a formação de atitudes e práticas conducentes à saúde: não fumar, praticar esportes, apreciar a vida ao ar livre, andar a pé – são comportamentos incentivados pela educação em saúde”. (MANÇO; COSTA, 2004, p.148). Em meio a esse pensamento, a Educação Nutricional constitui um processo por meio do qual se obtém mudanças de conhecimentos de Nutrição, atitudes com relação à alimentação e práticas alimentares que conduzem à saúde, visando a sua melhoria pela promoção de hábitos adequados, eliminação de práticas dietéticas insatisfatórias, introdução de melhores práticas de higiene e uso mais eficiente de recursos alimentares. (MANÇO; COSTA, 2004).

Ainda nesse contexto, a educação nutricional tem por finalidade a sensibilização e a valorização da responsabilidade do sujeito na adoção de atitudes e práticas relacionadas à sua saúde, ou seja, das escolhas alimentares que melhorem sua qualidade de vida e promovam a saúde do indivíduo como um todo, em prol de mudanças de hábitos, no entanto contemplando seus aspectos físicos, psicossociais, culturais. (LIMA, 2004).

Existem indícios de correlação entre o comportamento alimentar e o surgimento destas doenças (CERVATO et al., 2005), portanto as ações de educação nutricional podem ser consideradas estratégias de enfrentamento das Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT), que são um dos maiores problemas de saúde pública da atualidade, dentre elas estão a obesidade, a hipertensão, o diabetes e as doenças cardiovasculares. (OPAS, 2007).

Nessa premissa, a pesquisa Vigitel - Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico -, realizada pelo Ministério da Saúde, ressalta que a frequência de excesso de peso e de obesidade aumentou em homens e em mulheres, no período 2006-2011. Em homens, o aumento médio anual foi de 1,2 pontos percentuais (pp) para o excesso de peso e de 0,7 pp para a obesidade. Em mulheres, o aumento médio foi de 1,5 pp ao ano para excesso de peso e de 1,0 pp ao ano para obesidade.

A alimentação não saudável está entre os principais fatores de risco para as DCNT, juntamente com o tabaco, a inatividade física e o consumo nocivo de álcool. Eles são

responsáveis, em grande parte, pela epidemia de sobrepeso e de obesidade, pela elevada prevalência de hipertensão arterial e pelo colesterol alto. (BRASIL, 2013)

Isso se configura um motivo de grande preocupação para a sociedade, visto que são as principais causas de óbitos no mundo e têm gerado elevado número de mortes prematuras, perda de qualidade de vida com alto grau de limitação nas atividades de trabalho e de lazer, além de impactos econômicos para as famílias, comunidades e a sociedade em geral, agravando as iniquidades e aumentando a pobreza. (BRASIL, 2013)

Em paralelo a isso, a industrialização alimentar, juntamente com a mídia, parecem contribuir para muitos efeitos nas mudanças no hábito alimentar e nos padrões de vida das pessoas. Supõem-se que jornadas longas de trabalho, sedentarismo, propagandas sobre alimentos veiculadas na mídia, alimentação fora de casa, ansiedade, busca pela praticidade e a satisfação das vontades relacionadas à alimentação influenciam no maior consumo de alimentos rápidos de preparar e fáceis de comer, como os enlatados, congelados, pré-cozidos e prontos.

Em virtude disso, cresce a preocupação com esse novo perfil alimentar, o aumento das doenças crônicas, os excessos alimentares, pois podem provocar diversas consequências na saúde do ser humano e em seu estado nutricional. Há uma forte base de evidências indicando a eficácia da prevenção de doenças e a detecção precoce, sinalizando que um dos fatores que contribui para evitar ou adiar as doenças cardiovasculares e o diabetes seria por meio de mudanças para uma alimentação e estilo de vida saudáveis. Tal fato chama a atenção para a necessidade de mudanças em relação à qualidade da alimentação que sejam efetivas para alterar esses novos hábitos alimentares incorporados pela população e a responsabilização dos indivíduos para com a sua saúde. (OPAS, 2007)

Essa responsabilização pode ser conseguida, no contexto da educação nutricional, com a opção educativa do autocuidado, que compreende todas as ações e decisões que uma pessoa realiza para prevenir, diagnosticar e tratar uma enfermidade, todas as atividades individuais destinadas a manter e melhorar a saúde e, ainda, as decisões de utilizar tanto os sistemas de apoio formal de saúde quanto os informais.

A opção pelo autocuidado inclui atividades com fins de promoção da saúde, para a modificação do estilo de vida prejudicial à saúde, para a diminuição dos fatores de risco e prevenção específica de doenças, para a manutenção e recuperação da saúde e, por fim, para a reabilitação. Neste caso, o profissional de área, em função de sua habilitação e responsabilidade, desempenha o papel de facilitador do processo de mudança. “Toda e

qualquer intervenção nutricional educativa terá maiores chances de sucesso, se estiver incluída em programas habituais que promovam pequenas e confortáveis, mas importantes mudanças, por um longo período de tempo” (CERVATO et al., 2005, p.43)

Considerando o aspecto comportamental ligado ao hábito alimentar, outra opção educativa é a abordagem da educação nutricional na infância, que tem sido considerada o momento de aquisição de comportamentos, inclusive aqueles relacionados à alimentação, em cuja gênese estão envolvidos inúmeros e distintos determinantes. (PICCOLI; JOHANN; CORRÊA, 2010)

Nessa premissa, há considerações a respeito de que o conhecimento sobre o que comer influencia no comportamento alimentar saudável, não provoca a mudança, mas caracteriza um instrumento quando as pessoas desejam mudar (CHAPMAN et al., (1985) apud ASSIS; NAHAS, (1999)). Por isso, a educação nutricional deve ser baseada no interesse da população envolvida e ser conduzida de modo a promover a reflexão do sujeito, bem como momento de aprendizagem e trocas e, sobretudo, estar alicerçada pelo contexto do sujeito da intervenção.

4 PERCURSO METODOLÓGICO

Este trabalho trata-se de uma revisão de literatura para identificar ações e estratégias de intervenção em educação alimentar e nutricional, publicadas no meio científico, e pretende subsidiar informação para as futuras ações em educação do profissional de nutrição.

Utilizou-se da revisão narrativa que é considerada por Bernardo (2004) como apropriada para descrever e discutir o desenvolvimento ou “estado da arte” de determinado assunto sob o ponto de vista teórico e contextual, por isso esse tipo de estudo foi a opção viável para a elaboração deste trabalho, visto que os estudos não apresentaram evidências científicas significativas.

A pesquisa foi feita por meio de um levantamento dos trabalhos publicados nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) que tivessem como tema as ações de intervenção em educação alimentar e nutricional. A combinação dos descritores foi feita utilizando o operador booleano AND e estão descritas a seguir: No portal de pesquisa BVS: “Educação Alimentar e Nutricional” AND "Consumo Alimentar" e “Educação Alimentar e Nutricional”. Utilizando o formulário iAH na base de dados Lilacs, a combinação das palavras chave foi: Educação Alimentar e Nutricional [Descritor de assunto] and Estudos de Intervenção [Descritor de assunto] and Português [Idioma]. Na base de dados Scielo: Estudos de Intervenção [Palavras Chave] and Educação Alimentar e Nutricional [Palavras Chave] and Português [Idioma Original].

Depois da busca dos trabalhos, que está sintetizada no QUADRO 1, uma pré-seleção foi feita a partir da população total, utilizando critérios de inclusão que foram os trabalhos que estivessem disponíveis na íntegra, em idioma português, com data de publicação de 2003 a 2013 e que se enquadrassem na temática das ações de intervenção em educação alimentar e nutricional. Os critérios de exclusão foram trabalhos em duplicidade e textos que não continham a descrição da ação de intervenção em educação.

A pesquisa foi realizada entre os dias 05 e 10 de janeiro de 2014.

QUADRO 1

Busca de trabalhos

Combinação de descritores	População total encontrada	Critérios de inclusão	Pré-seleção e leitura de resumos	Critérios de exclusão	Amostra
"Consumo alimentar" AND "Educação Alimentar e Nutricional" (Portal de pesquisa BVS)	66 publicações	Disponível na íntegra Idioma português Data da publicação 2003 a 2013 Temática: Ações de intervenção em educação alimentar e nutricional	13 publicações	Trabalhos em duplicidade Textos que não descrevem a ação de intervenção em educação	7 publicações
Educação Alimentar e Nutricional [Descritor de assunto] and Estudos de Intervenção [Descritor de assunto] and Português [Idioma] (Formulário AIH)	6 publicações	Disponível na íntegra Idioma português Data da publicação 2003 a 2013 Temática: Ações de intervenção em educação alimentar e nutricional	6 publicações	Trabalhos em duplicidade Textos que não descrevem a ação de intervenção em educação	2 publicações
Estudos de Intervenção [Palavras Chave] and Educação Alimentar e Nutricional [Palavras Chave] and Português [Idioma Original] (SciELO)	4 publicações	Disponível na íntegra Idioma português Data da publicação 2003 a 2014 Temática: Ações de intervenção em educação alimentar e nutricional	4 publicações	Trabalhos em duplicidade Textos que não descrevem a ação de intervenção em educação	1 publicação

Fonte: Dados da pesquisa

A população e amostra após a submissão dos resumos aos critérios de inclusão e exclusão, distribuídos segundo a estratégia de busca e a fonte na base de dados, estão apresentadas no QUADRO 2, a seguir.

QUADRO 2

População e amostra por fonte e estratégia de busca

Fonte	Estratégia de busca	População	Amostra
LILACS	"Consumo alimentar" AND "Educação Alimentar e Nutricional"	66	7
LILACS	Educação Alimentar e Nutricional [Descritor de assunto] and Estudos de Intervenção [Descritor de assunto] and Português [Idioma]	6	2
SCIELO	Estudos de Intervenção [Palavras Chave] and Educação Alimentar e Nutricional [Palavras Chave] and Português [Idioma Original]	4	1

Fonte: Dados da pesquisa

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra constou de 10 artigos, sendo 7 da base de dados LILACS. 1 da SCIELO e 2 teses obtidas na base de dados LILACS, que foram caracterizados no QUADRO 3, segundo o autor, profissão, ano da publicação, título do trabalho, tipo de estudo fonte e periódico.

QUADRO 3

Detalhamento dos trabalhos

Autor	Profissão	Ano	Título	Tipo de estudo	Fonte	Periódico
CAMPOS, Maria. Elizabeth. Souza et al.	Não especificado	2009	Educação nutricional e sua contribuição para mudança nos indicadores de saúde de dos funcionários de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN)	Artigo	Lilacs	Nutrire: Revista Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição
BOOG, Maria Cristina Faber	Não especificado	2010	Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural.	Artigo	Lilacs	Revista Nutrição Campinas
BOTELHO, Lucila Pires et al.	Nutricionista	2010	Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo.	Artigo	Lilacs	Nutrire: Revista Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição
JAIME, Patricia Constante et al.	Não especificado	2007	Educação nutricional e consumo de frutas e hortaliças: ensaio comunitário controlado.	Artigo	Lilacs	Revista de Saúde Pública
HORTA, Patrícia Martins et al.	Nutricionista	2011	Impacto do aconselhamento nutricional na evolução antropométrica e dietética dos funcionários de uma unidade básica de saúde.	Artigo	Lilacs	Revista APS
HORTA, Patrícia. Martins.	Nutricionista	2013	Efetividade de intensidades diferentes de intervenções nutricionais associadas à prática de exercícios físicos sobre o estado nutricional e a qualidade da dieta de mulheres com excesso de peso na Atenção Primária à Saúde.	Artigo	Lilacs	Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais
SALGUEIRO, Marcia Maria Hernandes de Abreu de Oliveira	Não especificado	2008	Aconselhamento nutricional em idosos com constipação intestinal funcional: efeitos de ensaio clínico aleatorizado	Tese	Lilacs	Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo

Salgueiro						
VARGAS, Izabel Cristina da Silva et al.	Não especificado	2011	Avaliação de programa de prevenção de obesidade em adolescentes de escolas públicas.	Artigo	SciELO	Revista de Saúde Pública
ZANCUL, Mariana de Senzi; VALETA, Leandro Neves.	Não especificado	2009	Educação nutricional no ensino fundamental: resultados de um estudo de intervenção	Artigo	Lilacs	Nutrire: Revista Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição
ZANIRATI, Viviane Ferreira	Não especificado	2012	Promoção da alimentação saudável no âmbito do programa Escola integrada: Influência no perfil nutricional de crianças e adolescentes	Dissertação	Lilacs	Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais

Fonte: Dados da pesquisa

Foram analisados 10 trabalhos sobre o tema ações de intervenção em educação nutricional, com datas de publicação entre 2007 a 2013. Com relação à autoria dos trabalhos, foram identificados em geral 28 autores, sendo que deles 92,8% ou seja, a maioria, é do sexo feminino.

Estes dados correlacionam com o perfil dos alunos e egressos do curso de nutrição, que tende a ser, em sua maioria, do sexo feminino, como foi visto no estudo de Souza (2012), que avaliou o estado nutricional e consumo alimentar de acadêmicos do curso de nutrição, em que o público era exclusivamente feminino.

O tipo da ação de intervenção em educação alimentar e nutricional relatados no estudo, a população evidenciada, as estratégias utilizadas na ação e os resultados encontrados estão especificados no QUADRO 4.

QUADRO 4

Especificação dos trabalhos

Autor	População do estudo	Tipo da ação	Resultados encontrados
CAMPOS, Maria. Elizabeth. Souza et al. 2009	Funcionários adultos de ambos os sexos de uma Unidade de Alimentação e Nutrição – UAN do Restaurante	Educação nutricional ao longo dos 4 primeiros meses com curso teórico-prático, ginástica laboral durante o horário de expediente e no local de trabalho, 3 vezes por semana e acompanhamento individualizado (realizado quinzenalmente) nos 4 próximos meses.	A educação alimentar contribuiu para melhoria do perfil antropométrico, metabólico e clínico dos participantes do estudo.

	Universitário da Universidade Federal do Piauí		
BOOG, Maria Cristina Faber, 2010.	155 alunos da 1ª a 7ª série de uma escola da zona rural	Intervenção nutricional “Ensinando a amar a terra e o que a terra produz”. Na sua concepção, procurou contextualizar o tema tratado no cotidiano de vida da comunidade, ressignificando a alimentação e o trabalho das famílias, promovendo a valorização do trabalho na agricultura focado na produção de frutas, e na ampliação da compreensão dos professores sobre a realidade de vida das famílias dos alunos.	Os resultados demonstraram a possibilidade de realizar um programa de incentivo ao consumo de alimentos produzidos na região, no qual o tema alimentação teve como ponto de partida não a ciência da nutrição em si, mas a relação homem/ambiente, mediada pelo trabalho, as práticas de consumo, valores e representações.
BOTELHO, Lucila Pires et al, 2010	Dois grupos de crianças foram trabalhados separadamente 6 a 8 anos e 9 a 10 anos.	Intervenção nutricional por três meses em grupo operativo, divididos em 4 encontros com duração aproximada de 1he30min.	As ações educativas desenvolvidas propiciaram, além da construção de conhecimentos importantes de alimentação e nutrição, também motivação, reflexão e troca de saberes pelas crianças.
JAIME, Patricia Constante et al, 2007	Representante de cada família do grupo de intervenção responsável pela aquisição e preparo dos alimentos no domicílio.	3 encontros de aproximadamente 2 horas, realizados na própria comunidade, em semanas sucessivas.	Ações de educação nutricional que combinam informação e motivação visando a promoção do consumo de frutas e hortaliças foram bem sucedidas em ambiente de grande pobreza.
HORTA, Patrícia Martins et al, 2011	Funcionários diversos de uma Unidade básica de saúde de Belo Horizonte (agentes comunitários, enfermeiros, médicos, gestores, agentes administrativos, usuários, dentistas, porteiro e assistente social).	Grupo operativo que previa atividades de educação alimentar em 6 dias temáticos e um total de 3 atendimentos nutricionais individualizados com frequência mensal	A intervenção contribuiu para o aumento do consumo diário de leite/derivados e frutas, diminuição do consumo de frituras, doces e refrigerantes. Redução significativa do consumo calórico e de sódio. Em relação a antropometria não foram verificadas alterações estatisticamente significativas.
HORTA, Patrícia. Martins, 2013.	Mulheres adultas e idosas com excesso de peso acompanhadas pela academia da cidade	Intervenções nutricionais de menor intensidade (intervenções coletivas de duração variada conforme a intervenção) e de maior intensidade (intervenções coletivas e individuais com atendimentos de 30 a 60 minutos, a cada 30 dias).	Os resultados após seis meses de intervenção evidenciaram a importância da INC de rotina no serviço em estudo para a promoção da redução da Circunferência da Cintura e

melhora do consumo alimentar. Entretanto, as mulheres participantes do programa de intervenção nutricional de maior intensidade, pela inclusão do atendimento individual, vivenciaram mudanças antropométricas e na qualidade da dieta ainda mais pronunciadas.

SALGUEIRO, Marcia Maria Hernandes de Abreu de Oliveira Salgueiro, 2008.	21 idosos no grupo controle e 19 no grupo de intervenção	Aconselhamento nutricional é centrado no cliente. As 7 consultas, ou seja, cada 1 dos 7 encontros com o idoso participante do grupo de intervenção durava em torno de 60 minutos, tinha um objetivo, conteúdo e estratégias específicas, eles receberam aconselhamento nutricional baseado nas técnicas de aconselhamento. Os do grupo controle não recebiam nenhuma informação e cada pergunta deles relacionada à constipação era redirecionada, estimulando-os a refletirem sobre o assunto. As consultas eram de 30 a 40 minutos.	Os resultados desse estudo indicam que o aconselhamento centrado no cliente é eficaz como uma abordagem educativa para a mudança de comportamento alimentar e consequentemente diminuição das queixas intestinais que caracterizam a constipação intestinal funcional
VARGAS, Izabel Cristina da Silva et al, 2011	Estudantes de 5º e 6º anos do ensino fundamental de duas escolas da rede pública estadual de ensino.	Foram utilizados grupos focais com adolescentes com o objetivo de identificar temáticas de interesse sobre saúde e alimentação. Atividades de integração com vista à adesão dos estudantes ao programa e às atividades educativas Atividades de incentivo à adoção de hábitos saudáveis de alimentação e à prática de atividade física. O período do programa foi de agosto a novembro de 2005. Não há detalhes da dinâmica dos encontros e tempo de intervalo entre eles.	Não houve uma conclusão definitiva de que a ação promoveu educação, pois as respostas para questões alimentares consideradas pouco saudáveis sofreram modificações entre os adolescentes avaliados, o que sugere que comportamentos alimentares característicos desta faixa etária podem ser modificados, mesmo com intervenções de curta duração. Em contrapartida, muitas das respostas ao questionário poderiam estar relacionadas com o que eles aprenderam após a intervenção e não com a realidade dos hábitos. Curto período de intervenção (5 meses), foi considerado limitante para o estudo.
ZANCUL, Mariana de Senzi; VALETA, Leandro	Alunos de 6ª série do ensino fundamental	A implementação de um programa de educação alimentar com temas escolhidos a partir da manifestação de interesse do público, realizada a partir de encontros da pesquisadora com os alunos uma vez por	Foram observadas algumas alterações muito positivas como, por exemplo: aumento do número de alunos que passaram a fazer a refeição

Neves., 2009.	semana, durante as aulas da disciplina de Ciências, com duração de 50 minutos, por um semestre	matinal, aumento no consumo de frutas na hora da merenda, no horário do recreio escolar, aumento no consumo de frutas e verduras cruas no almoço e no jantar. Uma constante prática de hábitos alimentares saudáveis pode ser estabelecida a partir de uma educação nutricional permanente dentro da escola	
ZANIRATI , Viviane Ferreira, 2012	Alunos do 1º ao 6ºano (6 a 14 anos) de uma Escola Municipal de Belo Horizonte	Programa de Intervenção nutricional com os participantes da Escola Integrada (EI) e Controle – alunos sem intervenção nutricional, representados pelos alunos não ingressos nesse programa e classificados no presente estudo como “Escola Tradicional” (ET). A intervenção nutricional que foi composta por oficinas de educação alimentar e atividade prática, com duração de 7 meses foi feita com a EI	Verificou-se efetividade parcial da intervenção nutricional realizada entre os alunos da EI na modificação dos hábitos alimentares, tendo em vista que nem todos os achados podem ser considerados favoráveis. A grande satisfação com as atividades foram consideradas denotativo de interesse na aprendizagem dos temas relacionados a alimentação e nutrição

Fonte: Dados da pesquisa

Observou-se que a maioria das ações de intervenção foram realizadas total ou parcialmente em grupo, como pode ser percebido no QUADRO 5, que caracteriza as ações.

QUADRO 5

Caracterização das ações de intervenção nos estudos, de acordo com estratégia e metodologia

AÇÃO REALIZADA EM GRUPO	AÇÃO REALIZADA INDIVIDUAL	AÇÃO REALIZADA EM GRUPO E INDIVIDUAL
Aqueles que apresentavam apenas ação de educação nutricional realizada com grupo de pessoas	Aqueles que apresentavam ação de educação nutricional realizada individualmente	Aqueles que além de ação de educação nutricional em grupo apresentava também atividade individual
Grupo operativo BOTELHO et al, 2010 Programa de educação/intervenção em educação nutricional ZANCUL; VALETA, 2009 ZANIRATI, 2012 Intervenção em educação nutricional BOOG, 2010 HORTA, 2013 Atividades de educação alimentar e nutricional JAIME et al, 2007 VARGAS et al, 2013	Aconselhamento dietético centrado no indivíduo SALGUEIRO, 2012	Grupo operativo + atendimento individual HORTA et al, 2011 Curso teórico + atendimento individual CAMPOS et al, 2009 Intervenção em educação nutricional + atendimento individual HORTA, 2013

Fonte: Dados da pesquisa

As intervenções foram desenvolvidas em grupos com características similares, como o local de trabalho, grupo de estudantes, frequentadores de clínicas/ambulatórios específicos. Remetendo à observação de que a maioria das abordagens foi realizada total ou parcialmente em grupo, verifica-se que a literatura aponta benefícios desse tipo de intervenção, como cita Horta (2013), que relaciona isso ao favorecimento de redes de cuidado que geram sujeitos ativos e de espaços onde as pessoas possam superar suas dificuldades, visando sua autonomia.

Horta et al. (2011) conclui e ressalta a importância da interação ensino e serviço. E, ainda, o compartilhamento do mesmo ambiente de trabalho entre os participantes e o educador possibilitou a observação das dificuldades enfrentadas pelos participantes em seguir as orientações transmitidas, propiciou o apoio necessário para o desencadeamento de mudanças relativas ao comportamento alimentar no trabalho de Campos et al. (2009).

Em contrapartida, Salgueiro (2012) enfoca uma atividade de educação centrada no indivíduo, que é um processo que visa o resgate de recursos internos deste subsidiando o reconhecimento como sujeito responsável por sua saúde e transformação, com base em novas descobertas e no conhecimento de si. Contudo, conclui sobre a eficácia dessa atividade como abordagem educativa para a mudança de comportamento alimentar em função da redução das queixas intestinais relacionadas à constipação intestinal funcional.

Em meio a essa discussão, ressalta-se então a importância de levar-se em conta o meio em que o indivíduo está inserido e até mesmo usar desse meio como estratégia de abordagem para a educação nutricional com vistas a promover a mudança de comportamento alimentar.

O QUADRO 6 mostra a distribuição das ações de intervenção em educação nutricional por grupo populacional.

QUADRO 6

Distribuição das ações de intervenção de acordo com a população estudada

Adultos	Adolescentes	Crianças	Idosos
Grupo operativo + atendimento individual HORTA et al, 2011	Programa de educação/intervenção nutricional ZANCUL; VALETA, 2009	Programa de educação/intervenção em educação nutricional ZANIRATI, 2012	Aconselhamento dietético centrado no indivíduo SALGUEIRO, 2012
Curso teórico + atendimento individual CAMPOS et al, 2009	ZANIRATI, 2012	Grupo operativo BOTELHO et al, 2010	
Intervenção em educação nutricional	Atividades de educação alimentar e nutricional VARGAS et al, 2011	Intervenção nutricional em grupo BOOG, 2010	
Intervenção em educação nutricional +atendimento individual HORTA, 2013	Intervenção nutricional em grupo BOOG, 2010		
Atividades de educação alimentar e nutricional JAIME et al, 2007			

Fonte: Dados da pesquisa

O percentual das faixas etárias das populações evidenciadas nas ações de intervenção em educação nutricional, descrita nos trabalhos analisados, foi de: adultos (40%), seguidos de adolescentes (30%), crianças (20%) e idosos (10 %). Esses dados sugerem que as ações em educação nutricional podem ser um recurso de grande utilidade na mudança de comportamento do indivíduo adulto, principalmente se essas ações tiverem relação com seu grupo de convívio ou trabalho, como discutido anteriormente. A análise dos estudos evidenciaram ações voltadas para indivíduos adultos abordando o conhecimento sobre as doenças crônicas não transmissíveis (DANTs) e como evitar ou postergar as complicações ocasionadas por elas. (CAMPOS, 2009; HORTA, 2013). As outras ações destacaram ações que envolviam a promoção de modos de vida saudáveis e consumo de alimentos saudáveis, como as frutas e hortaliças. (JAIME, 2007; HORTA et al., 2011). Com efeito, os estudos podem nortear ações de enfrentamento das doenças crônicas e sugerem que as ações de intervenção podem contribuir para mudanças no padrão alimentar, bem como auxiliar na melhora do perfil nutricional da população adulta.

Ademais, os dados demonstram que as ações de intervenção em educação nutricional em adolescentes são as de maior proporção, depois da população de adultos. A adolescência é a fase em que a

escolha dos alimentos será potencialmente determinada por vários fatores extrínsecos (como modificação das preferências alimentares, rebeldia contra os padrões familiares, uso de álcool, gravidez, hábito de fazer dieta e sedentarismo ou excesso de esporte) que irão interferir diretamente na formação dos hábitos alimentares (ZANIRATTI, 2012, p.23).

Paralelo a isso, Vargas (2011) propôs nas suas atividades de educação alimentar e nutricional temas de interesse dos adolescentes, dentre eles: alimentação saudável, atividade física, obesidade e *fast food*, que estão relacionados àqueles fatores extrínsecos mencionados anteriormente. Os autores Boog (2010) e Zanirati (2012) trabalharam ao mesmo tempo com adolescentes e crianças. Em relação às mudanças de comportamento alimentar, Zancul e Valeta (2009), p.139 observaram algumas alterações “muito positivas como, por exemplo, aumento do número de alunos que passou a fazer a refeição matinal; aumento do consumo de frutas na hora da merenda, no horário do recreio escolar; aumento do consumo de verduras cruas no almoço e no jantar”.

Destaca-se que, as ações de educação nutricional na infância não foram as de maior proporção. Apesar da fase da infância ser propícia para a formação de hábitos alimentares e

consolidação do estilo de vida e conferir período crucial para prevenção, diagnóstico e tratamento das DANTs (ZANIRATI, 2012), ela se apresentou em terceiro lugar na distribuição das ações por faixa etária. Contudo, destaca-se também que o espaço escolar é um espaço estratégico de vivência e formação de hábitos alimentares em virtude da maior parte do tempo que os indivíduos passam lá. (BOOG, 2010; ZANCUL; VALETA, 2009) Nesse ínterim, vale ressaltar que todos os estudos que abordaram a faixa etária para crianças foram desenvolvidos no espaço escolar e sugerem efetividade parcial da ação nesse grupo na modificação dos hábitos alimentares (ZANIRATI, 2012) e apoio ao programa de alimentação escolar. (BOOG, 2010)

Por último, os resultados demonstram que o menor percentual de estudos foi em relação à faixa etária dos idosos, que na maioria das vezes oferecem resistência e “tabus alimentares” que dificultam essa mudança.

No entanto, Salgueiro (2012) expõe que após a intervenção e aconselhamento dietético centrado no indivíduo, os idosos com constipação intestinal apresentaram mudança de dois aspectos da sua alimentação (aumento da ingestão hídrica e de leguminosas) e também modificações alimentares correlacionadas às queixas que diminuíram ao fim da intervenção.

O período de duração das ações de intervenção em educação nutricional evidenciadas nos estudos variou em média de 1 mês a 19 meses, exceto trabalhos em que a duração não foi citada, conforme apresentado no QUADRO 7.

QUADRO 7

Distribuição das ações de intervenção por período de duração			
Menor ou igual a 3 meses	Mais de 3 meses até 1 ano	Acima de 1 ano	Período não citado
Atividades de educação alimentar e nutricional JAIME et al, 2007	Programa de educação/intervenção em educação nutricional ZANCUL; VALETA, 2009	Aconselhamento dietético centrado no indivíduo SALGUEIRO, 2012	Intervenção nutricional em grupo BOOG, 2010
Grupo operativo BOTELHO et al, 2010	Programa de educação/intervenção nutricional ZANIRATI, 2012		
Intervenção em educação nutricional			
Intervenção em educação nutricional +atendimento individual HORTA, 2013	Curso teórico + atendimento individual CAMPOS et al, 2009		
Atividades de educação alimentar e nutricional VARGAS et al, 2011			

Grupo operativo + atendimento individual

HORTA et al, 2011

Fonte: Dados da pesquisa

Em relação ao período de duração, Zanirati (2012) relacionou dois estudos sobre a interferência do tempo em relação à efetividade das ações de educação alimentar na adoção de hábitos alimentares saudáveis e concluiu que eles apontam “a complexidade de afirmar que o período da intervenção tem influência sobre os componentes relacionados à saúde dos escolares”(2012, p.95). Contudo, a autora ressalta que, apesar de poucas mudanças, as atividades realizadas geraram grande satisfação por parte dos participantes.

As estratégias educativas e temáticas abordadas nas ações de intervenção em educação nutricional utilizadas, nos estudos incluídos neste trabalho, foram distribuídas por grupo de população evidenciada pelos autores e estão relacionadas no QUADRO 8.

QUADRO 8

Distribuição das ações de intervenção por autoria, população, temática e estratégia educativa

AUTOR	POPULAÇÃO DO ESTUDO	TEMÁTICA	ESTRATÉGIA EDUCATIVA
BOTELHO et al., 2010	Crianças	Importância do consumo dos alimentos por grupos e pirâmide alimentar	Teatro de fantoches Dominó Jogo da memória Atividade de colorir e desenhar Jogo de pescaria Batata quente Jogo vivo ou morto Supermercado saudável Pirâmide de alimentos (colagem e massinha)
ZANIRATI, 2012	Crianças	Grupos de alimentos	Teatro de fantoches Jogo da memória Jogo de cartas Dominó Quebra cabeça Jogo de tabuleiro Campo minado Super trunfos Outros jogos Oficina culinária
BOOG, 2010	Crianças e adolescentes	Contextualização e ressignificação da alimentação trabalho na produção de frutas Origem das frutas, trabalho e produção Atividade agrícola e seus elementos	Maquete moradia e plantações Contação de história Palavras cruzadas Calendário agrícola Caça-palavras Exposição dialogada Degustação de alimentos
ZANIRATI, 2012	Adolescentes	Grupos de alimentos	Roda de conversa Cartilha educativa

			<p>Paródia Bingo Quebra cabeça Batata quente Tabuleiro Jogo da memória Caça palavras Baralho Outros jogos</p>
ZANCUL; VALETA, 2009	Adolescentes	<p>O papel da Educação Nutricional Por que comemos Higiene dos alimentos Alimentação saudável Sabor dos alimentos Mídia e alimentação Anorexia nervosa, bulimia nervosa, dietas da moda e obesidade Alimentação e atividade física Desperdício de alimentos</p>	<p>Discussões Apresentação de filmes Elaboração de cartazes Dramatização Leitura de textos Jogos Dinâmicas</p>
VARGAS et al, 2011	Adolescentes	<p>Identificação das temáticas de interesse sobre saúde e alimentação. Alimentação saudável Atividade física Obesidade <i>Fast food</i></p>	<p>Grupos focais Concurso de slogan Concurso de música Dinâmica dos alimentos Filme Exibição de propagandas Discussões Oficina de culinária Criação de livro de receitas Criação de jornal</p>
HORTA et al., 2011	Adultos	<p>Alimentação saudável Consumo adequado de frutas, leite/derivados; Rotulagem de alimentos; Importância da prática de atividade física regular e necessidade do cuidado pessoal para a saúde</p>	<p>Murais com cartazes sobre o tema (explicação oral) Folders explicativos Brindes (garrafa de água) Degustação de alimentos dos grupos alimentares trabalhados</p>
HORTA, 2013	Adultos	<p>Receitas e Dicas para a mudança de hábitos Grupos de alimentos Porções de alimentos Diretrizes alimentares Opções de lanches saudáveis Tipos de produtos lácteos magros Tipo de óleos e gorduras Atuação do nutricionista Aproveitamento integral de alimentos Cultivo de ervas e hortaliças Alimentação saudável no diabetes mellitus Alimentação saudável na hipertensão arterial Alimentação para a saúde da mulher Alimentação saudável no envelhecimento</p>	<p>Mural Cartazes Guias alimentares Dinâmicas Exposição interativa Exposição dialogada Folhetos explicativos Brindes Filme Degustação de alimentos Rodas de conversa</p>
CAMPOS et al., 2009	Adultos	<p>Alimentação saudável Obesidade Hipertensão arterial Diabetes mellitus</p>	<p>Exposição dialogada apoiada (audiovisual) Folders Demonstração sobre situações</p>

		Dislipidemias Situações biodinâmicas no trabalho e ginástica laboral	biodinâmicas no trabalho e Ginástica laboral
JAIMÉ et al., 2007	Adultos	Diagnóstico e identificação das limitações e ou barreiras ao consumo de frutas e hortaliças na comunidade Diferentes tipos de frutas e hortaliças Recomendações nutricionais Benefícios do consumo de frutas e hortaliças para a saúde Formas de aumentar o consumo desses alimentos Substituição de alimentos menos saudáveis por frutas e hortaliças, e a relação entre período do ano, preço e qualidade das frutas e hortaliças	Grupo focal Degustação Oficina culinária Exposição dialogada
SALGUEIRO, 2012	Idosos	Consumo de alimentos ricos em fibras Ingestão de líquidos Prática de atividade física	Habilidade do ouvir, liderança e auto referência Fala lenta e pausada Informações simples Fotos de alimentos Registro fotográfico Pirâmide alimentar Folhetos explicativos com letras grandes

Fonte: Dados da pesquisa

Percebeu-se que muitas estratégias educativas foram adaptadas para adequar à faixa etária e ou temática do trabalho, pois foram evidenciadas em vários estudos, mesmo que o público ou o enfoque fosse diferente.

Um detalhe importante no desenvolvimento de uma ação de intervenção em educação nutricional é levar em consideração o interesse da população envolvida, sendo assim, esse detalhe foi percebido nos trabalhos de Vargas et al. (2011), que usou para essa identificação a técnica do grupo focal para planejamento das atividades e identificação do interesse sobre saúde e alimentação. Essa técnica foi abordada também no estudo de Jaime (2007), com o objetivo de identificar as barreiras para o consumo de frutas e hortaliças na comunidade e nortear então a condução da ação de intervenção.

As estratégias educativas evidenciadas nas ações de intervenção nutricional para crianças foram aquelas com características lúdicas como teatro de fantoches, jogos, atividades de colorir, pirâmide, atividades de raciocínio (caça-palavras, palavras cruzadas, contação de história), degustação e oficinas culinárias e as temáticas estavam em torno dos grupos alimentares. Botelho (2010) destaca que a atividade mais lembrada pelas crianças foi o teatro e todas as oficinas foram bem aceitas pelas crianças e que elas questionaram a continuidade

das ações. A autora também verificou que as intervenções propiciaram construção de conhecimentos importantes para a alimentação e nutrição, bem como a motivação a troca de saberes pelas crianças. O que é considerado importante para a formação do indivíduo ativo e responsável pelo seu autocuidado.

Para os grupos de adolescentes, foi possível verificar estratégias educativas comuns ao grupo de crianças, mas também outras, consideradas mais adequadas ao perfil da população, como por exemplo as rodas de conversa, os filmes, os concursos e gincanas, dramatização, dinâmicas, criação de materiais (cartazes, jornais), discussões e oficinas de culinária. Zanirati (2012) ressalta que as oficinas culinárias podem motivar as crianças e adolescentes para a prática alimentar saudável e os incentivar a promover educação alimentar e nutricional em suas famílias.

Nas ações que envolvem a população adulta são destacadas as estratégias como exposição dialogada apoiada ou não por recursos visuais, exposição interativa, murais, guias alimentares, distribuição de brindes, filmes, degustação de alimentos e oficinas culinárias. Jaime (2007) avaliou ações que combinavam informação e motivação com a finalidade de propiciar conhecimentos sobre vantagens do consumo de frutas e hortaliças para a saúde e incrementar habilidades para sua introdução na alimentação cotidiana foram bem sucedidas em ambientes de pobreza e concluiu que elas contemplaram não somente os elementos cognitivos, mas também comportamentais.

Campos (2009) utilizou para a ação de educação com adultos, além de estratégias em grupo, com temas voltados para a DCNT, o “Aconselhamento Gestáltico”, que enfatiza o organismo como um todo, buscando o equilíbrio entre as circunstâncias externas e conflitos interiores. Esta proposição compreende a tomada de atitudes que colocam a pessoa em uma reconfiguração, compreendendo atitudes, posturas, comportamentos, reflexões, ações sobre saúde/doença, relações indivíduo-sociedade e relações interpessoais.

No estudo de Horta (2013), que avaliou programas de intervenções nutricionais de diferentes intensidades direcionados à população feminina que apresentava excesso de peso e elevada prevalência de DAN, as estratégias de educação nutricional foram as mesmas nas intervenções, o que difere a intensidade era o atendimento individualizado. Esse estudo evidenciou a importância das intervenções unicamente em grupo como fluxo para encaminhamento para as ações em grupo combinadas com atendimento individualizados.

E o trabalho de Horta et al. (2011) aponta a abordagem multidisciplinar como importante alternativa de se trabalhar a educação nutricional.

O único trabalho que apresentou estratégias para trabalhar educação nutricional com idosos foi a tese de Salgueiro (2012), sobre a temática da constipação intestinal em idosos, que evidenciou a atenção do educador quanto às peculiaridades da população idosa, como diminuição da acuidade visual e auditiva, e utilizou-se de estratégias que minimizavam essas dificuldades como: iluminação especial para o consultório, materiais de apoio com letras grandes, adaptação da fala e informações claras. Essas adaptações contribuíram para o sucesso da intervenção.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ações de intervenção em educação nutricional identificadas na literatura contribuíram para o conhecimento das práticas divulgadas em meio científico. O conhecimento dessas ações permitiu verificar que a maioria delas foi realizada em grupo ou associadas ao atendimento individualizado. A população em que essas ações predominaram, neste estudo, foi de adultos e sugeriu os ambientes de trabalho e convívio social como os principais ambientes em que essas ações são abordadas.

A análise das estratégias educativas utilizadas nas ações permitiu distribuí-las por cada faixa etária, podendo auxiliar os profissionais no dia a dia do trabalho do profissional nutricionista e identificar aquelas que foram mais utilizadas, como a oficina culinária.

Contudo, a elaboração deste trabalho sugere que a mudança de hábitos alimentares é uma tarefa árdua, tanto para o público quanto para o profissional, que cria expectativas e muitas das vezes não se vê o resultado em curto prazo, pois uma mudança que envolve o sujeito, e seu contexto depende do desejo de mudança desse sujeito, das estratégias de abordagem e do profissional que conduz a ação de educar, entre outras, ou seja, demanda longo prazo. Embora isso aconteça, as ações de educação nutricional são as ferramentas mais valiosas que o profissional de nutrição precisa conhecer e se apropriar.

No entanto, os estudos com essa temática ainda são poucos e não apresentam evidências científicas que garantam maior credibilidade. Mas, apesar disso, é necessária uma conscientização dos profissionais que trabalham com essa ferramenta frequentemente, para que eles se atentem à publicação das suas experiências e os seus exemplos multipliquem essas ações e façam como que, a longo prazo, as tão esperadas mudanças nos hábitos alimentares sejam vistas nos dados epidemiológicos.

REFERÊNCIAS

ASSIS, M. A. A. de; NAHAS, M. V. Aspectos motivacionais em programas de mudança de comportamento alimentar. **Rev. Nut., Campinas**, v. 1, n.12, p. 33-41, jan/abr.1999. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v12n1/v12n1a03.pdf>> Acesso em: 07 de novembro de 2013.

BERNARDO, W. M.; NOBRE, M. R.C.; JATENE, F. B. A prática clínica baseada em evidências: parte II - buscando as evidências em fontes de informação. **Rev. Assoc. Med. Bras. São Paulo**, v.50, n.1, p. 104-108. jan. 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ramb/v50n1/a45v50n1.pdf>> Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

BOOG, M. C. F. Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural1. **Rev. Nutr. PUCAMP**, Campinas, v.23, n.1, p. 5-19, jan./jun., 1997. Disponível em: <http://www.faculdadeguararapes.edu.br/site/hotsites/biblioteca/educacaonutricional_passado-presente-futuro59500.pdf> Acesso em: 07 de novembro de 2014.

BOOG, M. C. F. Educação nutricional: passado, presente, futuro. **Rev. Nutr. PUCAMP**, Campinas, v.10, n.6, p. 1005-1017-, nov/dez.,2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v23n6/07.pdf>> Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

BOTELHO, L. P.; ZANIRATI, V. F.; PAULA, D. V.; LOPES, A. C. S.; SANTOS, L. C. Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.= J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v. 35, n. 2, p. 103-116, ago. 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v23n6/07.pdf>> Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

BRASIL. LEI Nº 8.234, DE 17 DE SETEMBRO DE 1991. Regulamenta a profissão de nutricionista e determina outras providências. **Diário Oficial da União, Brasília**, 18 set. 1991.

BRASIL. MALTA, D. C.; O SILVA JR, J. B. da S. Ministério da saúde. Secretaria de vigilância em saúde. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil e a definição das metas globais para o enfrentamento dessas doenças até 2025: uma revisão**. Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, v. 22, n.1, p.151-164, jan-mar/2013. Disponível em: <<http://scielo.iec.pa.gov.br/pdf/ess/v22n1/v22n1a16.pdf>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. **Vigitel Brasil 2011 : vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico /Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa**. – Brasília : Ministério da Saúde, 2012. Disponível em:

<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2011_fatores_risco_doencas_cronicas.pdf>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

CAMOSSA, A.C.A et al. Educação nutricional: uma área em desenvolvimento. **Alim. Nutr., Araraquara**, v.16, n.4, p. 349-354, out./dez. 2005. Disponível em: < <http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewFile/494/457>>. Acesso em: 07 de novembro de 2014.

CAMPOS, M. E. S. et al. Educação nutricional e sua contribuição para mudança nos indicadores de saúde dos funcionários de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN). **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.= J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v. 34, n. 2, p. 27-42, ago. 2009. Disponível em: < <http://www.revistanutrire.org.br/files/v34n2/v34n2a03.pdf>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

CERVATO, A. M. et al. Educação nutricional para adultos e idosos. **Rev. Nutr., Campinas**, v. 18, n. 1, p.41-52, jan./fev., 2005. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rn/v18n1/23506.pdf>> Acesso em 20 de março de 2014.

HORTA, P. M. et al. Impacto do aconselhamento nutricional na evolução antropométrica e Dietética dos funcionários de uma unidade básica de saúde. **Rev APS**. 2011 v. 14 n. 2, p.162-169 abr/jun. 2011. Disponível em: < <http://aps.ufjf.emnuvens.com.br/aps/article/viewFile/955/472>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

HORTA, P. M. **Efetividade de intensidades diferentes de intervenções nutricionais associadas à prática de exercícios físicos sobre o estado nutricional e a qualidade da dieta de mulheres com excesso de peso na atenção primária à saúde.** Escola de enfermagem. 2013. Dissertação (Mestrado). Programa de Pós-graduação da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte. Disponível em: <<http://www.bibliotecadigital.ufmg.br/dspace/handle/1843/GCPA-97KNMW>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

JAIME, P.C. et al. Educação nutricional e consumo de frutas e hortaliças: ensaio comunitário controlado. **Rev. Saúde Pública**. São Paulo. v.41, n.1, p. 154-157. 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v41n1/5823.pdf>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

LIMA, K. A. **Análise do processo de construção do conhecimento dietoterápico de pacientes diabéticos atendidos no programa saúde da família do município de araras-sp.** Faculdade de ciências farmacêuticas. 2004. Programa de pós-graduação em Alimentos e Nutrição da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”. Araraquara. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v41n1/5823.pdf>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

MALTA, M. B. et al. Educação nutricional na atenção básica de saúde: relato de experiência. **Rev. Simbio-Logias**. São Paulo. V.1 , n.2 , Nov/2008. Disponível em: < http://www.ibb.unesp.br/Home/Departamentos/Educacao/Simbio-Logias/relato_experiencia_nutr_educacao_nutricional_atencao_basic.pdf>. Acesso em: 07 de novembro de 2014.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. **Estratégia e plano de ação regional para um enfoque integrado à prevenção e controle das doenças crônicas, inclusive regime alimentar, atividade física e saúde.** 2007. Disponível em: <<http://www.bvsde.paho.org/texcom/nutricion/reg-strat-cnedspt.pdf>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

MANÇO, A. de M.; COSTA, F. N. do A. Educação nutricional: caminhos possíveis. *Rev. Alim. Nutr.*, Araraquara. v. 15, n. 2, p. 145-153, 2004. Disponível em: <<http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewFile/69/84>>. Acesso em: 07 de novembro de 2014.

PICCOLI, L.; JOHANN, R.; CORRÊA, E. N. A educação nutricional nas séries iniciais de escolas públicas estaduais de dois municípios do oeste de Santa Catarina. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.= J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v. 35, n. 3, p. 1-15, dez. 2010. Disponível em: <<http://files.bvs.br/upload/S/1519-8928/2010/v35n3/a1770.pdf>>. Acesso em: 07 de novembro de 2014

SALGUEIRO, M. M. H. de A. Aconselhamento nutricional em idosos com constipação intestinal funcional: efeitos de ensaio clínico aleatorizado. Faculdade de Saúde Pública 2012. Tese (doutorado). Programa de pós graduação em saúde pública da Universidade de São Paulo. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6133/tde-24032008-130415/pt-br.php>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

SOUZA, D.P. Avaliação do estado nutricional e consumo alimentar de acadêmicos do curso de nutrição da Universidade Federal de Pelotas. **Rev. HCPA.** Pelotas. v.32, n3. 2012. Disponível em: <<http://seer.ufrgs.br/hcpa/article/viewFile/23180/22049>>. Acesso em 25 de março de 2014.

VARGAS et al. Avaliação de programa de prevenção de obesidade em adolescentes de escolas públicas. **Rev Saude Publica.** Rio de Janeiro. V. 45, n.1, p.59-68. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v45n1/1874.pdf>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

ZANCUL, M. S.; VALETA, L. N. Educação nutricional no ensino fundamental: resultados de um estudo de intervenção. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.= J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v. 34, n. 3, p. 125-140, dez. 2009. Disponível em: <<http://files.bvs.br/upload/S/1519-8928/2009/v34n3/a010.pdf>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.

ZANIRATI, V. F. Promoção da alimentação saudável no âmbito do programa escola integrada: influência no perfil nutricional de crianças e adolescentes. Escola de Enfermagem. Belo Horizonte. 2012. Dissertação (Mestrado). Curso de Mestrado da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais. Disponível em: <<http://www.bibliotecadigital.ufmg.br/dspace/handle/1843/GCPA-8ZCHGC>>. Acesso em: 05 de janeiro de 2014.