



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS- UFMG
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO DE FORMAÇÃO PEDAGÓGICA PARA
PROFISSIONAIS DE SAÚDE - C E F P E P S

PÂMELA FRANCISCO DA ROCHA

PRÁTICAS EDUCATIVAS SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA
CONSCIENTIZAÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS DO HOSPITAL MUNICIPAL
DR.RAIMUNDO GOBIRA DE TEÓFILO OTONI - MG

TEÓFILO OTONI
2015

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS- UFMG
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO DE FORMAÇÃO PEDAGÓGICA PARA
PROFISSIONAIS DE SAÚDE - C E F P E P S

PÂMELA FRANCISCO DA ROCHA

PRÁTICAS EDUCATIVAS SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA
CONSCIENTIZAÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS DO HOSPITAL MUNICIPAL
DR.RAIMUNDO GOBIRA DE TEÓFILO OTONI - MG

Projeto de intervenção apresentado 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 obtenção do título de especialista em Formação Pedagógica.

Orientador: Prof. MSc Vanessa Patrocínio de Oliveira.

TEÓFILO OTONI

2015

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

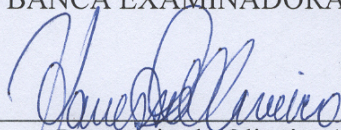
ROCHA, PÂMELA FRANCISCO DA
PRÁTICAS EDUCATIVAS SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA CONSCIENTIZAÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS DO HOSPITAL MUNICIPAL DR.RAIMUNDO GOBIRA DE TEÓFILO OTONI - MG [manuscrito] / PÂMELA FRANCISCO DA ROCHA. - 2015.
28 f.
Orientador: Vanessa Patrocínio de Oliveira.
Monografia apresentada ao curso de Especialização em Formação de Educadores em Saúde - Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, para obtenção do título de Especialista em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde .
1.PRÁTICAS EDUCATIVAS . 2.ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL . I.Oliveira, Vanessa Patrocínio de. II.Universidade Federal de Minas Gerais. Escola de Enfermagem. III.Título.

Pâmela Francisco da Rocha

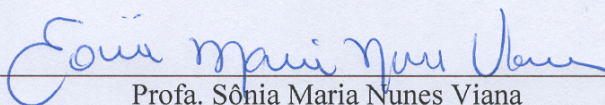
**PRÁTICAS EDUCATIVAS SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA
CONSCIENTIZAÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS DO HOSPITAL MUNICIPAL
DR. RAIMUNDO GOBIRA DE TEÓFILO OTONI - MG**

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: **10/07/2015**

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	1
2. FORMULAÇÃO DO PROBLEMA.....	2
3. A PRESENTAÇÃO DA INSTITUIÇÃO.....	3
4. JUSTIFICATIVA.....	4
5. REFERENCIAL TEÓRICO.....	6
5.1. ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.....	6
5.2. PRÁTICAS EDUCATIVAS NO FORTALECIMENTO DA CONCEPÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.....	6
6. OBJETIVO.....	9
6.1. OBJETIVO GERAL.....	9
6.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	9
7. PERCURSO METODOLÓGICO.....	10
7.1. PROJETO DE INTERVENÇÃO.....	10
7.2. PÚBLICO-ALVO.....	10
7.3. ASPECTOS ÉTICOS.....	10
7.4. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA.....	10
7.5. RISCOS E BENEFÍCIOS.....	11
7.6. DIAGNÓSTICO SITUACIONAL.....	11
7.7. DESENVOLVIMENTO DO PROJETO.....	11
8. RESULTADOS ESPERADOS.....	13
9. CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES.....	14
10. ORÇAMENTO.....	15
11. REFERÊNCIAS.....	16
12. APÊNDICES.....	20

1 - INTRODUÇÃO

Compreende-se por alimentação saudável e adequada a prática alimentar pertinente aos aspectos tanto biológicos quanto socioculturais dos homens, isto é devendo estar em conformidade com as necessidades de cada indivíduo, respeitando os princípios da variedade, da moderação e do equilíbrio, considerando a condição socioeconômica e cultural (BRASIL, 2012).

Uma alimentação balanceada possui requisitos essenciais para a promoção e proteção da saúde, proporcionando maior qualidade de vida, bem como crescimento e desenvolvimento humano (JAIME et al., 2011).

Atualmente a dificuldade em conviver com os problemas alimentares e nutricionais tem demandado várias mudanças no setor de saúde, no intuito de responder às novas demandas alimentares. Deste modo, a promoção da alimentação saudável é vista como uma das mais importantes estratégias de saúde pública, pois apresentam uma abordagem capaz de prevenir, as doenças causadas por deficiências nutricionais, fortalecendo o organismo humano contra as doenças infecciosas, e conseqüentemente auxiliando na redução da obesidade e de outras patologias crônicas não transmissíveis (BRASIL, 2008).

Para tanto, no âmbito hospitalar o nutricionista é responsável por disseminar conhecimento sobre esse tema tornando assim, agentes transformadores das práticas do seu cotidiano. É de suma importância que esse profissional trabalhe em parceria com outros profissionais de saúde objetivando a melhoria da qualidade do serviço que é oferecido aos indivíduos que ali se encontram. Dessa forma, o mesmo se torna um instrumento pedagógico de transformação do trabalho atual, considerado por muitos, como fragmentado, desumano, conflituoso, por meio de estratégias de educação permanente orientadas para a melhoria da qualidade (BRASIL, 2004).

Muitas vezes profissionais de saúde como médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem entre outros enfrentam dificuldades na abordagem da alimentação saudável em virtude de fatores relacionados a sua formação acadêmica e a sua prática vivencial (SILVA, RECINE; QUEIROZ, 2002).

Neste enfoque, a educação em saúde promove a capacitação desses profissionais, tornando-os agentes transformadores das práticas do seu cotidiano, possibilitando adquirir uma autonomia nesse contexto alimentar, promovendo educação em saúde de forma congruente (IERVOLINO, 2005).

2 - FORMULAÇÃO DO PROBLEMA

Dentro do hospital, todos os profissionais são perpetuadores de informações e orientações, principalmente no tocante da alimentação saudável.

As concepções errôneas sobre práticas alimentares inadequadas que são promovidas por profissionais da atenção hospitalar a respeito da saúde e nutrição podem contribuir de maneira negativa para a saúde e qualidade de vida dos usuários do serviço de saúde.

Portanto, faz-se necessário a capacitação desses profissionais no âmbito hospitalar de forma a contribuir para a melhora da atenção ao paciente.

3 - APRESENTAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

O estudo será realizado no Hospital Municipal Dr. Raimundo Gobira de Teófilo Otoni, Minas Gerais, atualmente referência para pacientes ortopédicos, mas que também apresentam demais enfermidades ou risco de desenvolvê-las. Isso ocorre devido a demorosidade em realizar a cirurgia nos pacientes e o tempo em que os mesmos ficam em jejum acarretando o desenvolvimento de patologias podendo citar a desnutrição.

4 - JUSTIFICATIVA

Entende-se que a alimentação saudável é um conceito importante a ser abordado, principalmente pelos profissionais de saúde, visto o seu papel na promoção, recuperação e manutenção da saúde. Os mesmos são responsáveis por orientar e educar a população sobre o que é alimentação saudável e como colocá-la em prática, dentro do contexto de cada indivíduo.

Sabe-se que a nutrição está inteiramente relacionada a longevidade e ao envelhecimento e a sua relevância já foi descrita por muitos autores que associam a alimentação saudável a uma vida mais sadia e uma alimentação inadequada a várias doenças crônicas não transmissíveis principalmente em idosos como obesidade, hipertensão e diabetes (BARBOSA, 2012).

Muitas vezes, o conceito ideal da alimentação saudável é, portanto, definido pelos profissionais de saúde, considerando o contexto exteriores à realidade do usuário e, por isso, denominadas pelos profissionais como as condições ideais.

A questão de como abordar o conceito de alimentação saudável, no âmbito hospitalar, não está, portanto, restrita à busca de estratégias técnicas a serem repassadas entre os profissionais de saúde. A área da saúde deve adotar a alimentação como o resultado das múltiplas conexões entre o sócio-cultural e o biológico. Sua atribuição nessa abordagem interativa deve considerar como argumento o processo de aprendizagem permanente e dinâmico, através da rede dos serviços e programas de saúde, auxiliando para a construção da opinião confiável e segura para os profissionais de saúde sobre as concepções e recomendações da alimentação saudável (SILVA; RECINE; QUEIROZ, 2002).

De acordo Fonseca; Santana (2011), a atuação do profissional proporciona impactos diretos no controle das doenças crônicas não transmissíveis, essencialmente quando se refere a atendimento em âmbito hospitalar, mas desse modo, será indispensável vencer o paradigma de conceituar o espaço da doença e assumir sua função de responsável de promoção da saúde, exercendo com toda a equipe de profissionais da saúde toda a integralidade de seu ciclo de vida.

Devido a alta prevalência de doenças crônicas-degenerativas, Petribú (2009) afirma que é necessário de persistir em medidas educativas e de promoção de condutas preventivas de saúde no âmbito hospitalar.

Sendo assim, faz-se necessário o desenvolvimento do projeto visto que os profissionais da saúde necessitam de capacitação sobre alimentação saudável, pois os mesmos são agentes transformadores da realidade no âmbito hospitalar seja para manutenção e proteção da própria saúde como também dos pacientes. Uma informação correta pode favorecer a redução da permanência hospitalar, melhora do estado nutricional do paciente e consequentemente redução dos custos.

5 - REFERENCIAL TEÓRICO

5.1. Alimentação saudável

Alimentação saudável e balanceada é um dos elementos prevaletentes em nossa saúde, pois somos compostos por aquilo que ingerimos. Nossos músculos, nervos e sangue e todas as nossas células são formadas e renovadas em conformidade com o que comemos (FREITAS, 2002).

A alimentação e a nutrição, enquanto condições básicas para ascensão e a proteção da saúde, proporciona a confirmação plena do potencial de progresso e desenvolvimento humano com qualidade de vida (JAIME et al, 2011).

A nutrição é um fator importante para preservar a saúde e prevenir doenças, os distúrbios nutricionais ocasionados por deficiências de nutrientes, ou mesmo o consumo de refeições ricas em gorduras e açúcares e pobres em nutrientes essenciais, estão entre as razões de doenças e mortes, desta maneira, uma alimentação inadequada, sem as necessidades nutricionais prejudicam a reabilitação dos pacientes.

De acordo o Guia Alimentar do Ministério da Saúde – Como ter uma Alimentação Saudável, “Uma alimentação saudável é aquela que reúne os seguintes atributos: é acessível e não é cara, valoriza a variedade, as preparações alimentares usadas tradicionalmente, é harmônica em quantidade e qualidade, naturalmente colorida e segura sanitariamente”.

Uma alimentação saudável e que contemple todos os nutrientes, necessariamente não tem que ter um valor elevado pois deve privilegiar alimentos in natura e que sejam produzidos na região onde o indivíduo vive. Uma alimentação saudável também deve ser alicerçada em estratégias alimentares que assumam a definição cultural e social dos alimentos como elemento fundamental.

5.2 - Práticas educativas no fortalecimento da concepção da alimentação saudável

Qualquer prática educativa tem como finalidade a conscientização do indivíduo, que só será atingida quando o posicionamento crítico de sua realidade for assumido. Esse método de conscientização será definido pela trilogia ação-reflexão-ação que somente acontecerá quando a realidade vivenciada for aprofundada (FREIRE, 1980).

No entendimento da promoção da saúde, as práticas educativas admitem uma nova personalidade, visto que seu eixo orientador é o revigoramento da capacidade de preferência

dos indivíduos. Contudo, para que isso aconteça, os conhecimentos sobre saúde necessitam ser articulados e trabalhados de forma compreensível, conduzindo os profissionais da saúde para realizarem as escolhas de alimentos mais saudáveis (LIBÂNEO, 1994).

Essas práticas devem estar voltadas para vencer o fosso cultural entre os profissionais de saúde e os conhecimentos adequados sobre a alimentação saudável. Contudo, a distância cultural pode ser solucionada a partir do momento em que os profissionais atuarem sobre os problemas de saúde, esforçando para conhecer as lógicas, os conhecimentos e também os princípios que regem sobre a subjetividade dos fatores envolvidos em relação aos hábitos alimentares inadequados (ALVES; AERTS, 2011).

As ações educativas para a disseminação de conhecimento entre os profissionais, quando coordenadas por profissionais de saúde capacitados, com suas habilidades traçadas no processo de aprendizagem contribuem para melhoria na qualidade de vida tanto dos profissionais como também para os pacientes, pois cabe àqueles a responsabilidade de produzir as condições propícias ao processo de aquisição de conhecimentos sobre alimentação saudável, que possam contribuir com mudanças significativas dos hábitos alimentares dos envolvidos (SANTOS; TORRES, 2012).

Historicamente, percebe-se que muitas práticas educativas em saúde têm característica normativa e se define por prescrições comportamentais que ignoram os determinantes do processo saúde-doença e o conhecimento que os profissionais de saúde possuem sobre alimentação saudável (BOOG, 1997).

É de suma importância que o profissional de saúde consiga agregar conhecimentos e práticas que intensifiquem seu papel de responsável pela promoção da saúde coletiva, tendo como alicerce a percepção da dimensão humana e não só o orgânico, entretanto trata-se de um processo biocultural, e sua intervenção pode favorecer o resgate da integralidade do ser humano, restabelecendo a percepção dos alimentos não somente para a nutrição do corpo mas também sustentar o imaginário humano (ALVES; AERTS, 2011).

Para superação desse aspecto pouco reflexivo que tem marcado, por muito tempo, a abordagem tradicional das práticas de educação nutricional, destaca-se alguns desafios a serem enfrentados, como a constituição de teorias que possibilitem alicerçar novos métodos educativos em nutrição, a criação de ambientes no âmbito hospitalar que garantam o enriquecimento de ações de educação nutricional e o investimento e capacitação dos profissionais que trabalhem na área da saúde (CANESQUI; GARCIA, 2005).

Segundo Alves; Aerts (2011) pode-se planejar algumas estratégias da ação educativa que são: a participação de todos os profissionais de saúde envolvidos na assistência aos

pacientes no âmbito hospitalar, para que possam assumir a responsabilidade sobre os problemas de saúde que muitas vezes são acarretados por uma alimentação inadequada; compreender que os profissionais de saúde e pacientes possuem percepções diferentes sobre a realidade social e que isso deve servir como o ponto de partida para a ação educativa e com isso fortalecer o papel dos serviços de saúde.

A compreensão de que somos seres condicionados, mas não determinados, visto que cada realidade é edificada historicamente pelo ato humano e desta maneira sujeito a transformações (FREIRE, 2002). Implica, por resultado, o respeito e a valorização da individualidade de cada um e da variedade de saberes e valores, bem como a responsabilidade pelo cuidado com os próprios profissionais, com os pacientes e com a vida (SOARES; CAMARGO,2007).

E para melhor análise sobre a concepção dos profissionais de saúde sobre alimentação saudável propõe-se a observação sobre as práticas alimentares dos profissionais da saúde, para que sejam acessíveis a obtenção da informação sobre a nutrição, na perspectiva da promoção da saúde e melhor qualidade de vida, tanto dos profissionais quanto para os pacientes, vencendo a abordagem voltada para a prevenção e tratamento das doenças (CASTRO et al,2007).

Sendo assim, a educação em saúde podem influenciar de forma positiva, contribuindo e estimulando mudanças no comportamento pessoal , além de incentivar a promoção de hábitos alimentares saudáveis.

6 – OBJETIVOS

6.1. Objetivo Geral

Promover práticas educativas sobre alimentação saudável, contribuindo para a conscientização dos profissionais de saúde de um hospital municipal do vale do mucuri e assim promoção da saúde e nutrição dos usuários dos serviços de saúde hospitalar.

6.2. Objetivos Específicos

- Verificar através da pesquisa conhecimentos prévios que os profissionais da saúde possuem acerca do tema alimentação saudável;
- Discutir os conhecimentos errôneos sobre alimentação saudável e promover mudanças para que a disseminação de conhecimentos sobre o tema seja de forma correta;
- Estabelecer uma troca de conhecimentos e promover uma mudança de postura nas práticas utilizadas para que os profissionais de saúde sejam agentes transformadores do cotidiano onde estão inseridos;
- Possibilitar o interesse dos profissionais da saúde em educação continuada para que o conhecimento seja sempre renovado.

7 - PERCURSO METODOLÓGICO

7.1. Projeto de Intervenção

A definição de projeto encontrado frequentemente nos dicionários da Língua Portuguesa está relacionado a plano de realizar, à intenção.

O Projeto de intervenção, como o próprio nome refere, baseia-se nos pressupostos da pesquisa-ação. Tem como base a ideia de ligação dialética entre pesquisa e ação. Além disso, a pesquisa deve ter como função a transformação da realidade. Tanto pesquisador como pesquisados estão intimamente envolvidos em uma expectativa de mudança.

As principais instruções para a realização de um Projeto de Intervenção são: capacidade de mudanças, possibilidade de alteração participativa e inserção do pesquisador frente ao pesquisado. O Projeto de Intervenção é capaz de promover mudanças e melhorias para um determinado grupo de pessoas ou para uma comunidade em geral, desde que os recursos a serem utilizados sejam adequados com a realidade local (THIOLLENT, 2005).

7.2. Público-Alvo

Todos os profissionais de saúde atuantes na assistência aos pacientes no Hospital Municipal Dr. Raimundo Gobira de Teófilo Otoni, Minas Gerais.

7.3. Aspectos Éticos

Para resguardar a privacidade dos sujeitos da pesquisa não será utilizada identificação nos instrumentos de coleta e os mesmos serão respondidos individualmente pelos entrevistados, após terem assinado o termo de consentimento livre e esclarecido (APÊNDICE A). A pesquisa será devidamente esclarecida sobre seus objetivos, bem como sigilo das informações e possibilidade dos mesmos retirarem seu consentimento a qualquer momento.

7.4. Caracterização da Amostra

A amostra será composta pelos profissionais de saúde do Hospital Municipal Dr. Raimundo Gobira, que participarão do presente estudo de forma voluntária, após

assinatura de um termo de consentimento livre e esclarecido. É importante ressaltar que a instituição na qual será realizado o projeto emitirá Termo de Consentimento Institucional (APÊNDICE B) a fim de se garantir a autorização e idoneidade do mesmo.

7.5. Riscos e Benefícios

Devido ao fato da pesquisa não ser invasiva, a participação dos profissionais de saúde não apresentam riscos e nem complicações legais, além disso, se o mesmo se sentir desconfortável em continuar na pesquisa, ele pode se recusar a continuar em qualquer fase, sem qualquer prejuízo. Os benefícios serão descobertos no decorrer do projeto tanto para os profissionais de saúde, que estarão mais conscientes sobre a alimentação saudável e promoção da saúde e melhor qualidade de vida quanto para os pacientes, no intuito da prevenção e tratamento das doenças.

7.6. Diagnostico Situacional

O presente trabalho propõe analisar sobre a percepção dos profissionais de saúde sobre alimentação saudável. Para tanto, será desenvolvida uma entrevista estruturada, através de um questionário avaliativo (APÊNDICE C) a todos os profissionais de saúde contendo questões básicas sobre alimentação saudável. De acordo Freire (1979), essa prática torna-se fundamental, pois melhora o estímulo e o respeito à independência do indivíduo em suas atividades, com apoio em experiências e em diálogos.

A avaliação diagnóstica se dará através da análise crítica dos questionários.

É importante ressaltar que para avaliar as respostas do questionário aplicado aos funcionários, quanto para a confecção do mesmo, serão utilizados os cadernos do ministério da saúde: Guia Alimentar Saudável, Guia Alimentar para a População Brasileira e Os 10 passos para Uma Alimentação Saudável do ministério da saúde.

7.7. Desenvolvimento do Projeto

Para alcançar as metas propostas as ações educativas devem ser feitas de forma simples e rápida, visto que os profissionais da saúde possuem pouco tempo disponível.

Será aplicado um questionário para os funcionários orientado pela nutricionista responsável pela execução do projeto. A avaliação deste questionário será feita através de planilhas feitas no Excel, feito isso, os resultados serão tabulados. Conforme o resultado do

mesmo serão ministradas as ações educativas. Como o tempo dos profissionais da saúde é reduzido serão realizadas as seguintes ações educativas como pequenas palestras e oficinas em grupo de no máximo 15 minutos de duração e entregar uma cartilha explicativa. Estudos realizados por Frota; Albuquerque; Linara (2007) apontam os grupos educativos e as palestras (atividades formais) como ferramentas de educação em saúde na comunidade.

Será realizada uma dinâmica lúdico-pedagógica como a elaboração de uma pirâmide alimentar onde os funcionários coloquem os alimentos no grupo a que pertençam e montar uma mesa com alimentos variados e orientá-los sobre a rotulagem dos mesmos, avaliando os valores de sódio, açúcar e gordura, pois de acordo com Silveira; Andrade; Guimarães (2009) essas técnicas geram maior interesse pelo assunto abordado. Também será feita sessão cinema de filmes com duração de poucos minutos. Segundo Freitas (2007), os vídeos e DVD's favorecem o entendimento do mundo real e dos fenômenos naturais porque conseguem exibir acontecimentos do passado e do presente, assim como a previsão do futuro. Transportam para perto os lugares distantes, explicam os problemas e sugerem soluções, incentivando a criatividade e trabalhando o imaginário.

Para finalizar será realizado um questionário de perguntas e respostas sobre o tema que foi abordado e oferecido um lanche saudável.

8 - RESULTADOS ESPERADOS

Com esse projeto espera-se que os profissionais de saúde discutam os conhecimentos errôneos sobre alimentação saudável e promovam mudanças para que a disseminação de conhecimentos sobre o tema seja de forma correta, que se interessem pela educação continuada para que o conhecimento seja sempre renovado, favorecendo a promoção da saúde e nutrição dos usuários e portanto, diminuindo o tempo de internação hospitalar e consequentemente redução dos custos com os pacientes.

9 - CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES

Atividades	Julho 2015	Agosto 2015	Setembro 2015	Outubro 2015
Planejamento	X			
Seleção dos funcionários participantes	X			
Reunião com o diretor do Hospital		X		
Entrevista com os participantes		X	X	
Formação dos profissionais envolvidos	X			
Capacitação dos profissionais de saúde				X
Monitoramento/ Resultados				X

10 - ORÇAMENTO

Material	Quantidade	Custo unitário (R\$)	Custo total (R\$)
Equipamento multimídia	(*)	-	-
Impressões	(*)	-	-
Cópia xerox	(*)	-	-
Cópia xerox termo de consentimento	(*)	-	-
Certificados	100	1,50	150,00
Folders educativos	02	80,00	160,00
Lanche saudável	100	3,00	300
Total	-	-	610,00

(*) Materiais a serem disponibilizados pelo Hospital Municipal

REFERÊNCIAS

ALVES, G.G.; AERTS, D. As práticas educativas em saúde e a Estratégia Saúde da Família. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 16, n. 1, p. 319-325, Jan. 2011.

Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232011000100034&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 23 jun. 2015.

BARBOSA, M. **A importância da alimentação saudável ao longo da vida refletindo na saúde do idoso**. Departamento de Ciências da Vida Pós-Graduação *latu sensu* em nutrição clínica, universidade regional do noroeste do estado do Rio Grande do Sul, 2012.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde**. Departamento de Gestão da Educação na Saúde. Política de educação e desenvolvimento para o SUS: caminhos para a educação permanente em saúde – Pólos de Educação Permanente em Saúde. Ministério da Saúde, Brasília, 2004.

_____. **Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica**. Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

_____. **Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica**. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2012.

_____. **Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de atenção Básica**. Guia alimentar para a população brasileira / ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : ministério da saúde, 2014.

BOOG, M.C.F. Educação nutricional: passado, presente e futuro. **Rev Nutr**. 1997.

CASTRO, I.R.R. et al . A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais das redes de saúde e de educação. **Rev. Nutr**. Campinas, v. 20, n. 6, p. 571-588, Dec. 2007.

CONTRERAS, J. **Patrimônio e globalização: o caso das culturas alimentares**. In: CANESQUI, A.M.; GARCIA, R.W.D, organizadores. Antropologia e nutrição: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2005.

FONSECA, K.Z. **O nutricionista como promotor da saúde em unidades de alimentação e nutrição: dificuldades e desafios do fazer**. Enciclopédia Biosfera. Centro Científico Conhecer. Goiânia, vol.7, n.13, pág.1466, 2011.

FREIRE, P. **Educação e Mudança**. 12ª Edição. Paz e Terra. Rio de Janeiro, 1979.

FREIRE, P. **Conscientização: teoria e prática da libertação: uma introdução ao pensamento de Paulo Freire**. São Paulo: Cortez & Moraes, 1980.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, p. 21, 2002.

FREITAS, P.G. **Saúde um estilo de vida**. Baseado no Equilíbrio de Quatro Pilares. Ibrasa. São Paulo, p. 15, 2002.

FREITAS, D.N.T. **A avaliação da Educação Básica no Brasil**. *Jornal de Políticas Educacionais*. Campinas, nº 4, p.74-77, jul./dez. 2008.

FROTA, M.A.; ALBUQUERQUE, C.M.; LINARA, A.G. **Educação popular em saúde**, 2007.

IERVOLINO, Solange A.; PELICIONI, Maria Cecília F.. Capacitação de professores para a promoção e educação em saúde na escola: relato de uma experiência. **Rev. bras. crescimento desenvolv. hum.**, São Paulo , v. 15, n. 2, ago. 2005 .

Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010412822005000200011&lng=pt&nrm=iso. Acesso 16 jun. 2015.

JAIME, Patrícia Constante et al . Ações de alimentação e nutrição na atenção básica: a experiência de organização no Governo Brasileiro. **Rev. Nutr.** Campinas, v. 24, n. 6, p. 809-824, dez. 2011.

Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141552732011000600002&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 03 jul. 2015.

LIBÂNEO, J.C. **Didática**. 16ª reimpressão. São Paulo: Cortez; 1994.

PETRIBU, M.M.V.; CABRAL, P.C.; ARRUDA, I.K. Grande de Estado nutricional, consumo alimentar e risco cardiovascular: um estudo em universitários. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 22, n. 6, p. 837-846, dez. 2009.

Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141552732009000600005&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 07 jul. 2015.

SANTOS, L.; TORRES, H.C. **Práticas educativas em diabetes mellitus: compreendendo as competências dos profissionais da saúde**. Texto contexto - enferm., Florianópolis, v. 21, n. 3, p. 574-580, set. 2012.

Disponível em: [&lng=pt&nrm=iso](#). Acesso em: 03 jul. 2015.

SILVA, D.O.; RECINE, E.G.I.G.; QUEIROZ, E.F.O. Concepções de profissionais de saúde da atenção básica sobre a alimentação saudável no Distrito Federal, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 5, p. 1367-1377, out. 2002.

Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102311X2002000500030&lng=pt&nrm=iso. Acesso 25 jun. 2015.

SILVEIRA, J. C., ANDRADE, L. A. D. B., GUIMARÃES, E. M.A. Avaliação do aprendizado de crianças sobre alimentação e nutrição comparada a dois métodos de abordagem didáticos, 2009.

Disponível em:

http://www.cre.se.df.gov.br/ascom/documentos/hortasubeb/avalia%C3%A7%C3%A3o%20d%20aprendizado_crian%C3%A7as_alimenta%C3%A7%C3%A3o_saudavel.pdf.

Acesso em: 27 jun. 2015.

SOARES, J.C.R.S.; CAMARGO, Jr.K.R. **A autonomia do paciente no processo terapêutico como valor para a saúde**. *Interface*. 2007.

THIOLLENT, M. **Metodologia da Pesquisa-ação**. São Paulo: Editora Cortez, 2005.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO

UFMG

Universidade Federal de Minas Gerais

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu _____, abaixo assinado, DECLARO para fins de participação na pesquisa “**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DE UM HOSPITAL PÚBLICO DO MUNICÍPIO DE TEÓFILO OTONI-MG EM 2014**”, sob a responsabilidade da pesquisadora Pâmela Francisco da Rocha, na condição de representante legal do sujeito/legal da pesquisa que fui devidamente esclarecido a respeito da justificativa, objetivos e procedimentos a serem utilizados na mesma. Declaro também ter sido informado sobre a liberdade de recusa na participação ou retirada do consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização ou prejuízo, bem como sobre a garantia de sigilo quanto aos dados confidenciais envolvidos na pesquisa. Declaro, outrossim, que após devidamente esclarecido, consinto voluntariamente participar da referida pesquisa.

Nome do aluno: _____.

Assinatura do responsável: _____.

Teófilo Otoni, _____ de _____ de 2015

Assinatura do pesquisador

Pesquisadora: Pâmela Francisco da Rocha

Rua Hermínia Kern Rodrigues, 41 – Centro

Teófilo Otoni – MG

e-mail: pampamfrocha@hotmail.com

cel: (33) 8895-6767

Orientador: Karine Rodrigues da Silva Neumann

Rua:

Teófilo Otoni – MG

APÊNDICE B – TERMO DE AUTORIZAÇÃO DO HOSPITAL**UFMG****Universidade Federal de Minas Gerais****TERMO DE AUTORIZAÇÃO****Prezado(a) Diretor(a),**

A Universidade Federal de Minas Gerais- UFMG apresenta o acadêmico *Pâmela Francisco da Rocha* do curso de *Pós- graduação de Formação Pedagógica para profissionais da área da saúde*, que desenvolverá um Projeto de Pesquisa sobre Alimentação Saudável em funcionários do Hospital Municipal Drº Raimundo Gobira.

O acadêmico fará uma pesquisa envolvendo questionário . Para isso será utilizado questionário específico para coleta de dados .O objetivo da pesquisa é identificar o nível de conhecimento dos funcionários sobre alimentação saudável.

O questionário será aplicado *gratuitamente*, o funcionário tem a liberdade de se recusar a participar ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma e sem prejuízo ao seu cuidado.

O funcionário participante também tem garantia de sigilo quanto aos dados confidenciais envolvidos na Pesquisa, assegurando-lhe absoluta privacidade.

Pedimos a sua autorização e colaboração para que este Educandário participe deste trabalho.

Teófilo Otoni, ____ de _____ de 2015.

Desde já agradecemos,

Assinatura do Diretor(a)

Karine Rodrigues da S. Neumann
Orientador de Pesquisa

APÊNDICE C- QUESTIONÁRIO AVALIATIVO

Questionário sobre Alimentação Saudável

1- Quantos copos com água devemos consumir por dia?

- a) de acordo com a sede;
- b) três ou menos;
- c) mais de seis.

2- Quantas refeições devem ser feitas por dia? (Conte também o lanche da manhã e tarde).

- a) uma a duas;
- b) duas a três;
- c) quatro a cinco.

3- Quantas porções de frutas devem ser consumidas por dia?

- a) zero a duas;
- b) duas a três;
- c) três a quatro.

4- Quantas porções de leite devem ser consumidas por dia?

- a) uma ou nenhuma;
- b) duas a três;
- c) quatro.

5- Quantas vezes por semana devem ser consumido frituras?

- a) todos os dias;
- b) duas vezes por semana;
- c) duas vezes ao mês.

6- Que tipo de suco você considera mais saudável?

- a) suco da fruta;
- b) suco de saquinho;
- c) suco em lata.

7- Qual tipo de gordura deve ser utilizado para preparar os alimentos?

- a) gordura animal (gordura de porco, manteiga);
- b) óleos vegetais (óleo de soja, girassol, canola);
- c) margarina ou gordura vegetal.

8- Com que frequência devemos consumir verduras e vegetais?

- a) todos os dias;
- b) duas vezes por semana;
- c) três vezes por semana.

9- Na hora das refeições é importante deixar o saleira à mesa?

- a) sim;
- b) não.

10- É importante ingerir líquidos junto às refeições?

- a) sim;
- b) não.