

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

ALIMENTAÇÃO PREGRESSA E MULHERES NO CLIMATÉRIO¹

Mabili Tresel Freitas², Francieli Aline Conte³, Vanessa Huber Idalencio⁴, Vitor Buss⁵, Lígia Beatriz Bento Franz⁶.

¹ Pesquisa Institucional desenvolvida no Departamento de Ciências da Vida, pertencente ao Grupo de Pesquisa em Envelhecimento Humano-GERON, linha Envelhecimento e Saúde

² Acadêmica do curso de Nutrição da UNIJUI, bolsista PIBIC/CNPq (mabilitresel@hotmail.com)

³ Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Atenção Integral à Saúde-PPGAIS – UNICRUZ/UNIJUI, bolsista PROSUP/CAPES

⁴ Acadêmica do curso de Nutrição da UNIJUI, bolsista PIBIC/CNPq (vanessa.idalencio@hotmail.com)

⁵ Nutricionista, voluntário no Grupo de Pesquisa em Envelhecimento Humano-GERON, linha Envelhecimento e Saúde

⁶ Prof.^a Dr.^a do curso de Nutrição da UNIJUI, docente do Programa de Pós-Graduação em Atenção Integral à Saúde-PPGAIS, mestrado – UNICRUZ/UNIJUI (ligiafra@unijui.edu.br).

INTRODUÇÃO

A população idosa vem apresentando taxas elevadas de crescimento em relação as décadas anteriores, que justifica-se em parte, pela baixa queda das taxas de fecundidade da população jovem que favorecem este dado. A drástica mudança social traz aspectos como o aumento da expectativa de vida dos brasileiros, e conseqüentemente maiores demandas por acesso desse público aos serviços de saúde, pois nessa fase há uma maior prevalência de doenças e condições crônicas (CAMARANO; KANSO, 2013; COSTA; CAMARANO, 2008). Em busca de um envelhecimento saudável, estudos epidemiológicos apontam que muitas doenças são evitáveis se adotados serviços preventivos, eliminação dos fatores de risco e medidas como adoção de hábitos saudáveis (COSTA; CAMARANO, 2008).

A área da nutrição vem ganhando cada vez mais espaço no Brasil e no mundo, principalmente relatando a importância dos hábitos alimentares em relação ao aumento e a redução de riscos de doenças. Um estudo realizado em uma comunidade ribeirinha de Cuiabá-MT evidenciou que antigamente a alimentação estava associada com o processo saúde-doença, assim os moradores da comunidade referiam os mais velhos como tendo mais saúde, remetendo essa característica aos seus hábitos alimentares da época. Hoje os integrantes da comunidade consideram que o modo de vida, consumo alimentar no passado, era mais saudável e obtinha grande influência sobre a proteção de doenças, pois os alimentos antigamente seriam mais adequados para a manutenção da saúde, e ainda descreviam os alimentos como “eram mais fortes e mais naturais” (KREUTZ, GAIVA, AZEVEDO, 2006).

As escolhas alimentares da sociedade adotadas nas últimas décadas podem prejudicar e causar prejuízos a saúde de várias formas. A grande aderência aos alimentos processados, com alto teor de gorduras saturadas, o consumo excessivo de sódio, que prejudicialmente pode levar ao aumento do risco de hipertensão arterial e eventos cardiovasculares, e o consumo de carne vermelha em excesso, carne processada, se relacionam a doenças cardiovasculares e ao diabetes (DUNCAN et al, 2012).

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

Para a realização da avaliação do consumo alimentar podemos utilizar instrumentos metodológicos como inquéritos, para estabelecer previamente os hábitos alimentares de indivíduos e da população de um determinado local em um determinado período de tempo. Esses métodos fornecem informações sobre ingestão alimentar e estado nutricional que viabilizam a compreensão da dieta estudada e permite relacioná-la ou não ao aparecimento de doenças crônico-degenerativas (DUARTE, 2003). Uma área ainda em desenvolvimento é o acompanhamento da alimentação pregressa que vem desde a infância, mas que tende a ser vista com maior importância, por sua influência no desenvolvimento de doenças futuras. Isso reforça a importância de acompanharmos os hábitos alimentares das participantes. Com esse estudo pretende-se descrever a produção e não produção de alimentos caseiros durante a infância/adolescência em relatos de mulheres no período do climatério.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, dentro de um estudo de coorte em andamento, realizado com 57 mulheres no período do climatério, na faixa etária entre 35 a 65 anos, vinculadas às Estratégias de Saúde do meio urbano do município de Ijuí-RS, e vinculadas à pesquisa institucional realizado pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ), aprovado em comitê de ética em pesquisa sob o número de parecer 864.988. Este estudo foi realizado mediante a aplicação de questionário semiestruturado contendo perguntas a respeito dos hábitos alimentares pregressos entre as mulheres participantes da pesquisa. O inquérito de alimentação pregressa é composto por 3 seções, nesse será retratado hábitos alimentares na infância e adolescência e questionamentos acerca do meio onde viveu (urbano ou rural), bem como hábitos familiares.

Este trabalho avaliou basicamente o relato de produção e não produção de alimentos caseiros. A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva, utilizando mediadas de frequência, no software SPSS (18.0)

A pesquisa é realizada por equipe de profissionais docentes e acadêmicos da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ), abrangendo os cursos de Fisioterapia, Farmácia e Nutrição.

RESULTADO E DISCUSSÃO

A tabela a seguir trata da produção e não produção de alimentos caseiros para consumo na infância/adolescência, no meio rural e urbano. Foi aplicado o questionário em 57 mulheres, destas um total 35 residiam no meio Urbano e 22 no meio Rural, neste período de suas vidas.

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

PRODUÇÃO	Você viveu a infância na cidade ou meio rural?	Vocês viveram a infância na cidade ou meio rural?		
		Urbano (35)	Rural (22)	Total (57)
Panificações (pães, massas, bolachas)	Sim	34	22	56
	Não	1	0	1
Hortaliças (legumes, vegetais)	Sim	33	22	55
	Não	2	0	2
Pomar (frutas)	Sim	33	21	54
	Não	2	1	3
Leite ou derivados (queijo, iogurte)	Sim	22	21	43
	Não	13	1	14
Ovos (galinha de criação própria)	Sim	30	22	52
	Não	5	0	5
Doces (doce de leite, doces de fruta, conservas, Chimia, geleias)	Sim	30	19	49
	Não	5	3	8
Embutidos (salame, lombo defumado, charque)	Sim	18	19	37
	Não	17	3	20

Tabela: Produção e não produção de alimentos caseiros para consumo na infância e adolescência, no meio urbano e rural.

Quanto a produção de pães, massas, bolachas, hortaliças e frutas, praticamente todas as mulheres do meio rural e urbano produziam, apenas uma do meio urbano relatou não produzir produtos de panificação, duas do meio urbano não produziam hortaliças, e quanto a ter pomar, duas do meio urbano e uma do meio rural relataram que não tinham. Em relação a produção de ovos, verifica-se que no meio urbano a produção foi relatada pela maioria das mulheres (30), que possibilita deduzir que mesmo no meio urbano, naquela época era comum a criação de aves para fins de produção de ovos, já no meio rural esta era uma realidade de todas.

Em relação a produção de leite e embutidos, percebe-se que também houveram relatos de produção no meio urbano, embora em menor escala quando comparado com o meio rural, o que possibilita deduzir que era possível a criação de animais de corte e de leite na cidade naquela época e também que se tinha outra cultura quanto aos alimentos, uma vez que os produtos eram menos industrializados do que atualmente. Quanto a produção de doces, no meio urbano 30 mulheres, e no meio rural 19 mulheres produziam doces caseiros. A condição do meio rural viabiliza a fabricação

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

desses alimentos em maior escala pela própria condição da produção das matérias primas (gado, aves, território/espaco e cultura).

O estudo da avaliação pgressa no consumo alimentar vem sendo cada vez mais mencionado para a associação de doenças. Essa investigação busca estudar a dieta e a sua relação com o desenvolvimento de patologias. Geralmente ela é avaliada a partir de informações de consumo anterior ao diagnostico, isso se dá diante da abordagem que os indivíduos relatam com maior precisão a dieta no passado (PEREIRA, 1999).

Em virtude das demandas geradas pelo estilo de vida urbano, é necessário organizar sua vida segundo as condições das quais dispõe, como tempo, recursos financeiros, locais disponíveis para se alimentar, local e periodicidade das compras, e outras. A indústria e o comercio acabam proporcionando alternativas adaptadas as condições urbanas e projetando um novo modo de comer, que consequentemente contribui para a mudança no consumo alimentar (GARCIA, 2003).

A nova perspectiva da inclusão feminina no mercado de trabalho vem quebrando barreiras e construindo história. Mas ao mesmo tempo que a autonomia a transforma, deixa lacunas nas questões alimentares, que pode contribuir para a alteração nos hábitos alimentares da própria mulher e de sua família, em razão das mulheres ainda serem as responsáveis por 80% das atividades alimentares domésticas. Em circunstância da valorização profissional e social, investimento em formação e informação, elas prosperam “libertar-se” dessas atividades e assim construir sua autonomia financeira, passando a não ter tempo de realizar as atividades domésticas/alimentares (LELIS, 2012).

O desempenho de reprodução humana mudou drasticamente, com transição de mães que tinham um padrão de 6-8 filhos para uma média de 2-3 filhos para cada mulher e, avanços no declínio na mortalidade infantil, influenciaram na mudança da pirâmide populacional, mostrando que pessoas com mais de 50 anos cada vez mais se equiparam em quantidade com crianças, jovens e adolescentes. Hoje a ocupação demográfica passou à condição de um país mais urbano com cerca de 80% da população erradica em cidades (FILHO, 2003)

Devido ao aumento e urbanização da população, para atender a demanda de moradores alocados nas cidades, um redimensionamento da produção de alimentos teve de ser aumentada de forma que atendesse em quantidades suficientes a alimentação desses moradores. Como justificativa dessa mudança social a qualquer mudança no sistema de produção de alimentos, subsidiando a matérias-primas e o uso indiscriminado de aditivos dando-lhes preços acessíveis e durabilidade. Por causa disso todos os setores de criação, processamento e distribuição necessitaram amparar-se de tecnologias capazes de aumentar a produtividade e garantir a distribuição dos gêneros alimentícios (CRUZ, 2010).

A transição demográfica do país está amplamente relacionada no que se refere a geração de renda, estilo de vida e especialmente demandas nutricionais (FILHO, 2003)

Perante os padrões tradicionais de alimentação, a formulação de recomendações que visam promover a alimentação saudável são desenvolvidas e transmitidas ao longo de gerações. Tudo é vinculado aos conhecimentos sobre as variedades de plantas e de animais que mais se adaptaram às condições do clima e do solo, diante de técnicas de produção que apontaram ser mais produtivas e sustentáveis, e sobre sublime preparação culinária que bem atendiam o bem estar e ao paladar humanos. De acordo com o novo Guia Alimentar para a População Brasileira, preconiza-se o

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

desenvolvimento dos padrões tradicionais de alimentação constituindo um verdadeiro experimento natural (BRASIL, 2014).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o que foi posto, podemos definir que essa prática reconstruída pode ser influenciada pela subjetividade e interpretação das memórias individuais também relacionadas ao tempo decorrido desde a época investigada, possibilita a identificação e posterior avaliação do consumo alimentar e das práticas familiares das mulheres participantes da pesquisa. Sendo assim, constatou-se que as mulheres tanto no meio rural quanto no meio urbano tinham boa participação de produção própria dos alimentos, e que as mulheres do meio rural produziam ou tinham mais alimentos caseiros de modo mais natural, possivelmente pelo fato de estarem em um meio de mais espaço para criar e plantar. Esse entendimento do relato alimentar progresso possibilita inferir sobre alimentos e práticas que são promotoras de risco de desenvolvimento de patologias na vida adulta e posteriormente no envelhecimento, sendo de grande importância a pesquisa nesta área para o desenvolvimento de metodologias em saúde para melhora da qualidade de vida no climatério.

PALAVRAS-CHAVE

Climatério; hábitos alimentares; saúde.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer à professora orientadora Dr.^a Ligia Beatriz Bento Franz; à concessão de bolsa de pesquisa financiada pelo CNPq; à instituição UNIJUÍ e aos colegas que colaboraram para este trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 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. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156 p.
- CAMARANO, A. A.; KANSO, S. Envelhecimento da população brasileira: uma contribuição demográfica. In: FREITAS, E. V.; PY, L. Tratado de geriatria e gerontologia. 3^a ed., Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013. cap.5, p.133-52.
- COSTA, Maria Fernanda Lima; CAMARANO, Ana Amélia. Belo Horizonte: Coopmed, 2008. 700 p.
- CRUZ, Fabiana Thomé da; SCHNEIDER, Sergio. Qualidade dos alimentos, escalas de produção e valorização de produtos tradicionais. Revista Brasileira de Agroecologia, v. 5, n. 2, 2010.
- DUARTE, A.C., Semiologia imunológica nutricional. Rio de Janeiro: Excel Livros do Brasil, 2003. p. 255.
- DUNCAN, Bruce Bartholow et al. Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: prioridade para enfrentamento e investigação. São Paulo: Rev. Saúde Pública, v. 46, supl. 1, Dec. 2012 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102012000700017&lng=en&nrm=iso>. Acessado em: 29/06/2016.

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

FILHO, Malaquias Batista; RISSIN, Anete. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. Cad saúde pública, v. 19, n. Supl 1, p. 181-91, 2003.

KREUTZ, Irene; GAIVA, Maria Aparecida Munhoz; AZEVEDO, Rosemeiry Capriata de Souza. Determinantes socioculturais e históricos das práticas populares de prevenção e cura de doenças de um grupo cultural. Texto contexto - enferm. Florianópolis, v. 15, n. 1, Mar. 2006 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072006000100011&lng=en&nrm=iso>. Acessado em: 29/06/2016.

LELIS, Cristina Teixeira; TEIXEIRA, Karla Maria Damiano; SILVA, Neuza Maria da. A inserção feminina no mercado de trabalho e suas implicações para os hábitos alimentares da mulher e de sua família. Saúde debate, v. 36, n. 95, p. 523-532, 2012.

PEREIRA, Rosângela A.; KOIFMAN, Sérgio. Uso do questionário de frequência na avaliação do consumo alimentar progresso. Rev Saúde Pública, v. 33, n. 6, p. 610-21, 1999.