

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XIX Jornada de Extensão

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO EM NUTRIÇÃO SOBRE A NOVA CLASSIFICAÇÃO DOS ALIMENTOS EM SERVIÇO DE NUTRIÇÃO E DIETÉTICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA¹
NUTRITION EDUCATION ACTIVITY ON THE NEW CLASSIFICATION OF FOODS IN NUTRITION AND DIETARY SERVICE: A REPORT OF EXPERIENCE

Priscila Graciele Ramos Da Costa², Bruna Letícia Endl Bilibio³, Eilamaria Libardoni Vieira⁴

¹ Trabalho desenvolvido na disciplina Estágio em Alimentação Institucional I.

² Acadêmica do Curso de Nutrição - UNIJUI, pri.graci@gmail.com.

³ Acadêmica do Curso de Nutrição - UNIJUI, bruna_endl@hotmail.com.

⁴ Professora Mestre do Departamento de Ciências da Vida, Curso de Nutrição, Doutoranda em Desenvolvimento Regional - UNIJUI, eilamaria.vieira@unijui.edu.br.

INTRODUÇÃO

As ações educativas que possam interferir no processo de saúde-doença da população, no desenvolvimento de autonomia, individual e coletiva, e na busca de qualidade de vida pelos usuários, devem ser preconizadas, especialmente nos serviços de produção de refeições para coletividades sadias e enfermas (BRASIL, 2013).

Dentro dos Serviços de Nutrição e Dietoterapia (SND), nas Unidades de Alimentação e Nutrição, tem se observado um aumento de sobrepeso e obesidade (CASSANI et al., 2009; REZENDE et al., 2006). Sendo que, de acordo com o Código de Ética e Conduta do Nutricionista (2018) a conscientização sobre hábitos alimentares saudáveis está dentro das atribuições do profissional nutricionista. Portanto, realizar atividades de educação e nutrição é necessário para a promoção de saúde dentro e fora do ambiente de trabalho.

O objetivo da atividade desenvolvida no estágio em Alimentação Institucional I foi de conscientizar as colaboradas do SND sobre a nova classificação dos alimentos preconizada pelo novo Guia Alimentar da População Brasileira (2014), promovendo a construção do conhecimento crítico, hábitos de vida mais saudáveis e valorização dos serviços prestados pelo SND.

METODOLOGIA

A atividade de educação em nutrição foi desenvolvida no período de abril e maio de 2018 durante o Estágio de Alimentação Institucional I, componente obrigatório na formação do curso de Nutrição da UNIJUI. A mesma foi realizada em uma UAN do Serviço de Nutrição e Dietoterapia (SND) de um hospital privado do município de Ijuí/RS. A mesma foi realizada em dois encontros para haver maior alcance nos turnos de trabalho (manhã e tarde) sob orientação das nutricionistas responsáveis pelo serviço e professora supervisora. Participaram de forma voluntária a convite

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XIX Jornada de Extensão

das nutricionistas do SND, vinte e seis (26) colaboradoras.

Primeiramente foram escolhidos alimentos de plástico e embalagens que poderiam fornecer uma sequência lógica para posterior explicação da nova classificação dos alimentos. Tanto os alimentos de plástico quanto as embalagens foram disponibilizadas pelo SND, que já usava em outras atividades de educação com as colaboradoras.

Após a escolha, os alimentos foram dispostos aleatoriamente em três mesas diferentes com folhas de ofício escritas separadamente: “in natura”, “minimamente processados” “processados” e “ultraprocessados”. Sendo que sob a primeira mesa estava disposta a folha de ultraprocessados, na segunda a dos processados e terceira dos in natura e minimamente processados, conforme demonstrado nos registros abaixo:



Para introduzir o assunto, foi realizada uma fala inicial pelas estagiárias explicando a relação do alimento com a saúde, a importância do consumo e preparo de alimentos seguros e de qualidade (correlacionando com serviços prestados pelo SND), exposição das ideias centrais do Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), abordando principalmente as escolhas que devem ser preconizadas, explicando como se dá a diferenciação da nova classificação dos alimentos, benefícios do consumo adequado e malefícios do oposto.

Para a fixação dos itens abordados, as colaboradoras foram convidadas a redistribuírem os

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XIX Jornada de Extensão

alimentos de plástico e embalagens, anteriormente dispostos nas mesas, do modo como haviam compreendido a nova classificação do guia. Em seguida, as estagiárias conferiram o posicionamento dos alimentos nas mesas, corrigindo equívocos e abrindo espaço para esclarecimentos e questionamentos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O dialogo inicial realizado pelas estagiárias, correlacionou a oferta de alimentos através do SND com o que preconiza o Guia, já que o serviço preza por realizar escolhas alimentares adequadas. Valorizando o SND como promotor de alimentação saudável através do trabalho das colaboradoras e oferta das refeições

A exposição dos benefícios de uma alimentação com base em alimentos in natura e minimamente processados, valorizando aspectos culturais, sociais, biológicos e a sustentabilidade, teve um repercussão positiva, ao passo que quando os itens foram abordados, as colaboradas concordavam com gestos e realizam comentários sobre os assuntos. As nutricionistas também participaram do diálogo, demonstrando satisfação ao final da atividade em agradecimento as estagiárias e a professora orientadora, pois a atividade demonstrou-se efetiva ao correlacionar hábitos saudáveis e escolhas adequadas dentro e fora do local de trabalho. Nos registros abaixo, é possível visualizar a execução da atividade e envolvimento por parte das colaboradoras.



01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XIX Jornada de Extensão

A Educação Alimentar Nutricional é uma ferramenta que promove garantia do Direito Humano a Alimentação Adequada, trazendo inúmeras possibilidades de aplicação. (BRASIL, 2013).

Em decorrência ao modo de vida urbana e os hábitos alimentares convencionais a esse, tanto o comensal quanto o colaborador sentem necessidade de adaptar sua vida segundo as condições das quais dispõe, como tempo, recursos financeiros e locais disponíveis para se alimentar. (OLIVEIRA, ALVES, 2008).

Há um cenário de sobrepeso e obesidade que atingem mais de 60% de trabalhadores de Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) (CASSANI et al., 2009; REZENDE et al., 2006). Sendo que fatores socioeconômicos, culturais e demográficos podem influenciar nessa condição (MATOS, PROENÇA, 2003).

Na contemporaneidade os comensais dispõem de pouco tempo para trabalhar no preparo de alimentos, devido à rotina que impossibilita muitas vezes o deslocamento do trabalho para casa e vice-versa. Além disso, a vasta opção de alimentos “práticos” – entretanto pobres em nutrientes – nos supermercados e a flexibilidade que eles proporcionam também contribuem para uma refeição mais individualizada, dispensando rituais para preparo do próprio alimento. (OLIVEIRA, ALVES, 2008).

No entanto, estudos epidemiológicos vêm alertando quanto ao potencial para degradação da saúde que essas práticas alimentares proporcionam. Na sociedade moderna, onde as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) estão fortemente presentes, a alimentação inadequada e o estilo de vida são grandes fatores de risco. A promoção saúde através de atividades educativas é indispensável para controle e prevenção de doenças, através de estímulo a alimentação completa, variada e saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atividade atingiu o objetivo proposto momentaneamente, auxiliando as colaboradoras a entender o a nova classificação dos alimentos. Entretanto, é necessário frisar, que cabe ao Nutricionista constantemente realizar atividades similares a esta para haver realmente impactos na saúde dos colaboradores.

PALAVRAS-CHAVE: educação em nutrição, unidade de alimentação e nutrição, serviço de nutrição e dietoterapia

KEYWORDS: nutrition education, nutrition and nutrition unit, nutrition service and diet therapy

REFERÊNCIAS

BRASIL. 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**. Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. 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**. Ministério da Saúde, 2014.

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XIX Jornada de Extensão

CABAN A.J. et al. Obesity in US workers: The National Health Interview Survey, 1986 to 2002. **American Journal of Public Health**. 2005;95(9):1614-22.

CASSANI R.S.; NOBRE F.; PAZIN FILHO A.; SCHIMIDT A. Prevalência de fatores de risco cardiovascular em trabalhadores de uma indústria brasileira. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia**. 2009;92(1):16-22.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. Código de Ética e Conduta do Nutricionista. 2018. Disponível em: <<http://www.cfn.org.br>>. Acesso em: 01 jul. 2018.

OLIVEIRA, C. dos S. de; ALVES, F. S. Educação Nutricional em Unidade de Alimentação e Nutrição, direcionada para consumo de pratos proteicos: um estudo de caso. **Revista de Alimentos e Nutrição**. Araraquara. v.19, n.4, p. 435-440, out./dez. 2008.

MATOS C.H.; PROEÇA R.P. Condições de trabalho e estado nutricional de operadores do setor de alimentação coletiva: um estudo de caso. **Revista de Nutrição** 2003;16(4):493-502.

REZENDE F.A. et al. Índice de massa corporal e circunferência abdominal: associação com fatores de risco cardiovascular. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia**. 2006;87(6):728-34.