

## **AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA CATADORES DE MATERIAL RECICLAVEL NO MUNICÍPIO DE PIRAQUARA-PR**

Marcia Oliveira LOPES<sup>1</sup>; Leandra ULBRICHT<sup>2</sup>; Tais Milene CALVETTI<sup>3</sup>, Andréia CAMBUY<sup>4</sup>, Daniela Isabel KUHN<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Docente da Universidade Federal do Paraná (UFPR)

<sup>2</sup> Docente da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR)

<sup>3</sup> Acadêmicas do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Paraná (UFPR)

<sup>4</sup> Nutricionista e mestranda em Antropologia Social na Universidade Federal do Paraná (UFPR)

### **RESUMO**

Os catadores de materiais recicláveis realizam atividades fisicamente pesadas e em condições precárias, o que torna importante garantir uma alimentação adequada. Assim, o objetivo geral deste estudo foi o de realizar ações de educação nutricional visando a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida com base nos preceitos da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) dos catadores de materiais recicláveis e familiares. Como principais resultados, foi possível identificar os hábitos alimentares dos catadores e, a partir dos mesmos, trabalhar as questões referentes a educação nutricional por meio de oficinas. Percebeu-se, entretanto, a dificuldade de mobilizar os catadores para a efetiva participação, e, ainda, a necessidade de sensibilização destes trabalhadores para o cuidado com a própria saúde. Sob o ponto de vista acadêmico, foi possível conciliar a teoria vista em sala de aula com a prática vivenciada nas idas a campo, onde foi possível conhecer a realidade da população em estudo, identificar as necessidades, realizar um diagnóstico e, por fim, elaborar um plano de ação que resultou em Oficinas de Alimentação Saudável.

**PALAVRAS-CHAVE:** Catadores, Segurança Alimentar, Oficinas de Alimentação.

### **INTRODUÇÃO**

A partir da Revolução Industrial o mundo vem passando por um processo de concentração da população nas áreas urbanas, gerando impactos tanto no nível ambiental como no social. Ressalta-se a problemática da produção de resíduos e o seu destino e, a partir da década de 70, a valorização da reciclagem de materiais recicláveis (MENDONÇA, 2004; MONETTI; MORRONE; KOBAYASHI, 2004).

Neste contexto, emerge uma nova forma de ocupação, a dos catadores de materiais recicláveis. Apesar de atenderem às demandas de preservação ambiental, trabalham em condições precárias relacionadas à segurança do trabalhador e às questões de saúde, inclusive a precariedade da própria alimentação, que muitas vezes se origina do lixo. Um estudo realizado no Rio de Janeiro, com 218 catadores do aterro do Gramacho, verificou que 42,3% desses trabalhadores relataram encontrar no lixo uma oportunidade para se alimentar, sendo que com isso acabam consumindo alimentos do próprio aterro, provenientes de redes de supermercados e que geralmente estão com a validade vencida (PORTO et al., 2004). Outro estudo realizado em Curitiba, com 22 catadores, que

investigou a prevalência de sinais e sintomas indicativos de sobrecarga no trabalho, verificou que 45,5% destes trabalhadores apresentavam indigestão e 36,4% apresentavam gastrite, sintomas que podem estar relacionados à alimentação inadequada (ALENCAR; CARDOSO; ANTUNES, 2009).

A problemática da fome e má nutrição não deve ser vista considerando apenas aspectos sócio-econômicos, como o acesso a renda e a disponibilidade de alimentos ou aspectos biológicos, como o estado nutricional. A atitude de consumir o alimento, seja entre familiares e amigos, é uma das atitudes humanas que mais destaca a importância do processo histórico na construção das relações sociais, e por isso está intimamente relacionada à identidade cultural de cada comunidade ou grupo social (VALENTE, 2003).

Dentro deste contexto, ganha importância o conceito de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), que inclui a realização do direito humano à alimentação adequada (PINHEIRO; CARVALHO, 2010), uma vez que os catadores de materiais recicláveis estão entre os grupos mais vulneráveis. Torna-se relevante, portanto, o trabalho com conceitos de alimentação saudável, escolha de alimentos e aproveitamento integral dos alimentos com estes catadores, haja vista que nem toda desnutrição é causada pela privação de alimentos.

Assim, o objetivo geral deste estudo foi o de realizar ações de educação nutricional visando a promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida dos catadores de materiais recicláveis e familiares, com base nos preceitos da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN). Buscou-se identificar hábitos alimentares, elaborar e preparar receitas para garantir as necessidades nutricionais do grupo e, com isso, despertar o interesse pela culinária saudável para que os catadores se tornem os protagonistas do processo de conscientização e mudança.

## METODOLOGIA

Em 2009 foi realizada uma estimativa rápida como parte do processo de planejamento de um plano de ação baseado nas necessidades observadas da comunidade, como parte do projeto de extensão desenvolvido com os catadores de materiais recicláveis em Piraquara-PR.

A estimativa rápida avaliou questões referentes à percepção e acesso a programas de transferência de renda; percepção de insegurança alimentar e alimentação saudável. A partir desses resultados foi elaborada e aplicada uma nova entrevista qualitativa, detalhando questões sobre modo de consumo, conservação, compra e armazenamento dos alimentos.

Com base nesta, foi possível planejar e elaborar ações educativas, como as Oficinas de Alimentação Saudável direcionadas para a população em estudo. Estas foram realizadas em duas etapas, uma teórica e uma prática, em que a parte teórica foi realizada em dois encontros e a parte prática em um encontro.

No primeiro encontro foram abordadas questões sobre alimentação saudável e, durante as discussões e dinâmicas em grupo, investigou-se o conhecimento dos catadores a respeito da temática trabalhada. Além disso, eles tiveram a oportunidade de perceber os alimentos de maneira mais sensível em uma dinâmica em que foi trabalhado o aroma e o paladar individual de maneira prática (os participantes foram convidados para receber alimentos saudáveis, como frutas e suco natural, e alimentos não saudáveis, como doces e salgadinhos). Por fim, foi apresentada uma cesta com os ingredientes a serem utilizados na preparação de receitas, para possibilitar uma melhor memorização visual do preparo, já que a maioria dos participantes era analfabeta.

O segundo encontro abordou o tema da SAN e as conseqüências da alimentação no organismo. Foi realizado um teatro, no qual os próprios participantes foram os artistas. O tema da peça de teatro foram os 10 Passos para uma Alimentação Saudável. Os participantes foram divididos em 4 grupos, e cada um representou 2 ou 3 destes passos. As conseqüências da alimentação no organismo, a forma da absorção dos alimentos e o conceito de SAN foram trabalhados com os participantes através de questionamentos realizados após a demonstração de fotos em slides, que mostraram pessoas obesas, desnutridas, alimentos saudáveis e não saudáveis. Após essas dinâmicas, as receitas foram apresentadas aos participantes, como no primeiro encontro.

A parte prática da oficina teve o objetivo de despertar nos participantes o interesse pela prática de uma culinária saudável. No início do encontro foi desenvolvida uma dinâmica para aprofundar a importância da higiene no preparo dos alimentos e posteriormente foram elaborados preparos de uma refeição completa: salada, prato quente (carne), acompanhamentos (arroz e feijão) e suco, receitas baseadas na realidade econômica e social dos participantes.

### APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da estimativa rápida foi elaborada e aplicada uma nova entrevista qualitativa, detalhando questões sobre modo de consumo, conservação, compra e armazenamento dos alimentos. A partir destas entrevistas identificou-se a preferência dos participantes do grupo, observado nas expressões: “*Gosto do tradicional: arroz e feijão*”; “*Carne, arroz, feijão, o de sempre*”; “*Carne eu gosto*”; “*Arroz e bastante carne e prefiro peixe, nunca tem, mas eu prefiro*” e “*Eu gosto mais de risoto*”. Os alimentos mais citados foram: macarrão, arroz e carne.

Quanto aos alimentos não preferenciais, citaram: “*Que eu não gosto muito é polenta*”; “*Não gosto de cenoura e berinjela*”; “*Algumas verduras, algumas frutas tipo mamão, melão*”; “*Não gosto de bolo, pois passo mal*”; “*Não gosto de carne de porco*”; “*Não gosto de berinjela*”; “*Não gosto de arroz*”.

Percebe-se, portanto, que a preferência da maioria era por alimentos de maior valor energético, como o arroz e macarrão. Apenas um sujeito relatou gostar de salada, e a minoria revelou não gostar de verduras. Este resultado também foi observado por ZALUAR (1982), em que as verduras, os legumes e as frutas eram abordadas frequentemente na forma diminutiva: “*saladinhas*”, “*verdurinhas*”, “*coisinhas*”, que “*não dá*”, que “*não satisfaz*”, pois não são considerados comida, já que não sustentam, não “*enchem a barriga*”, não satisfazem, não são ‘fortes’.

Observou-se que havia uma grande dificuldade quanto à preparação dos alimentos durante o período de trabalho. Isso porque, o tempo gasto durante o preparo da refeição, significava deixar de ganhar mais dinheiro: “*Não dá para parar de trabalhar, se eu paro para cozinhar, perco dinheiro, todos tem um monte de ‘bag’ para separar e prensar*”. Assim, eles optavam, quando possível, por alternativas mais práticas, como marmitas e miojos: “*É aquela coisa, uma vez miojo, quando tem dinheiro a gente compra marmitex ou um traz um quilinho outro trás outro*”. A aquisição de alimentos era realizada em frutarias ou mercados próximos às residências: “*Compro na frutaria*”; “*Compro no mercado Amigão que fica perto da minha casa*”; “*Pego cesta básica no mercado Águia*”; “*Compro na frutaria que é mais barato*”.

**No primeiro encontro da oficina** os alimentos escolhidos foram goiaba, feijão, laranja, kiwi, maçã couve-flor, cenoura, arroz, peixe, melancia. Os catadores demonstraram terem muitos conhecimentos em relação a propriedade nutricional dos alimentos escolhidos.

Na sequência, os catadores de olhos vendados, puderam provar o sabor e textura de alguns alimentos. Após a degustação, diziam se gostaram ou não dos alimentos e porquê. Ao final os participantes classificaram os alimentos como saudáveis e não saudáveis e, a partir disso, montaram um quadro que mostrava, entre os alimentos saudáveis: feijão, carne de porco, peixe, carne de boi, frango, goiaba, trigo, melancia, cebola, alface, laranja, queijo, bolo, sal, café, requeijão. Já entre os não saudáveis: bolacha recheada, salgadinho, refrigerante normal e light, pastel, pizza, sorvete, batata frita, cerveja, brigadeiro, hambúrguer, maionese, chocolate, salsicha e tempero pronto.

Nesta etapa, foram verbalizados pelas participantes preocupações quanto ao consumo exagerado de alguns alimentos tidos como não saudáveis e que o mesmo alimento, se consumido em pequenas quantidades, pode ser benéfico para o organismo, como o sal e a carne. A respeito do refrigerante, as catadoras disseram que o light era saudável por não conter tanto açúcar, o que abriu a possibilidade de se explicar sobre os rótulos dos alimentos e a presença de outras substâncias que não são saudáveis. Foi entregue uma lista de frutas e verduras da época para se discutir que os alimentos da época além de serem nutritivos estão mais baratos.

No final do encontro foi ofertado um lanche, constituído por bolo de laranja com casca, suco de cenoura com laranja e torta de sardinha. Antes de consumir o lanche, foi feita uma explicação das receitas servidas e o modo de fazer. O lanche foi bem aceito por todas, sendo que inclusive algumas levaram porções para casa e, com isso, além dos alimentos, puderam compartilhar com familiares os conhecimentos trabalhados no encontro. Ao final verbalizaram que os alimentos saudáveis podiam ser consumidos sempre e já os não saudáveis de vez em quando: *“O arroz pode ser consumido todos os dias, o feijão também, a cebola, o sal, queijo”*, *“A coca cola só no fim de semana”*.

**No Segundo Encontro**, após lembrarem os temas trabalhados na reunião anterior, foi apresentada a pirâmide alimentar, ressaltando a importância de uma alimentação variada, com a quantidade certa de porções de cada grupo alimentar. A primeira dinâmica do encontro foi o teatro dos 10 passos da Alimentação Saudável e as cenas foram muito criativas. Após cada apresentação, a "platéia" explicou que idéias foram passadas por através das cenas, tentando descobrir qual foi o passo apresentado. Após as discussões, cada passo era lido para complementar as apresentações. Posteriormente foi mostrado o “caminho do alimento” percorrido no nosso corpo, como ele pode gerar doença, porque certas pessoas são magras e outras estão acima do peso, etc. Percebeu-se que as participantes já tinham um grande conhecimento sobre o assunto.

Ao final da dinâmica, houve abordagens teóricas sobre as receitas escolhidas para o encontro: suco de limão com couve (adoçado com melado), suco de manga (adoçado com um pouco de açúcar), pão francês, patê de abobrinha, patê de inhame, patê de ricota, patê de milho e batata, bolo de cenoura e goiabada.

**No terceiro encontro** os participantes prepararam as seguintes receitas: virado de feijão, arroz colorido, salada de tabule, carne moída com molho e batatas, salada de frutas, suco de limão e suco de laranja. Logo no início do encontro foi realizada uma dinâmica com as participantes sobre a higienização correta das mãos, preconizada antes do preparo de cada alimento. Durante o preparo, as participantes eram informadas dos benefícios nutricionais de cada ingrediente, o modo de preparo, do porquê de cada etapa do processo. Ao final da elaboração das receitas, todas as participantes foram convidadas a degustar os pratos, incluindo as educadoras e alguns trabalhadores da unidade de saúde.

## CONCLUSÃO

Com relação ao principal objetivo, de se realizar ações de educação nutricional, verificaram-se dificuldades em mobilizar os catadores para a efetiva participação, pois

muitos alegam não poder deixar o trabalho por algumas horas. Contudo, apesar desta justificativa, percebeu-se que o contexto era bem mais complexo, e ia desde falta de sensibilidade para a importância do cuidado com a saúde e, especificamente, a saúde alimentar, até a falta de recursos. Observou-se desinteresse no preparo de alimentos, já que o hábito de cozinhar não se mostrou frequente entre os catadores, que optavam por alimentos prontos (marmitas) ou semi prontos (como o macarrão instantâneo). A falta de locais apropriados para a preparação de alimentos e a situação de fragilidade econômica também justificam a falta de interesse pela culinária saudável, que repercute negativamente na SAN desses catadores. Verificou-se que, sob o ponto de vista acadêmico, foi possível conciliar a teoria vista em sala de aula com a prática vivenciada nas idas a campo, onde foi possível conhecer a realidade da população em estudo, realizar um diagnóstico, identificar as demandas e, por fim, elaborar um plano de ação que resultou nas Oficinas de Alimentação Saudável, voltado para especificidades sócio econômicas deste grupo.

## REFERÊNCIAS

ALENCAR, M.C.B de; CARDOSO, C.C.O ; ANTUNES, M.C. Condições de trabalho e sintomas relacionados à saúde de catadores de materiais recicláveis em Curitiba. **Rev.Ter. Ocup.**, Univ. São Paulo, v.20, n.1, p.36-42, jan./abr. 2009. Disponível em: <<http://www.revistasusp.sibi.usp.br/pdf/rto/v20n1/07.pdf>>. Acesso em 15 fev. 2011.

MENDONÇA, F. **Impactos Socioambientais Urbanos**. Curitiba: UFPR, 2004.

MONETTI, S.M.; MORRONE, L.C., KOBAYASHI, M. Levantamento de riscos Ocupacionais nos Trabalhadores de uma Cooperativa de Catadores de Lixo Reciclável. **In: Anais eletrônicos APAMT**. Maringá, 2004.

MONTEIRO, C. A. A Dimensão da pobreza, da fome e da desnutrição no Brasil. **Estudos Avançados**, São Paulo, v.17, n.48, mai./ag. 2003. p.195-207 Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-40142003000200002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-40142003000200002)>. Acesso em 10 de fev. 2011.

PINHEIRO, A.R.O.; CARVALHO, M.F.C.C. Transformando o problema da fome em questão alimentar e nutricional: uma crônica desigualdade social. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.12, n.1, jan. 2010, p.121-130. Disponível em : [http://www.scielo.org/scielo.php?pid=S1413-81232010000100018&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org/scielo.php?pid=S1413-81232010000100018&script=sci_arttext) >. Acesso em 7 fev. 2011.

PORTO, M.F.S.; JUNCA, D.C.M.; GONÇALVES, R.S.; FILHOTE, M.I.F. Lixo, Trabalho e Saúde: um estudo de caso com catadores em um aterro metropolitano no Rio de Janeiro, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, vol.20, n.6, dez. 2004, p.1503-1514. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v20n6/07.pdf>> . Acesso em 10 fev. 2011.

VALENTE, F.L.S. Fome, desnutrição e cidadania: inclusão social e direitos humanos. **Saúde e Sociedade**, vol. 12, n.1, p.51-60 jan-jun. 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v12n1/08.pdf>. Acesso em 29 jun. 2011.

ZALUAR, A. **As mulheres e a direção do consumo doméstico**. In: KOFFES, S. et al. (Orgs.) *Colcha de Retalhos*. São Paulo: Brasiliense, 1982.p.159-182.

# **A HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS E DOS ALIMENTOS COMO UM RECURSO PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE NAS ESCOLAS PÚBLICAS DE CANAÃ DOS CARAJÁS, PARÁ.**

Cristiane Nunes dos Santos<sup>1</sup>, Kiryale Coelho Dias Gomes, Thais Carqueija Monteiro da Fonseca<sup>2</sup>

## **RESUMO**

Este artigo aborda a importância da higienização das mãos e dos alimentos, como um recurso para a promoção da saúde nas escolas públicas. As atividades foram desenvolvidas durante a Operação Carajás do Projeto Rondon, no município de Canaã dos Carajás, estado do Pará, com o objetivo de sensibilizar as merendeiras, quanto à sua importância para promoção da saúde nas escolas através da merenda escolar. Foram realizadas oficinas e palestras, abordando a correta manipulação dos alimentos, os riscos que a falta de higiene pode oferecer à saúde, além da maneira correta de conservar, armazenar e higienizar os alimentos recebidos. Além disso, foram realizadas dinâmicas que apresentaram técnicas de lavagem correta das mãos, associando-se ao conteúdo apresentado. Num segundo momento, as informações apresentadas foram praticadas numa oficina de reaproveitamento integral de alimentos regionais, a exemplo do brigadeiro de mandioca, enfatizando a higienização na manipulação, preparo e conservação dos alimentos, com o objetivo de obter preparações nutritivas e minimizar desperdícios. Percebeu-se que, as merendeiras apresentavam pouco ou nenhum conhecimento sobre o assunto devido à falta de capacitação e por não disporem de recursos físicos e materiais (como por exemplo, água, utensílios domésticos, touca para proteger o cabelo) para aplicação das técnicas de higiene. A utilização de água de poço sem tratamento algum, para consumo, e fossas e esgotos localizados próximo das cozinhas e hortas. Nesse contexto, as atividades foram adaptadas às condições existentes nas escolas, enfatizando que mesmo com poucos recursos os riscos podem ser minimizados, começando com atitudes individuais de higiene.

Palavras-chave: higiene das mãos e alimentos, escolas publicas, merendeiras.

---

<sup>1</sup> Docente dos cursos de Administração e Ciências Contábeis do Centro de Ensino Superior de Ilhéus, coordenadora do Projeto Rondon na instituição. [cristianesas@uol.com.br](mailto:cristianesas@uol.com.br).

<sup>2</sup> Discentes do 7º semestre de Nutrição do Centro de Ensino Superior de Ilhéus. [kiki-coelho@hotmail.com](mailto:kiki-coelho@hotmail.com), [thaiscarqueija@hotmail.com](mailto:thaiscarqueija@hotmail.com)



## INTRODUÇÃO

Os cuidados com a higiene na manipulação de alimentos são de suma importância para a promoção da saúde e o controle da contaminação, evitando a formação de bactérias que podem causar intoxicações alimentares ou doenças relacionadas ao consumo de alimentos. Para o alimento se tornar fonte de saúde, imprescindível ao ser humano, deve ser processado dentro de um controle de etapas, utilizando matéria-prima de boa qualidade, em condições higiênico-sanitárias satisfatórias, além de convenientemente armazenado e transportado. Quando não obedecidas essas condições, ele pode tornar-se fonte de doenças. (FIGUEIREDO, 2001)

Geralmente a causa de contaminação de alimentos ocorre devido à falta de cuidados com a higiene, a exposição dos alimentos prontos para o consumo ao ar livre e instalações deficientes e insatisfatórias para o preparo destes. A qualidade de um produto alimentício não depende apenas da matéria-prima utilizada, podendo ser comprometida por uma série de fatores, relacionados principalmente à manipulação e conservação do mesmo. (FIGUEIREDO, 2000).

As DTA's (Doenças Transmitidas por Alimentos) são definidas como um incidente em que a duas ou mais pessoas apresentam uma enfermidade semelhante após a ingestão de um mesmo alimento, e as análises epidemiológicas apontam o alimento como a origem da enfermidade, (VIGILANCIA SANITARIA DO ESTADO DE SANTA CATARINA, 2011) são doenças provocadas pela ingestão de alimentos contaminados, por substâncias ou agentes estranhos que podem ser de origem biológica, física ou química. Agentes biológicos são bactérias, fungos, vírus, toxinas microbianas, parasitas patogênicos. Agentes físicos fragmentos de vidro, madeira, metal, cabelo, ou outros objetos que possam causar dano físico ao consumidor. E agentes químicos são pesticidas, agrotóxico, metais pesados, antibióticos, tintas, desinfetantes. (VIGILANCIA SANITARIA DO ESTADO DE SANTA CATARINA, 2011)

Carnes cruas e vegetais não lavados apresentam uma série de microrganismos causadores de doenças, que eventualmente são transferidos aos alimentos prontos, este tipo de contaminação denomina-se, contaminação cruzada, pode acontecer por meio da transferência de microrganismos de um alimento ou superfície para meio de utensílios, equipamentos ou do próprio manipulador. (VIGILANCIA SANITARIA DO ESTADO DE SANTA CATARINA, 2011)

A mistura de alimentos crus com alimentos que já passaram pelo processo de cozimento, o contato do alimento preparado com superfícies que não foram sanitizadas,

mãos ou utensílios que tocam alimentos sujos e em seguida tocam os alimentos prontos para o consumo, panos e equipamentos não higienizados que entram em contato com o alimento pronto são fatores de risco para saúde do consumidor. Por isso a Organização Mundial da Saúde recomenda que os alimentos crus fiquem separados dos cozidos. (ANVISA, 2009)

Preparar os alimentos de forma que não ofereçam riscos à saúde, garantir o acesso em quantidade e qualidade adequada para aproveitar o máximo aos nutrientes é o objetivo da segurança alimentar. Os cuidados com os ingredientes, equipamentos e utensílios usados no preparo dos alimentos e aplicação da higiene na sua manipulação também podem ajudar na prevenção das DTAs, para que não haja contato com alimentos crus e prontos para consumo. (VIGILANCIA SANITARIA DO ESTADO DE SANTA CATARINA, 2011) evitando a contaminação por microorganismos não patogênicos, mas que podem deteriorar os alimentos, diminuindo sua vida útil. Portanto, a utilização de procedimentos corretos de higienização na cadeia produtiva preserva a pureza, a palatabilidade e a qualidade microbiológica, física e química dos alimentos, auxilia na obtenção de um produto que, além das qualidades nutricionais e sensoriais, tem uma boa condição higiênico-sanitárias e não oferecem riscos a saúde do consumidor.(FIGUEIREDO, 2000) Com base nesse contexto, este trabalho tem como objetivo abordar a higienização das mãos e dos alimentos como um recurso para promoção da saúde nas escolas públicas, através do trabalho das merendeiras.

## **METODOLOGIA**

As ações aqui relatadas foram desenvolvidas no município de Canaã dos Carajás, no Pará, durante a participação do Centro de Ensino Superior de Ilhéus na Operação Carajás do Projeto Rondon, no período de 15 a 31 de janeiro de 2011. O Projeto Rondon é um projeto do governo federal coordenado pelo Ministério da Defesa, em parceria com outros ministérios, com o objetivo de integrar o aluno na realidade social brasileira, através do desenvolvimento de ações, com base nas necessidades locais, que possam contribuir para o bem estar das pessoas e desenvolvimento local sustentável.

Percebendo a necessidade de desenvolver hábitos de higiene na manipulação de alimentos com merendeiras e por ser um conteúdo que faz parte do cotidiano de todos, buscamos trabalhar com oficinas que pudessem dar noções de higiene e sua importância, os riscos que os alimentos mal higienizados podem provocar a nossa saúde, bem como a necessidade de usá-los diariamente como: lavar as mãos antes das refeições, higienizar



corretamente dos utensílios, higienizar os alimentos no momento do preparo, armazená-los de forma correta, a fim de evitar maiores danos à saúde. As oficinas foram realizadas nas escolas municipais pública da zona urbana e rural, onde percebeu-se a ausência de conhecimentos básicos de higiene, sendo fundamental educá-los a ter uma vida saudável através dos bons hábitos de higiene e que dessa forma possam desenvolvê-los no seu ambiente de convivência.

Foram realizadas palestras que abordavam a importância da higienização no momento da manipulação dos alimentos e os riscos que esta incorreta manipulação traria a saúde das crianças que ali se alimentavam. Destacando a maneira correta de armazenar, manipular e preparar os alimentos perecíveis e não perecíveis para que pudessem então, realizar o preparo destes com segurança e garantir a saúde de todos.

Utilizou-se dinâmicas após as palestras para melhor fixação do conteúdo explanado como, a técnica da lavagem das mãos com olhos vendados, onde foram pintadas as mãos dos participantes com tinta guache e logo em seguida lavadas por eles, com olhos vendados, para demonstração dos locais que foram esquecidos de serem higienizados durante a lavagem podendo contaminar alimentos no momento da manipulação e preparo, proporcionando risco à saúde dos indivíduos. Em seguida, as mãos eram analisadas por todos, observando os pontos que foram esquecidos de lavar e associando à prática da lavagem das mãos no nosso dia-a-dia. (MANZALLI, 2010)

E como forma de incentivar o consumo de alimentos regionais e com baixo custo, foi realizada também uma oficina de reaproveitamento integral dos alimentos, como o brigadeiro de mandioca, onde novamente enfatizou-se, na prática, as técnicas de higienização durante manipulação e preparo dos alimentos para evitar qualquer tipo de contaminação, além de utilizar todos os nutrientes deste alimento, propriedades funcionais e enriquecer as refeições reduzindo assim, o custo e oferecendo um preparo rápido, de paladar regional, alto valor nutritivo, sabor e apresentação agradável.

## **RESULTADOS**

Foi observado no decorrer das palestras, o preparo e armazenamento incorreto dos alimentos por merendeiras. A higienização incorreta das frutas, legumes, hortaliças e ausência da higienização das embalagens dos alimentos, a frequência inexistente da higienização dos locais de armazenamento e dos locais onde eram manipulados, utensílios utilizados e higienizados de maneira incorreta, os cuidados que se deve ter com alimentos congelados, refrigerados e as embalagens deterioradas, também foi destaque a falta de

conhecimento dos danos que estes podem causar a saúde do ser humano e a falta de recursos e estrutura nas cozinhas das escolas municipais para que pudessem desenvolver práticas saudáveis e impedir a contaminação dos alimentos. No final das dinâmicas foi observado em todos os participantes à higienização incorreta das mãos, várias regiões das mãos continuaram sujas após a lavagem apresentando restos de tinta, principalmente entre os dedos, dentro e ao redor das unhas e nos pulsos devido à falta do conhecimento referente à correta higienização das mãos e os danos que podem causar, foi também observado nas merendeiras e alunos a importância e o benefício do reaproveitamento dos alimentos no cotidiano da merenda escolar e nas residências, onde todos levaram consigo a utilização desta prática na sua vivência.

## **CONCLUSÃO**

Através deste trabalho, foi possível concluir que os alimentos das Escolas Municipais de Canaã dos Carajás, encontram-se expostos a uma série de perigos e riscos de contaminações associadas à prática incorreta de higiene e manipulação, decorrente da falta de conhecimento e estrutura nas cozinhas das escolas onde o trabalho é realizado. Considerando as pessoas responsáveis, incapacitadas devido à falta do importante conhecimento e condições higiênico-sanitárias para correta manipulação dos alimentos, isso proporciona um meio eficaz para a proliferação de microorganismos patogênicos, promovendo a perda das propriedades nutricionais e oferecendo aos alunos, o consumo de alimentos inseguros que poderá causar sérios danos a saúde.

## **REFERÊNCIAS**

ANVISA – Agencia Nacional de Vigilancia Sanitaria. Anvisa alerta para perigo de contaminação cruzada em alimentos. Disponível em [http://www.anvisa.gov.br/divulga/noticias/2009/151009\\_1.htm](http://www.anvisa.gov.br/divulga/noticias/2009/151009_1.htm). Acesso em 01/06/2011.

MANZALLI, P. V. Manual para Serviços de Alimentação: implementação, boas práticas, qualidade e saúde. 2ª edição "revista e ampliada". Editora Metha Ltda. São Paulo, 2010.

FIGUEIREDO, R. M. Guia prático para evitar DVA – Doenças Veiculadas por Alimentos e recomendações para manipulação segura dos alimentos, Coleção Higiene dos Alimentos. 2 ed. Vol. Editora Manole, São Paulo, 2000. 198 p.

VIGILANCIA SANITARIA DO ESTADO DE SANTA CATARINA. DTA - DOENÇAS TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS. Disponível em [http://www.vigilanciasanitaria.sc.gov.br/index.php?option=com\\_docman&task=doc\\_download&gid=263](http://www.vigilanciasanitaria.sc.gov.br/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=263). Acesso em 01/06/2011.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.  
This page will not be added after purchasing Win2PDF.



# ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM ITAJUBÁ/MG: UMA PARCERIA DE SUCESSO

Área Temática: Saúde

Responsável pelo trabalho: A. LIMA e SILVA

**Instituição:** Associação NutraSaúde<sup>1</sup>; Incubadora Tecnológica de Cooperativas Populares da Universidade Federal de Itajubá (Intecoop/Unifei)<sup>2</sup> e Prefeitura Municipal de Itajubá (PMI)<sup>3</sup>

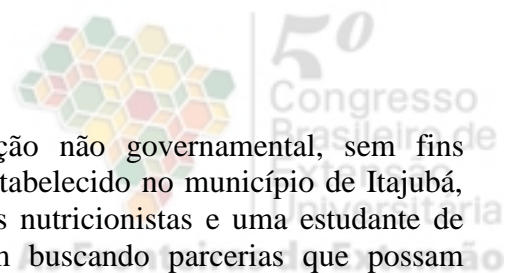
**Nomes dos autores:** A. LIMA e SILVA<sup>1</sup>; M. C. MENDES<sup>1</sup>; R. R. LIMA<sup>1</sup>; H. H. COUTINHO<sup>2</sup>; M. E. C. BERNARDES<sup>2</sup>. E-mail de contato: [intecoop@unifei.edu.br](mailto:intecoop@unifei.edu.br)

**Resumo:** A Associação Nutra|Saúde (<http://ongnutrasaude.blogspot.com/>) foi fundada em 2006, com o propósito de promover a alimentação saudável e sustentável a partir da educação. Desde 2008, estabeleceu-se uma parceria entre a associação, a Incubadora Tecnológica de Cooperativas Populares da Universidade Federal de Itajubá (Intecoop/Unifei) e a Prefeitura Municipal de Itajubá (PMI). O objetivo deste trabalho é fazer um balanço das atividades desenvolvidas no âmbito dessa parceria. A metodologia aplicada envolve a oferta de cursos de capacitação teórico-prático-vivenciais em diversas áreas da alimentação saudável e reaproveitamento de alimentos, como cursos sobre manipulação de alimentos; salgados e doces; culinária de arroz e feijão, dentre outros. No período de 2008 a 2010, foram capacitadas 388 pessoas, sendo que em 2010, 25 foram recolocadas no mercado formal de trabalho ou iniciaram seus próprios empreendimentos. Para 2011, até junho já foram capacitadas 163 pessoas, com previsão de capacitação de outras 300. No momento, não há dados sobre os egressos que vêm realizando atividades profissionais de maneira informal. A parceria entre a Associação Nutra|Saúde, Intecoop/Unifei e PMI vem se mostrando de relevância estratégica para a melhoria da qualidade de vida da população de Itajubá (MG), a partir de uma abordagem educacional em temas fundamentais como saúde e uso racional dos recursos naturais.

**Palavras-chave:** Saúde; Reaproveitamento de alimentos; Nutrição.

## Introdução

A Associação Nutra|Saúde é uma organização não governamental, sem fins lucrativos, fundada no ano de 2006, com escritório estabelecido no município de Itajubá, sul de Minas Gerais. Dentre seus associados, há duas nutricionistas e uma estudante de Nutrição. Desde sua fundação, esta instituição vem buscando parcerias que possam garantir a sua sustentabilidade e a continuidade de seu trabalho. Nesse sentido, em 2008,



houve uma aproximação da ONG, com a Incubadora Tecnológica de Cooperativas Populares da Universidade Federal de Itajubá (Intcoop/Unifei) e com as Secretarias Municipais de Ciência e Tecnologia (SMICT) e de Assistência Social (SEMAS) de Itajubá. A Intcoop/Unifei, que tem como missão mobilizar grupos populares por meio do trabalho coletivo, do incentivo à autogestão e da transferência de tecnologia, de acordo com os princípios da Economia Solidária, iniciou os trabalhos de incubação com o grupo, atuando principalmente na expansão do campo de atuação da ONG, permitindo angariar recursos e implementar novos projetos. Dentro da incubadora, a Associação Nutra|Saúde passou a integrar a extensão universitária, ultrapassando os muros da Universidade e melhorando as condições de vida de pessoas em situação de vulnerabilidade alimentar, bem como capacitando homens e mulheres para geração de trabalho e renda. Já a PMI colabora com recursos humanos e financeiros, seja no pagamento de profissionais que compõem a equipe da Intcoop/Unifei, seja na aquisição de alimentos e insumos para os cursos de capacitação oferecidos ou mesmo na cessão de espaço para realização dos mesmos.

A Nutra|Saúde tem como missão “Promover a educação alimentar e nutricional através da conscientização das pessoas quanto às práticas alimentares saudáveis e sustentáveis”. Entre as ações praticadas, destacam-se: recuperação de indivíduos em situação de risco nutricional; capacitação de manipuladores de alimentos; desenvolvimento de projetos em espaços comunitários para a melhoria dos aspectos nutricionais do indivíduo; apoio a grupos de geração de renda do setor de alimentação por meio de assessoria e orientação, entre outros temas relacionados à alimentação. Os campos de abrangência da Nutra|Saúde são descritos a seguir:

- a) Saúde – Intervenção preventiva e curativa na saúde, com orientações de alimentação e nutrição, adequadas à sua realidade;
- b) Educação – Incentiva a mudança de hábitos da população através da educação nutricional e incentivo à prática de atividades físicas, em escolas e espaços comunitários;
- c) Economia – Estimula a geração de renda da comunidade, para a produção e comercialização de alimentos seguros, produzidos pelas famílias atendidas pelos projetos;
- d) Meio Ambiente – Estimula o consumo consciente dos alimentos, com o aproveitamento e a diminuição de resíduos orgânicos.

O objetivo deste trabalho é fazer um balanço da parceria entre a Associação Nutra|Saúde, Intcoop/Unifei e PMI de 2008 a 2011, a partir da análise dos resultados alcançados até então.

### **Material e Metodologia**

A metodologia aplicada neste estudo e que pauta todo o trabalho de incubação de empreendimentos populares é a pesquisa participante. Para Pereira (2007), essa abordagem se desenvolve a partir da interação entre pesquisadores e membros das situações investigadas. Além disso, as atividades educacionais desenvolvidas pela associação se baseiam na interligação entre a teoria, a prática e a vivência adquiridas em grupo. Assim, em todas as aulas são disponibilizadas apostilas de apoio teórico aos cursos. Paralelamente, são realizadas atividades práticas, em que o estudante aprende técnicas de manipulação de alimentos, higiene, preparo de alimentos e degustação dos mesmos. Para os participantes, é

exigida uma frequência mínima de 75%. Mediante o cumprimento mínimo desse pré-requisito, são entregues certificados para os respectivos cursistas. Ao término de cada curso/oficina, nas formaturas são servidos alimentos preparados pelos próprios cursistas, de modo a se valorizar o conhecimento trocado entre os membros da associação com os estudantes e suas famílias. Na medida do possível, são realizadas visitas técnicas a cozinhas industriais, como no caso do curso de manipuladores de alimentos.

Já do ponto de vista organizacional, a formação das redes entre organizações do terceiro setor, instituições públicas de educação superior e o poder público municipal apresenta uma série de desafios e conquistas que não seriam atingidos se as partes atuassem de forma isolada. Assim, busca-se a complementaridade entre as partes, pois na parceria em análise, a Nutra|Saúde aporta pessoal especializado na temática da alimentação saudável, enquanto a Intcoop/Unifei contribui com recursos humanos da área de incubação de grupos populares, assim como na elaboração de projetos para captação de recursos e de trabalhos acadêmicos. Já a PMI, por meio da SEMAS e da SMICT, aloca recursos financeiros e de infra-estrutura para dar apoio às atividades de formação.

## **Resultados e discussões**

A atuação da Associação Nutra|Saúde tem promovido a melhoria na qualidade de vida das pessoas, especialmente na microrregião de Itajubá. No período analisado, a associação já concluiu alguns projetos, assim como tem outros em andamento, que são descritos abaixo:

Projeto Nutra no Bairro: idealizado para desenvolver habilidades de manipulação e fabricação de alimentos de acordo com a legislação vigente, entre os moradores de bairros carentes. Outro objetivo foi formar mão de obra qualificada e especializada para sua inclusão no mercado de trabalho. O projeto aconteceu de forma itinerante pela falta de uma cozinha experimental naquele período. Entretanto, foi o pontapé inicial para o nascimento do Projeto “Saúde de Sobras”.

Projeto Saúde de Sobras: a partir das atividades realizadas nos bairros, com o trabalho das sobras dos alimentos, em 2009, foi idealizado um projeto intitulado Saúde de Sobras e submetido ao edital ProExt/MEC 2009. Aprovado por este Edital, o projeto ocorreu entre julho e dezembro de 2010 e contou com uma equipe de execução de nove pessoas, incluindo membros internos e externos a universidade e a parceria com a Intcoop/Unifei e SEMAS/PMI, o que viabilizou a montagem da cozinha para as atividades de formação. A proposta inicial foi permitir, através da Economia Solidária, que mulheres pertencentes a famílias com baixo poder aquisitivo tivessem capacitação na área de produção de sobras de alimentos e, assim, buscassem/atingissem sua autonomia. Devido a parceria com a SEMAS o público-alvo beneficiário deste projeto deve estar cadastrado no Cadastro Único de Assistência Social (CADUNICO).

Os resultados são:

- a) Foram ministrados 9 cursos, sendo 2 deles pré-profissionalizantes, com carga horária de 40 horas cada e 7 cursos para geração de trabalho e renda, cumprindo carga horária de 32 horas cada;
- b) 153 formandos, sendo que 25 deles foram recolocados no mercado de trabalho ou iniciaram seus próprios empreendimentos.

Esta iniciativa de sucesso tem continuidade em 2011, pois através do Edital ProExt/MEC 2010, o projeto foi novamente aprovado e prevê a realização de mais 28 cursos, que vem acontecendo desde fevereiro. Até o mês de junho já se formaram 163 pessoas, com previsão de capacitar mais 300. Ao final de 2011, espera-se a conclusão de 37 cursos e a investimento de mais de R\$ 80.000,00, entre os recursos do projeto e os provenientes das parcerias.



**Figura 1 – Formatura do Projeto Saúde de Sobras, com representantes da Associação Nutra Saúde, Intecoop/Unifei e PMI.**

### **Conclusão**

Diante do esforço coletivo realizado pela Associação Nutra|Saúde, Intecoop/Unifei e PMI, tem-se buscado contribuir com a qualidade de vida, além da geração de trabalho e renda, de parcelas da população que estejam em situação de risco na microrregião de Itajubá, sul de Minas Gerais. Apesar de uma série de desafios e dificuldades operacionais, conclui-se que o trabalho realizado vem mudando a realidade dos envolvidos através da educação alimentar e da possibilidade de (re)colocação no mercado de trabalho. Melhores “condições de vida” significam propor a construção de uma sociedade equilibrada e saudável: aquela em que todos os cidadãos têm oportunidades iguais de acesso aos recursos que constituem a qualidade de vida: educação, habitação e meio ambiente adequado, emprego e renda, informação, lazer e cultura, saneamento, alimentação, segurança, participação social e serviços de saúde. O desenvolvimento da comunidade, seja via promoção da saúde, seja via desenvolvimento de atividades que possam incluí-las no mercado de trabalho, permitirá um aumento da auto-estima da população da região beneficiada, estimulando direta e indiretamente o desenvolvimento da região e da sociedade.

### **Referências Bibliográficas**

PEREIRA, J. M. **Manual de Metodologia da Pesquisa Científica**. Editora Atlas, Brasília-DF, 158 p., 2007.



**AVALIAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR E DO ESTADO  
NUTRICIONAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO MUNICÍPIO DE  
BELMIRO BRAGA (MG)\***

Área temática: Saúde

Nara Juste da Silva Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) – Curso de Nutrição

SILVA, N.J.<sup>1</sup>; OLIVEIRA, D.G.<sup>1</sup>; LUIZ, A.M.C.<sup>1</sup>; HINKELMANN, J.V.<sup>1</sup>; CÂNDIDO, A.P.C.<sup>2</sup>; OLIVEIRA, R.M.S.<sup>2</sup>; BARBOSA, D.<sup>3</sup>; RODRIGUES, A.C.P.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> graduandos do curso de nutrição; <sup>2</sup> professoras Departamento Nutrição - UFJF; <sup>3</sup> Nutricionista; <sup>4</sup> professora Departamento de Bioquímica (coordenadora)

\*Projeto financiado pela FAPEMIG

**RESUMO**

Na assistência integral a crianças na fase de pré-escolar, na qual a nutrição adequada é fundamental, a escola se torna espaço para promoção do crescimento e desenvolvimento adequados, através de práticas alimentares saudáveis. O projeto teve por objetivos traçar o perfil nutricional de crianças e adolescentes matriculados em escolas de ensino fundamental de Belmiro Braga (MG) assim como realizar atividades educativas sobre saúde, alimentação e nutrição no cotidiano escolar para as cantineiras das escolas envolvidas no projeto. A metodologia utilizada com relação aos pré-escolares e escolares constou de avaliação e acompanhamento do estado nutricional; no que se refere à capacitação das merendeiras foram realizadas oficinas compostas por quatro módulos (2 de quatro horas e 2 de seis) nos meses de outubro e novembro de 2010. Os resultados indicaram que 1,2% dos escolares apresentavam IMC baixo para idade, 57,7% estavam eutróficos, 13,3% com sobrepeso, 5,6% obesos e 22,2% não foram avaliados devido à ausência de dados. Com relação às atividades de capacitação das cantineiras, as medidas educativas adotadas evidenciaram resultados satisfatórios. Os resultados alcançados até o momento permitem concluir que a continuidade deste projeto é importante para que se garanta a melhoria da saúde e qualidade de vida das crianças assistidas.

**INTRODUÇÃO**

Uma alimentação adequada é de fundamental importância durante toda a vida, pois contribui decisivamente para o crescimento e o desenvolvimento fisiológico, assim como para a manutenção da saúde e do bem-estar do indivíduo. Crianças precisam de um suporte equilibrado de nutrientes, para possibilitar seu apropriado desenvolvimento cognitivo e psicomotor (ALBIERO & ALVES, 2007).



É importante avaliar o espaço/instituição em que as crianças frequentam, possibilitando assim identificar as necessidades de implementação de ações específicas e diferenciadas de nutrição e saúde, para que se possa atuar de maneira efetiva na promoção da saúde infantil (GUIMARAES e BARROS, 2001).

Diante disso, o processo de educação alimentar deve envolver domicílio/família e escola, sendo estes considerados ambientes favoráveis e privilegiados para o estímulo, a formação ou correção de hábitos saudáveis.

Este projeto teve como objetivo traçar o perfil nutricional de crianças e adolescentes matriculados em escolas de ensino fundamental do município de Belmiro Braga (MG), assim como realizar atividades educativas sobre saúde, alimentação e nutrição para as cantineiras das escolas envolvidas no projeto, visando uma melhora higiênico-sanitária e nutricional da alimentação escolar, bem como aproveitamento de alimentos advindos da agricultura familiar.

## **MATERIAL E METODOLOGIA**

O trabalho teve como público alvo os 300 alunos matriculados em nove Escolas Municipais de Belmiro Braga, sendo estes de ambos os sexos, com idade entre 3 e 15 anos. Os pré-escolares e escolares frequentam as instituições em um único turno (manhã ou tarde) no qual é servida a alimentação escolar.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal de Juiz de Fora (protocolo número CEP-UFJF 13440352008 CAAE 00250180000-08).

A avaliação do estado nutricional dos alunos foi feita por meio de medidas antropométricas (peso e estatura). Para a obtenção da variável peso foi utilizada balança digital eletrônica portátil da marca Tanita, com sensibilidade de 100 gramas e capacidade máxima de 150 Kg. Na verificação da estatura, utilizou-se estadiômetro portátil com extensão de dois metros, subdividido em centímetros e com precisão de um milímetro.

Considerou-se para classificação do estado nutricional dos escolares o Índice de massa corporal/Idade (IMC/I) expresso por escores Z, em relação à mediana de peso e estatura do padrão proposto pela OMS (WHO, 2007). Para análise dos dados utilizou-se o software WHO AnthroPlus.

Para a capacitação das treze cantineiras participantes do projeto foram realizadas oficinas compostas por quatro módulos, sendo dois com duração de quatro horas e dois com duração de seis, nos meses de outubro e novembro de 2010. Nos encontros foram fornecidas orientações sobre o que é alimentação saudável, alimentação segura e oficina de

culinária com o uso de produtos da agricultura familiar do município. Foram trabalhados, também, orientações sobre planejamento do melhor aproveitamento dos alimentos disponíveis na região, cuidados no preparo, higiene e conservação de alimentos, levando-se em conta suas fontes de vitaminas, proteínas e sais minerais e ainda, a análise do cardápio oferecido na escola em conjunto com a nutricionista da prefeitura (SILVA e CAMPOS, 2003).

Os módulos seguiram a seguinte estrutura: uma apresentação teórica sobre o assunto do dia, uma dinâmica lúdica e a avaliação da atividade (BRASIL, 2005), como mostrado abaixo:

### **1º Módulo: Alimentação Saudável (carga horária: 4 horas):**

O aspecto teórico desse módulo foi o conceito de nutrientes. Objetivou-se a compreensão em relação aos nutrientes presentes nos alimentos. A metodologia em questão foi a utilização do folheto do Ministério da saúde sobre alimentação saudável; exposição dinamizada, onde o coordenador promoveu a discussão a respeito dos grupos básicos dos alimentos, mostrando que cada um deles possui funções a desempenhar no organismo humano. Houve ainda uma dinâmica lúdica, onde os participantes construíram a Pirâmide Alimentar e um prato saudável.

### **2º. Módulo: Oficina de culinária (carga horária: 6 horas):**

Os aspectos teóricos desse módulo foram o conceito de agricultura familiar, a utilização de produtos da agricultura familiar na preparação da merenda escolar, e a avaliação das receitas propostas em relação aos grupos alimentares. Objetivou-se desenvolver atividades de culinária voltadas ao tema "Agricultura Familiar". A metodologia em questão foi de uma atividade baseada na culinária, proporcionando o cozinhar coletivo. Na dinâmica lúdica realizou-se o reconhecimento da relação estímulos sensoriais e alimentos; é uma dinâmica lúdica e prazerosa, pois desperta sensações nos participantes que, em alguns casos, nunca as perceberam de forma racional. Em seguida, houve um debate entre os participantes.

### **3º. Módulo: Alimentação segura (carga horária: 6 horas):**

Os aspectos teóricos desse módulo foram aspectos sensoriais e aspecto higiênico-sanitário. Objetivou-se capacitar as cantineiras em relação ao tema qualidade dos alimentos e saúde. A metodologia utilizada foi uma exposição dinamizada, onde o coordenador promoveu a discussão a respeito dos aspectos higiênicos e microbiológicos na produção de alimentos. A dinâmica lúdica visou estimular a expressão de valores por meio da discussão

a respeito dos aspectos sensoriais do alimento e dos cuidados básicos para a garantia de sua qualidade microbiológica.

#### **4º. Módulo: Visita ao Restaurante Universitário e Laboratório de Técnica Dietética da Universidade Federal de Juiz de Fora (carga horária: 4 horas):**

Os aspectos teóricos desse módulo foram o funcionamento de uma Unidade de Alimentação e Nutrição, principalmente no que se refere à área de recebimento dos alimentos, área de preparo dos alimentos. Objetivou-se proporcionar as cantineiras uma visão do funcionamento de uma Unidade de Alimentação e Nutrição. A metodologia aplicada nesse dia foi uma visita guiada ao Restaurante Universitário e ao Laboratório de Técnica Dietética do Curso de Nutrição, com o objetivo de preparar uma receita culinária.

### **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados obtidos até o presente momento retratam as ações adotadas conforme se segue:

Em relação à avaliação antropométrica os resultados apresentados referem-se à coleta de dados efetuada em todas as escolas de ensino fundamental, em número de nove, assistidas pelo município, no ano de 2010, totalizando 300 crianças.

Os resultados indicaram que 1,2% dos escolares apresentavam IMC baixo para idade ( $< -2$  z-score); 57,7% estavam eutróficos ( $\leq -2$  IMC  $< +1$  Z-score), 13,3% com sobrepeso ( $+1 \leq$  IMC  $< +2$  z-score), 5,6% obesos (IMC  $\geq +2$  score) e 22,2% não foram avaliados devido à ausência de dados.

Com as cantineiras foi realizado treinamento teórico-prático, abordando as Boas Práticas de Fabricação dos Alimentos, assim como princípios básicos da alimentação saudável e elaboração de cardápios. Todas as oficinas tiveram como norte a importância do fornecimento de uma refeição equilibrada na merenda escolar e a necessidade de se respeitar os hábitos alimentares da localidade. Durante a análise da elaboração do cardápio foi salientado a necessidade de selecionar alimentos básicos (in natura e semi-elaborados), com o objetivo de fomentar o desenvolvimento agrícola local, inclusive com o cadastramento de agricultores familiares para aquisição de gêneros alimentícios.

Em relação a avaliação das cantineiras sobre as atividades realizadas foi observado a satisfação e importância dada às mesmas pelas conversas e pelo questionário aplicada ao final das atividades realizadas. 85% das cantineiras aprovaram o 1º Módulo, 100% aprovaram o 2º Módulo, 78% aprovaram o 3º Módulo e 92% aprovaram 4º Módulo.

A avaliação também pode ser medida pelos comentários como descrito abaixo:

*“A alimentação é a base de uma boa saúde, que começa na cozinha, com ingredientes combinados e cada alimento tem muitos nutrientes. Sem uma boa alimentação não temos energia...” (Cantineira 1/ Módulo 1 )*

*“Com um pouco de criatividade você pode criar várias coisas. Na cozinha se os ingredientes estiverem em perfeito estado se aproveita tudo, é muito importante aproveitar os alimentos e cada um possui um sabor diferente...” (Cantineira 2/ Módulo 2)*

*“Gostei muito de aprender como conservar os alimentos, aproveitá-los e como fazer para deixá-los limpos para não causar doenças. O alimento é fonte de saúde quando usado de forma adequada. É preciso ter cuidado com os alimentos para ter uma boa saúde...” (Cantineira 3/ Módulo 3)*

*“Na cozinha, os alimentos são fonte de saúde e energia. É preciso carinho, atenção e dedicação para se chegar à perfeição, existem várias preparações a se fazer aproveitando os alimentos...” (Cantineira 4/ Módulo 4)*

## CONCLUSÃO

Pelos resultados apresentados pode-se concluir que as atividades realizadas tem um papel na contribuição de adoção de medidas para melhoria na qualidade da alimentação das crianças e no treinamento das cantineiras para maior entendimento sobre as boas práticas e manipulação de alimentos sendo a implantação destes de grande importância no trabalho com a alimentação.

## REFERÊNCIAS

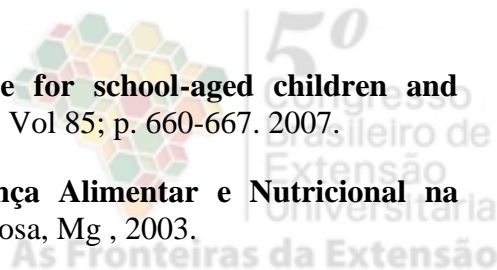
ALBIERO, K. A.; ALVES, F. S. Formação e desenvolvimento de hábitos alimentares em crianças pela educação nutricional. **Revista Nutrição em Pauta**, São Paulo, v. 15, n. 82, p. 17-21, 2007.

BRASIL. CGPAN/SAS/ Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira: Promovendo a alimentação saudável**, 2005.

GUIMARAES, L. V.; BARROS, M. B.A. As diferenças de estado nutricional em pré-escolares de rede pública e a transição nutricional. **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 77, n. 5, p. 381-386, 2001.

WHO. **Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents**. Bulletin of the World Health organization. Vol 85; p. 660-667. 2007.

SILVA, M.M.S. e CAMPOS, M.T.F.de S. **Segurança Alimentar e Nutricional na Atenção Básica em Saúde** Vol 1 e 2 Editora UFV, Viçosa, Mg , 2003.



# **EDUCAÇÃO ALIMENTAR INFANTIL: UMA ABORDAGEM SOBRE MICRONUTRIENTES**

**Área Temática:** Saúde

**Responsável:** Denise da Silva Pinheiro

**Universidade Federal de Goiás (UFG)<sup>1</sup>**

Pinheiro, Denise da Silva<sup>1</sup>; Cristina, Carla<sup>1</sup>; Paiva, Bruna Alícia Rafael de<sup>1</sup>; Chen, Lee Chen<sup>1</sup>; Jesuíno, Rosália Santos Amorim<sup>1</sup>.

## **RESUMO**

As vitaminas e os minerais são substâncias indispensáveis ao funcionamento adequado do organismo. A maioria das crianças que vivem em áreas periféricas dos aglomerados urbanos recebe uma alimentação com baixo valor nutricional, gerando conseqüências como problemas de saúde, além de baixa rentabilidade escolar. A carência de micronutrientes na alimentação destas crianças não é devida exclusivamente a um fator econômico, mas também a uma desinformação quanto às fontes nutritivas e a forma como estas podem ser melhor utilizadas. Este trabalho foi desenvolvido junto à comunidade escolar do colégio estadual Waldemar Mundim (Goiânia, Goiás) com o objetivo de promover a socialização do conhecimento sobre a importância dos micronutrientes para a saúde, com enfoque em alimentos-fonte de baixo custo. A aplicação de um questionário preliminar permitiu diagnosticar o baixo consumo de verduras, leite e carne pelos alunos, além de baixo nível de conhecimento sobre os micronutrientes. Foram desenvolvidas aulas participativas sobre esta temática, com uso de facilitadores de aprendizagem. Como atividades práticas foram produzidas mudas de frutíferas e verduras, as quais foram distribuídas aos alunos e também plantadas na escola. A análise dos dados obtidos ao final da ação permitiu concluir que houve mudanças significativas tanto no nível de informação, quanto nos hábitos alimentares dos alunos. Espera-se que este trabalho possa trazer melhorias na qualidade de vida destes alunos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Micronutrientes. Educação Alimentar Infantil.

## **INTRODUÇÃO**

A deficiência de micronutrientes (vitaminas e minerais) é um problema de grande abrangência na sociedade brasileira e vem ganhando importância, nos últimos anos, como problema de saúde pública em relação à deficiência de macronutrientes (proteínas, carboidratos e gorduras), no mundo todo. Um elevado número de crianças que residem em áreas periféricas dos aglomerados urbanos recebe alimentação com baixo índice de valor

nutricional acarretando baixa rentabilidade escolar e retardo no desenvolvimento (FERRAZ *et al.*, 2005).

Os relatos sobre deficiência de oligoelementos na literatura médica nacional e internacional enfatizam a carência do ferro, principalmente, como causa clínica de anemia ferropriva (FERRAZ *et al.*, 2005), e de vitaminas, em especial, de vitamina A, em crianças (DE ALMEIDA *et al.*, 2004; FERRAZ *et al.*, 2000). A maior ocorrência dessas deficiências é subclínica, o que leva a chamar esse tipo de carência nutricional de “fome oculta”, em que as crianças podem apresentar alterações comportamentais e cognitivas e ter o seu crescimento prejudicado (FERRAZ *et al.*, 2000; GRANTHAM-MCGREGOR *et al.*, 2001; LOZOFF *et al.*, 2000).

Com exceção das situações de extrema pobreza, a renda e a escolaridade parecem não ter relação na determinação destas doenças carenciais, reforçando a tese de que a ingestão inadequada de alimentos seja o seu principal fator etiológico e que a exclusão ou o baixo consumo destes alimentos estão mais relacionados a questões culturais e hábitos alimentares do que a fatores econômicos.

Todos esses fatos apontam para a necessidade do aumento do consumo de alimentos ricos em micronutrientes como sendo a principal estratégia, em longo prazo, no combate às doenças carenciais. É unânime a idéia de que essa transformação depende em grande extensão de uma ampla reeducação alimentar, em que, as crianças figuram como um importante ponto de convergência para o empreendimento eficaz dessas mudanças. Neste sentido este trabalho teve como objetivo principal levar informações sobre micronutrientes a alunos de uma escola municipal pública situada em um bairro de periferia na cidade de Goiânia.

## **MATERIAL E METODOLOGIA**

### **1. Questionários**

Foram desenvolvidos questionários a fim verificar o nível de informação dos alunos sobre o tema e avaliar seus hábitos alimentares. As questões foram desenvolvidas tendo em conta os princípios da clareza, coerência e neutralidade. Os questionários eram compostos de questões de resposta fechada e foram aplicados a todos os alunos do Colégio Estadual Waldemar Mundim envolvidos no projeto (3º ao 6º ano). O mesmo questionário foi aplicado novamente ao final da ação desenvolvida para avaliar a efetividade da mesma.

### **2. Construção de facilitadores de aprendizagem**

Os dados obtidos com a aplicação dos questionários foram importantes para o desenvolvimento de pôsteres, aulas expositivas em *Power Point* e atividades práticas sobre

a importância, fontes e consequências da carência de micronutrientes. Durante as aulas foi dado maior enfoque aos alimentos do cerrado e/ou os mais acessíveis em nossa região.

### **3. Atividades junto à escola**

Após a confecção dos facilitadores de aprendizagem pela equipe de trabalho, foram realizadas visitas semanais à escola, em que os mesmos eram empregados em palestras realizadas em cada turma separadamente, contando com a participação dos educadores da escola, de forma a se obter maior adesão e domínio sobre os alunos, além de proporcionar um maior envolvimento destes profissionais com as atividades desenvolvidas. Todos os materiais produzidos foram repassados à escola.

### **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

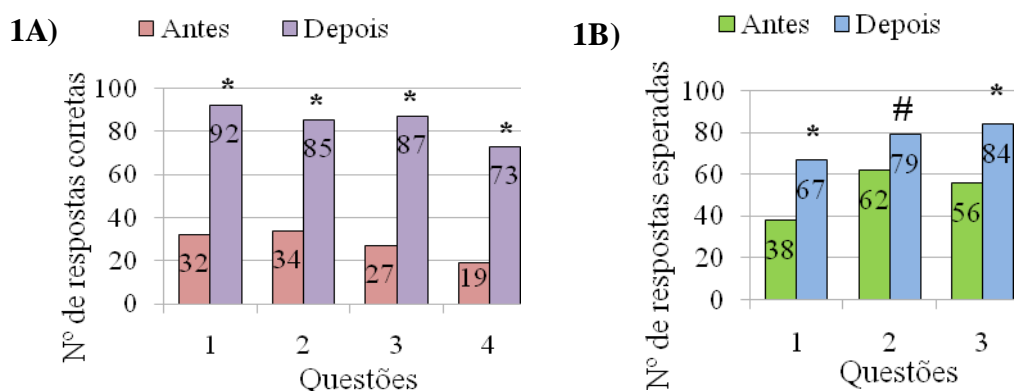
A aplicação de um questionário preliminar aos 100 alunos do Colégio Estadual Waldemar Mundim situado no Conjunto Itatiaia I da cidade de Goiânia, do 3º ao 6º ano, com idades entre 8 e 13 anos, permitiu aferir o nível de conhecimento dos alunos acerca do tema, bem como avaliar seus hábitos alimentares.

Foi verificado que, entre os alunos envolvidos no projeto, 62% não tinham o hábito de comer verduras regularmente, fazendo-o apenas de vez em quando, tendo sido observada situação diametralmente oposta em relação ao hábito de comer frutas, ou seja, 62% disseram comer frutas sempre; enquanto que apenas 56% tinham o hábito de comer carne e beber leite frequentemente. Esses resultados revelaram uma situação preocupante no que se refere à educação alimentar das crianças.

Quanto ao nível de informação sobre os micronutrientes, observou-se que os alunos em sua grande maioria expressaram ter conhecimento sobre a existência das vitaminas (96%) e dos minerais (82%), tendo sido apontada a mídia televisiva como a principal fonte de informação sobre o tema (68%), enquanto à escola foi creditado apenas 23% de importância. No entanto, poucos sabiam sobre a relação dos micronutrientes com a alimentação saudável (32%), ao responder que esta deve conter muitos destes elementos. Uma maioria expressiva dos alunos demonstrou não saber que a fonte natural das vitaminas e minerais encontra-se nos alimentos (66%), e que a falta destes é maléfica podendo provocar doenças (73%). Apenas uma minoria (19%) tinha ciência de que o excesso de micronutrientes também pode ser prejudicial. Isso pode ser explicado pela presença constante da temática das vitaminas e minerais na mídia e pela publicidade de produtos vitamínicos e de reposição mineral que tendem a enfatizar o caráter benéfico do uso destas substâncias e estimular o seu consumo, marginalizando os possíveis riscos de seu uso indiscriminado (OLBRICH *et al.*, 2002).

Diante da situação diagnosticada foram confeccionados facilitadores de aprendizagem, entre os quais se destacam: pôsteres apresentando informações sobre vitaminas e minerais de forma didática e ilustrada, dando destaque aos frutos do cerrado; aulas expositivas em *Power Point* sobre importância, fontes e consequências da carência de micronutrientes, com ênfase sobre anemia e hipovitaminose A; exercícios de colorir para a fixação do aprendizado após a aula expositiva, enfatizando a associação entre os micronutrientes e suas respectivas fontes alimentares; e, como atividades práticas, foi realizada uma experiência prática sobre a atividade das vitaminas (demonstração de que a vitamina C presente no limão retarda a oxidação da maçã pela água oxigenada) e também o plantio de mudas de frutíferas (mamão e maracujá) e verduras (pimentão e cenoura) na horta da escola. Estas mudas foram distribuídas aos alunos para serem plantadas em suas casas e na escola.

Após a realização das atividades propostas, foram obtidos índices de acerto variando entre 67 e 92% para o mesmo questionário aplicado anteriormente, o que, considerando os principais aspectos avaliados, permite aferir uma melhora significativa tanto na compreensão dos alunos acerca da temática desenvolvida (gráfico 1A), quanto no que se refere aos seus hábitos alimentares (gráfico 1B), com destaque para um importante incremento no consumo regular de verduras, conforme pode ser verificado no gráfico 1, em que os dados foram submetidos à análise estatística pelo teste do qui-quadrado ( $X^2$ ).



**Gráfico 1.** Comparação entre os níveis de acertos dos alunos nas repostas ao mesmo questionário aplicado antes e após o desenvolvimento da ação. Análise estatística pelo teste do  $X^2$ , com nível de significância para  $p < 0,001$  (\*) e para  $p < 0,05$  (#).

**1A) Nível de Conhecimento sobre o tema**

1. Relação alimentação saudável x micronutrientes
2. Fonte natural dos micronutrientes
3. Consequências da carência de micronutrientes
4. Consequências do excesso de micronutrientes

**1B) Hábitos alimentares**

1. Consumo de verduras regularmente
2. Consumo de frutos regularmente
3. Consumo de carne e leite regularmente



## CONCLUSÃO

Os dados obtidos reforçam a importância da realização de trabalhos sociais com enfoque sobre alimentação saudável a baixo custo como preconizado pela política nacional para segurança alimentar definida pela I Conferência Nacional de Segurança Alimentar (BRASIL, 1994). Estes resultados reforçam a necessidade de uma atuação firme da escola na questão da educação alimentar, tendo em vista o fato de que as crianças passam boa parte de seu tempo neste local e muitas vezes não dispõem de uma referência de bons hábitos alimentares em casa.

A aplicação dos facilitadores de aprendizagem que foram desenvolvidos possibilitou aos alunos melhorias na alimentação, noções sobre a importância de uma alimentação saudável, rica em vitaminas e em minerais, causas e consequências da carência nutricional, além de noções sobre educação ambiental. Espera-se que todas estas ações incentivem o consumo de vegetais pelos alunos, assim como, despertem nestes a consciência ambiental da relação entre o ser humano e a natureza. A disponibilização dos materiais produzidos viabilizará a continuidade do trabalho pelos próprios profissionais da educação da escola.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL. Conselho Nacional de Segurança Alimentar (CONSEA). **Diretrizes para uma política nacional de segurança alimentar**. Brasília, DF, 1994.
- DE ALMEIDA, C.A. *et al.* Factors associated with iron deficiency anemia in Brazilian preschool children. **J Pediatr.**, Porto Alegre, v. 80, n. 3, p. 229-34, 2004.
- FERRAZ, I.S. *et al.* Prevalência da carência de ferro e sua associação com a deficiência de vitamina A em pré-escolares. **J Pediatr.**, Rio de Janeiro, v. 81, n.2, p.169-74, 2005.
- FERRAZ, I.S. *et al.* Vitamin A deficiency in children aged 6 to 24 months in São Paulo. **Nut Res.**, São Paulo, v.20, n. 6, p. 757-68, 2000.
- GRANTHAM-MCGREGOR S. *et al.* A review of studies on the effect of iron deficiency on cognitive development in children. **J Nutr.**, Maryland (USA), v. 131, p. 649-66, 2001.
- LOZOFF, B. *et al.* Poorer behavioral and developmental outcome more 10 years after treatment for iron deficiency in infancy. **Pediatrics.**, Illinois (USA), v. 105, n. 4, 2000.
- OLBRICH DOS SANTOS, K. M. *et al.* Crenças sobre as vitaminas e consumo de produtos vitamínicos entre universitários de São Paulo. **ALAN**, Caracas (Venezuela), v.52, n.3, 2002.

# **EDUCAÇÃO POPULAR NO CONTEXTO DA PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA ESCOLA: CONTRIBUIÇÕES DE UMA EXPERIÊNCIA DE EXTENSÃO POPULAR EM JOAO PESSOA – PB**

Islany Costa Alencar<sup>1</sup>, Eduarda Pontes Santos Araújo<sup>2</sup>, Luciana Maria Pereira de Sousa<sup>3</sup>; Pedro José Santos Carneiro Cruz<sup>4</sup>.

1,2,3 Estudantes de Graduação em Nutrição/UFPB e Extensionistas do Projeto PINAB;

4 Nutricionista e colaborador do Projeto PINAB

## **RESUMO**

No contexto da Promoção da Saúde, a escola representa um importante espaço de construção da autonomia e da capacitação da comunidade em desenvolver um olhar crítico mediante sua realidade. O presente artigo tem como objetivo sistematizar a importância das práticas educacionais em saúde no contexto da formação escolar visando a Promoção da Saúde, especialmente através da Alimentação Saudável. Pretendendo potencializar o cenário da escola e a ação de seus atores sociais como protagonistas deste processo, o Projeto de Extensão Popular (PINAB) Práticas Integradas da Nutrição na Atenção Básica em Saúde, vinculado ao Departamento de Nutrição da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), atua desde 2007, com professores, estudantes, merendeiras e gestores da Escola Municipal de Ensino Fundamental Augusto dos Anjos em João Pessoa/PB. As atividades foram orientadas pelo referencial metodológico da Educação Popular com ênfase na Segurança Alimentar e Nutricional e no Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável. Experiências práticas foram construídas através da troca de experiências entre a extensionistas, os estudantes e os profissionais da Educação. A mobilização de professores, a participação de extensionistas e a motivação dos estudantes revelaram seus potenciais diante do acesso que tiveram a informação e permitiram reafirmar que apostar nessas vivências são formas concretas de participação popular onde se prioriza a comunicação e criatividade como orientação para as práticas de saúde, tendo em vista que o diálogo oportuniza a troca de experiências e de saberes potencializando novas repercussões para a saúde, a vida e o trabalho, a partir do cotidiano dos sujeitos envolvidos.

**PALAVRAS-CHAVES:** Alimentação Saudável na Escola; Promoção da Saúde; Educação Popular.

## **INTRODUÇÃO**

Pensar a Promoção da Saúde numa perspectiva crítica e ampliada requer desenvolver um processo de cuidado em saúde cuja ênfase esteja na valorização da comunidade, de seus sujeitos e de sua capacidade em atuar de forma ativa e participativa na melhoria de sua qualidade de vida e saúde (PINHEIRO E MATTOS, 2001; AYRES, 2004).

Na medida em que a escola desempenha singular função na formação dos hábitos e costumes pessoais, além de configurar cenário de aprendizagens significativas, ela pode ser considerada local privilegiado para a Promoção da Saúde através de uma intervenção que busque uma boa qualidade de vida presente e futura. Nesse contexto, o ambiente escolar se destaca como um espaço em potencial para o trabalho pedagógico dos sujeitos para um novo agir sobre sua saúde.

Visando potencializar o cenário da escola e a ação de seus atores sociais como protagonistas de processos educativos promotores de saúde, o Projeto de Extensão Popular - PINAB - Práticas Integrais da Nutrição na Atenção Básica em Saúde, vinculado ao Departamento de Nutrição da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), vem atuando desde 2007, com professores, estudantes, merendeiras e gestores da Escola Municipal de Ensino Fundamental Augusto dos Anjos em João Pessoa/PB. Desenvolve ações de promoção a alimentação saudável, orientadas pelo referencial da Educação Popular, da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), do Direito Humano a Alimentação Adequada e Saudável (DHAAS) e pela Portaria Interministerial n.º 1010 (Ministérios da Saúde e da Educação).

O PINAB busca formas criativas e participativas de incluir no cotidiano escolar atividades que trabalhem, pedagogicamente, a alimentação saudável junto à comunidade. Nessa direção, desenvolveu campanhas, oficinas e atividades educativas em sala de aula, com diferentes focos, como: o aproveitamento integral dos alimentos, promoção da saúde e bem estar, a valorização dos alimentos regionais, o valor nutricional dos alimentos, a alimentação como direito humano e segurança alimentar e nutricional.

O presente trabalho se desenvolveu a partir de experiências educativas para promoção da saúde e da alimentação saudável no cenário escolar propiciadas através do trabalho do PINAB. Por isso, com este texto se pretende abordar o significado de ações educativas que promovam a saúde dentro do ambiente escolar de forma permanente, uma vez que estes são espaços promotores de interações, saberes, costumes e referências repletas de potencialidades.

### **CAMINHOS METODOLÓGICOS**

Sua metodologia é pautada no diálogo (Freire, 2005), como ponto de partida do processo pedagógico, que possibilita aos extensionistas uma maior aproximação com a



realidade vivenciada pelos escolares da EMAA, para que haja a construção das atividades, de acordo com a real demanda.

Para tanto, o PINAB toma como base a metodologia da Educação Popular. Para Calado (2008, p.230/231), Educação Popular significa um “processo formativo, protagonizado pela classe trabalhadora e seus aliados, continuamente alimentado pela utopia, em permanente construção de uma sociedade economicamente justa, socialmente solidária, politicamente igualitária, culturalmente diversa, dentro de um processo coerentemente marcado por práticas, procedimentos, dinâmicas, posturas correspondentes ao mesmo horizonte”.

A partir de 2009, o PINAB passou a desenvolver oficinas permanentes com os professores da escola e campanhas de promoção a alimentação saudável com toda a comunidade escolar.

As oficinas foram realizadas no turno da manhã com 12 professores e visaram promover a formação desses, trabalhando os conceitos da SAN e DHAAS, com ênfase participativa, debatendo a realidade e o cotidiano escolar. Os extensionistas abordaram idéias e possibilidades metodológicas para que os professores trabalhassem a Educação Nutricional em sala de aula. Ademais, buscaram o fortalecimento do vínculo com os professores, através da utilização de atividades lúdicas e rodas de conversa estimulando a maior participação destes nas atividades realizadas pelo projeto de extensão.

Cada atividade foi previamente planejada com o auxílio dos professores, onde os mesmos tiveram espaço aberto para expressar suas opiniões e sugestões, com estímulo ao protagonismo do professor através da valorização da escuta de seus dilemas, inquietações e saberes no que se refere aos temas debatidos, especialmente a inserção da Promoção da Saúde no âmbito escolar. Nesse sentido a participação e cooperação ativa destes profissionais contribuíram para criação de um espaço de construção mútua de conhecimentos, uma vez que a troca de saberes ocorrida durante as atividades geraram momentos de grande aprendizado.

No turno da tarde foi construída com estudantes e professores uma gincana com o tema da Semana Mundial da Alimentação Saudável em 2010 - *Unidos Contra a Fome* – e para isso foram feitas, até a culminância da gincana, atividades coletivas, em sala de aula, com dinâmicas de grupo com o objetivo de aumentar a interação entre estudantes e extensionistas, com rodas de conversa sobre aproveitamento integral dos alimentos, construção coletiva da pirâmide alimentar enfatizando a analogia da forma da pirâmide com a porção de nutrientes que devem ser consumidos e onde podemos encontrar esses

nutrientes, atividade de perguntas e respostas como um *quiz*, com temas relacionados a SAN, DHAAS e fome.

Todas estas ações foram delineadas com o objetivo de dar aos estudantes diferentes experiências e oportunidades pedagógicas de se encontrarem, refletirem e repercutirem sobre a temática geral. Em seu encerramento, a gincana envolveu paródias sobre a fome, esquetes teatrais sobre alimentação saudável na escola, preparações de receitas de aproveitamento integral dos alimentos, dentre outras. Os professores participaram efetivamente na organização e orientação das equipes da gincana para o cumprimento das tarefas pelos estudantes.

### REPERCUSSÕES

Foi bastante significativo para os extensionistas observar a animação de todos para o cumprimento de atividades em torno da alimentação saudável. O olhar crítico dos adolescentes expresso na composição de paródias sobre a fome e a falta de acesso a alimentação nos revela a importância de dar oportunidades de alcance às informações, à educação e a uma vida de qualidade para que as pessoas possam ampliar sua visão do mundo e descobrir seus potenciais. Ademais, revelou a importância de estruturar espaços pedagógicos de protagonismo estudantil no cenário escolar, especialmente no que se refere às ações de Promoção da Saúde, permitindo aos educandos e a toda comunidade escolar expressar seus saberes, tradições e anseios com relação a saúde e a vida.

Outro momento marcante foi a apresentação de esquetes teatrais em que os estudantes revelaram seu ponto de vista sobre alimentação no contexto escolar em que estão inseridos, enfatizando em suas apresentações a crítica ao desperdício da merenda escolar como um ato que pode contribuir para a fome, refletindo que o desperdício não permite que outras pessoas tenham acesso àquele alimento.

Diante do significativo tempo dedicado às aulas pelos professores, muitos dos quais tendo de trabalhar em outras escolas para complementar a renda insuficiente, foi difícil estreitar os vínculos entre os participantes das atividades, além de ter sido evidente a pouca disponibilidade de alguns professores em se envolver intensamente com as ações.

Em contrapartida, a vivência contribuiu na formação de extensionistas com um olhar mais amplo e humanizado do Ser comprometido com a transformação da realidade social de forma mais crítica e responsável. Além disso, conceitos importantes

relacionados à nutrição foram exercitados não só do ponto de vista teórico como prático. Conceitos como alimentação saudável, aproveitamento integral dos alimentos, Segurança Alimentar e Nutricional, Educação Popular ganharam significado intenso a cada atividade desenvolvida, sendo explorado com um olhar mais amplo e permanente. Contribuindo na futura vida profissional dos extensionistas, sendo estes estimulados a aprimorar seus saberes na busca da promoção a saúde e da atenção básica, de maneira educativa, dialógica e respeitosa, formando profissionais mais humanizados metodologicamente e sintonizados nas ações pautadas na Educação Popular.

### ALGUMAS CONSIDERAÇÕES

Os diálogos com a gestão escolar e a participação ativa de estudantes e professores geraram um espaço de construção coletiva e crítica com estímulo a criatividade, onde ambos foram protagonistas na construção de conhecimentos para promoção da saúde.

A mobilização de professores, a participação de extensionistas e a motivação dos estudantes permitem reafirmar que apostar nessas vivências são formas concretas de participação popular onde se prioriza a comunicação e criatividade, tendo em vista que o diálogo oportuniza a troca de experiências e de saberes potencializando novas repercussões para a saúde, a vida e o trabalho, a partir do cotidiano dos sujeitos envolvidos.

### REFERÊNCIAS

- [1] PINHEIRO, R. e MATTOS, R.A. (Org). **Os sentidos da integralidade na atenção e no cuidado à saúde**. Rio de Janeiro, UERJ, IMS: ABRASCO, 2001.
- [2] Ayres, José Ricardo de Carvalho Mesquita. O cuidado, os modos de ser (do) humano e as práticas de saúde. *Saúde e Sociedade* v.13, n.3, p.16-29, set-dez 2004. Buss PM. Promoção da saúde e qualidade de vida. *Rev. Ciência e Saúde Coletiva*, 2000; 163-77.
- [3] Freire, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 40a ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2005
- [4] CALADO, Alder Júlio Ferreira. Educação popular como processo humanizador: quais protagonistas? In: LINS, L.T.; OLIVEIRA, V.L.B.de (Org). Educação popular e movimentos sociais: aspectos multidimensionais na construção do saber. João Pessoa: Editora Universitária/UFPB, 2008. p.225-242.

# EXPERIÊNCIA DE EXTENSÃO EM QUALIDADE HIGIÊNICA DOS ALIMENTOS: *Listeria monocytogenes*

**Área temática:** Saúde

**Responsável pelo trabalho:** Lilyan Luizaga de Monteiro

**Instituição:** Universidade Federal do Tocantins (UFT)

**Autores:** Lilyan Luizaga de Monteiro<sup>(1)</sup>; Sílvia Minharro<sup>(2)</sup>; Patrícia Martins Guarda<sup>(3)</sup>; Célia Gonçalves do Nascimento<sup>(4)</sup>

<sup>(1)</sup>Universidade Federal do Tocantins, Cursos de Licenciatura em Biologia, Araguaína, TO

<sup>(2)</sup>Universidade Federal do Tocantins, Curso de Medicina Veterinária, Araguaína, TO

<sup>(3)</sup>Universidade Federal do Tocantins, Curso de Licenciatura em Química, Araguaína, TO

<sup>(4)</sup>Universidade Federal do Tocantins, Curso Superior em Tecnologia, Araguaína, TO

## RESUMO

*Listeria monocytogenes*, uma bactéria patogénica de origem alimentar, foi isolada a partir de produtos de carne obtidos nos açougues na cidade de Araguaína, Estado do Tocantins. No final de 2010, partindo da preocupação da qualidade de carne cru comercializada no município, foi realizado um projeto envolvendo 30 participantes açougueiros, com ações necessárias para reforçar a responsabilidade e a preocupação de nossa sociedade, que muitas vezes omite ou persiste nos hábitos e ações erradas no manuseio de produtos sem o conhecimento de seus efeitos sobre a qualidade dos alimentos. Objetivou-se aplicar um programa de cursos teóricos práticos de extensão ministrados em higiene básica do estabelecimento e dos manipuladores, armazenamento e conservação dos alimentos, entre outros. Os resultados foram avaliados por formulários de aproveitamento dos conteúdos, observou-se uma boa aceitação deste tipo de actividade entre o público alvo, o que leva à conclusão que ações desta natureza podem ajudar a diminuir ou prevenir riscos da presença, multiplicação e veiculação de patógenos por estes alimentos.

**Palavras-chave:** qualidade alimentar, saúde pública, extensão

## INTRODUÇÃO

Existem alimentos que podem causar doenças significativas em humanos. A carne e os subprodutos são veículos importantes de patógenos de origem alimentar, como *Salmonella spp.*, *Campylobacter spp.*, *E. coli* e inclusive a *Listeria monocytogenes*. Estes muitas vezes presentes em animais portadores saudáveis que transmitem o patógeno aos humanos por uma serie de possibilidades, desde a produção, manipulação e consumo de alimentos.

A maior parte dos casos de doenças de origem alimentar não é notificada e a verdadeira dimensão do problema é desconhecida, o que dificulta a priorização de estratégias na promoção da saúde pública (BADARO et al., 2007).

Entre o conjunto de doenças transmitidas por alimentos encontra-se a Listeriose, doença causada pela *L. monocytogenes*, bactéria patogênica transmitida por alimentos contaminados. Devido à listeriose apresentar alta incidência de mortalidade (20 a 30%) é considerado como problema grave para a saúde pública e vários países do mundo tem adotado uma política severa para o controle desse microorganismo. No entanto, o seu controle é difícil devido principalmente à sua ampla distribuição, natureza psicrotrófica e tolerância a muitos agentes preservativos (ALMEIDA, 1999; JACQUET et al., 2002).

Uma vez que foi identificada a presença de *L. monocytogenes* em amostras de carne moída cru e lingüiça mista frescal, em 20% das amostras provenientes de Araguaína, TO (LUIZAGA et al. 2009), o presente projeto apresenta-se como uma oportunidade de repassar e multiplicar conhecimentos sobre prevenção na contaminação de alimentos não só por *Listeria* mas também para outros patógenos que podem estar circulando em produtos de origem animal.

A educação das pessoas envolvidas no preparo e processamento dos alimentos constitui ação crucial na prevenção de grande parte das enfermidades transmitidas pelos alimentos, e que a falta de consciência dos manipuladores faz com que a maioria dos surtos ocorra como resultado do manuseio incorreto do alimento. Apesar dos problemas freqüentemente encontrados em ambientes de produção de alimentos, um grande número de programas tem sido desenvolvido em diversos países do mundo, para educar os manipuladores sobre os aspectos relacionados a alimentos e comportamentos pessoais, visando a segurança dos alimentos (BADARO et al., 2007).

A região de Araguaína, por sua localização geográfica, é considerada zona de influência econômica no Estado do Tocantins, e se concentra fundamentalmente na pecuária, segundo Laranjeira & Menta (2008). Detém o segundo maior rebanho do Tocantins, com 1.012.363 bovídeos de corte, os quais são destinados ao consumo interno e externo. O Estado por sua vez é o 11º maior mercado produtor de carne bovina do Brasil, contando com um rebanho de aproximadamente 8 milhões de animais, e 15 frigoríficos com capacidade de abater mensalmente mais de 165 mil animais (FIGUEIREDO, 2007).

Visto a importância do comércio de carne bovina, o presente projeto visa reforçar uma das principais funções da Vigilância Sanitária, que garante a disponibilização de alimentos e bebidas de forma segura (FIDELIS, 2005).



Diante do exposto, o presente trabalho teve como objetivo aplicar um programa de conscientização sobre qualidade de alimentos, e os perigos de contaminação por patógenos, para manipuladores e comercializadores de carne moída e lingüiça mista na cidade de Araguaína, TO, integrando atividades municipais e universitárias, como parte de campanha de mudança de hábitos na manipulação de alimentos de origem animal, assim como as políticas sanitárias envolvidas.

### MATERIAL E METODOLOGIA

De acordo com a listagem dos estabelecimentos comerciais fornecida pela Prefeitura Municipal de Araguaína em 2008, contabilizaram 136 açougues cadastrados, distribuídos em 10 setores do município . A partir de um projeto de extensão dirigido pela UFT, foram convidados para participar do projeto 30 manipuladores de carne de açougues do Município, o convite foi oficializado por uma parceria entre a UFT e a Vigilância Sanitária de Araguaína.

Os professores envolvidos ministraram minicursos e/ou oficinas em horários alternativos no período noturno. Os temas desenvolvidos foram relacionados à introdução sobre contaminação e microbiologia de alimentos, assim como legislação em qualidade de alimentos e segurança alimentar, com reforço prático sobre a importância da higiene pessoal do manipulador, dos estabelecimentos e prevenção da presença de contaminantes.

Depois de ministrados os minicursos, foi aplicado um questionário entre os participantes com perguntas avaliativas sobre diferentes pontos, com a finalidade de determinar fortalezas e debilidades do evento.

### RESULTADOS E DISCUSSÕES

O fluxo de informação e conhecimento na área de qualidade de alimentos estabelecido na troca de saberes acadêmico e popular, apresenta-se a seguir.

Tabela 1. Número e percentual das opiniões formadas pelos participantes sobre o aproveitamento, interesse e dificuldades encontradas no Curso em Qualidade Higiênica dos alimentos – *L. monocytogenes*, em novembro de 2010, Araguaína TO.

	Aproveitamento (%)	Temas de interesse (%)	Dificuldades encontradas (%)
Sim	28 (93)	28 (93)	21 (70)
Parcial	2 (7)	1 (4)	0
Não	0	1 (3)	9 (30)

Tabela 2. Número e percentual de avaliação do suporte logístico e carga horária no Curso em Qualidade Higiênica dos alimentos – *L. monocytogenes*, em novembro de 2010, Araguaína TO.

	Carga horária (%)	Instalações (%)	Material didático (%)
Bom	26 (90)	24 (83)	26 (83)
Regular	2 (7)	5 (17)	2 (10)
Ruim	1 (3)	0	1 (7)

Tabela 3. Número e percentual das opiniões formadas pelos participantes sobre a importância do projeto para a comunidade, durante o Curso em Qualidade Higiênica dos alimentos – *L. monocytogenes*, em novembro de 2010, Araguaína TO.

	Benefícios do projeto (%)	Melhora da qualidade de vida (%)
Sim	25 (83)	27 (90)
Não	5 (17)	1 (7)
Não sabe	0	2 (3)

Dos 30 participantes, 28 (93%) indicaram estar satisfeitos com as atividades realizadas ao longo do projeto, assim como mostraram satisfação quanto aos temas abordados (Tabela 1). Da mesma forma 26 participantes (90%) manifestaram satisfação com a carga horária, e 83% sobre as instalações utilizadas e o material didático aplicado (Tabela 2). Na Tabela 3 mostra-se que 83% reconheceram o benefício trazido pelo projeto para a comunidade e 90% acreditam que esta atividade pode melhorar a qualidade de vida dos moradores araguainenses, porém, quando questionados sobre as dificuldades encontradas para participar do curso somente 9 (30%) manifestaram não ter encontrado nenhuma dificuldade, entanto que 21 (70%) encontraram muitas vezes mais de uma dificuldade, entre as que se encontram a incompatibilidade de horário com outras atividades, carga horária pesada, dificuldades no deslocamento para a faculdade durante os minicursos, termos não familiares.

### CONCLUSÃO

Observando os resultados da aplicação do projeto de extensão em qualidade de alimentos entre manipuladores de carne de Araguaína TO, concluímos que iniciativas como esta, em parceria com autoridades municipais responsáveis pelo monitoramento da qualidade dos alimentos são bem recebidas por este grupo de participantes o que mostra a

responsabilidade e preocupação de nossa sociedade sendo uma ação viável que provavelmente vai repercutir positivamente na sociedade.

Pelo intercâmbio de informações durante o projeto, também concluímos que futuras ações com outros grupos de manipuladores de nossa cidade, como restaurantes e praça de alimentação, são necessárias tendo em conta a importância de difundir estes conhecimentos e aproveitando a receptividade dos participantes, que muitas vezes omitem ou persiste em hábitos ou ações equivocadas na manipulação de produtos, sem conhecimento sobre seus efeitos na qualidade do alimento.

## REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA, P.F.; COMASTRI, R. DE C.; RODRICK, G.E. *Listeria monocytogenes*: importância e distribuição em alimentos. **Higiene Alimentar**, São Paulo, v.13, n. 64, p. 19-23, 1999.
2. BADARO, A.C.L.; AZEREDO, R.M.C.; ALMEIDA, M.E.F. Nutrir – Rev. digital de nutrição – Ipatinga: Unileste-MG, v.1, n.1. 2007. Disponível em: [http://www.unilestemg.br/nutrirgerais/downloads/artigos/vigilancia\\_sanitaria.pdf](http://www.unilestemg.br/nutrirgerais/downloads/artigos/vigilancia_sanitaria.pdf). Acesso em: Mai. 2010.
3. FIDÉLIS, G.A. Avaliação das Boas Práticas de Preparação em restaurantes institucionais. 2005. Dissertação (Mestrado em Ciência e Tecnologia de Alimentos) – Departamento de Tecnologia de Alimentos, Universidade Federal de Viçosa. Viçosa, 2005.
4. FIGUEIREDO, A. Tocantins comemora 10 anos sem aftosa em grande estilo. Agência de Defesa Agropecuária – ADAPEC. Governo do Estado do Tocantins. Leitura 119, 2007. <http://adapec.to.gov.br/noticia.php?id=61>
5. JACQUET, C.; GOUIN, E.; JEANNEL, D.; COSSART, P.; ROCOURT, J. Expression of ActA, Ami, InIB, and Listeriolysin O in *Listeria monocytogenes* of human and food origin. **Applied and Environmental Microbiology**. v.68, n.2, p.616-622. 2002.
6. LARANJEIRA, C.; MENTA, F. ADAPEC em campo. Agência de Defesa Agropecuária – ADAPEC. Governo do Estado do Tocantins. Leitura 155, 2008. <http://adapec.to.gov.br/noticia.php?id=196>
7. LUIZAGA, L. R. ; MESQUITA, S.Q.P. ; MEDEIRO, N. X. ; MESQUITA, A.J. . Detecção de *Listeria monocytogenes* em alimentos de origem animal provenientes de Araguaína-TO, pela análise imuno-enzimática Mini-vidas *In*: VIII Simpósio Latino Americano de Ciência de Alimentos (SLACA), 2009.

# HIGIENE DOS ALIMENTOS

## Área Temática: Saúde

**Sandra Maria Oliveira Morais VEIGA**

**Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG)**

**Sandra Maria Oliveira Morais VEIGA; Luiz Carlos do NASCIMENTO; Laís Rodrigues de AGUIAR; Narylle Maria Bacelar Chaib ZANOLLI; Tatiane FARIA Taciane Maira Magalhães HIPÓLITO; Patrícia Lunardelli Negreiros de CARVALHO; Ramon Alves de Oliveira PAULA; Dalila Junqueira ALVARENGA**

### Resumo

Este projeto integra alunos dos Cursos de Nutrição e Farmácia da Unifal-MG, com a finalidade divulgar o conhecimento sobre higiene dos alimentos. São realizadas atividades educativas destinadas aos manipuladores de alimentos e pessoas da comunidade de Alfenas, MG. São organizadas oficinas educativas, empregando-se técnicas de dinâmica de grupo. Nos serviços de alimentação, o trabalho é realizado com as seguintes etapas: diagnóstico e inquérito locais, levantando-se os principais problemas relacionados à higiene e boas práticas; oficinas educativas; ensaios microbiológicos para água, mãos de manipuladores, ambiente e alimentos; Para a população em geral, são montadas barracas educativas. Em 2010, o projeto trabalhou com 30 funcionários do Restaurante Popular de Alfenas; 12 adolescentes, 12 adultos e 02 funcionários da Cozinha experimental da APAE de Alfenas-M; 160 pessoas da comunidade no Stand educativo montado em uma Campanha de conscientização em saúde; e 34 adolescentes da rede pública, candidatos ao treinamento do Programa Chefes do Amanhã. Foram Multiplicadas informações sobre a importância da higiene dos alimentos, métodos corretos de preparo, conservação, cozimento, reaquecimento, sanificação e armazenamento de alimentos, limpeza adequada do local de trabalho, dos equipamentos e utensílios, contribuindo assim, para a segurança alimentar. A adoção de práticas pedagógicas interativas facilita o aprendizado e a aquisição de hábitos saudáveis.

**Palavras-chave: Alimentos, higiene, educação.**

### Introdução

Os alimentos são necessários para manter a saúde, mas, se forem produzidos, manipulados ou servidos de forma incorreta, podem provocar doenças ou intoxicações. Assim, todo alimento deverá ser fornecido de maneira segura. Para isso, o alimento saudável deve estar em ambiente limpo e manipulado por pessoas com higiene e responsabilidade (GERMANO &GERMANO, 2008; BRASIL, s/d).

A informação em higiene dos alimentos está entre as medidas de promoção da saúde, representando uma ação da atenção primária em saúde e um direito básico de todo

cidadão. Desta forma, torna-se extremamente importante o comprometimento das instituições de saúde e educação na multiplicação do conhecimento sobre o tema (GERMANO & GERMANO, 2008; BRASIL, s/d).

A melhor maneira de se prevenir as doenças de origem alimentar e as perdas econômicas por deterioração de alimentos é capacitando todo o pessoal envolvido no processo de produção/obtenção, processamento e comercialização de alimentos (GERMANO & GERMANO, 2008; BRASIL, 2004).

A RDC N°216, ANVISA, 2004, dispõe sobre o Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação e determina que o responsável pelas atividades de manipulação dos alimentos (proprietário ou funcionário designado) seja devidamente capacitado para tal função.

Entende-se por higiene e boas práticas, os procedimentos que devem ser adotados por serviços de produção e comercialização de alimentos, bem como pela população em geral, a fim de garantir a qualidade higiênico-sanitária dos produtos alimentícios (BRASIL, 2004)

Considerando o exposto, este projeto de extensão integra alunos dos Cursos de Nutrição e Farmácia da Unifal-MG, com o objetivo de multiplicar informações sobre a importância da higiene dos alimentos e das boas práticas de manipulação, contribuindo, assim, para a segurança alimentar.

São realizadas atividades educativas destinadas aos manipuladores de alimentos e às pessoas da comunidade de Alfenas, MG.

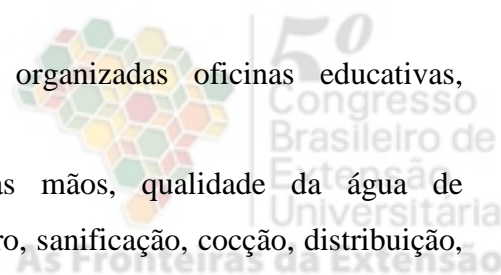
### **Material e Metodologia**

Os materiais didáticos empregados são: panfletos, cartilha de Boas Práticas para Serviços de Alimentação (ANVISA), DVDs, slides e cartazes sobre o tema.

A metodologia empregada nas diferentes atividades é fundamentada na RDC n.12 da ANVISA, em Germano (2003), Germano & Germano (2008), no treinamento oferecido Programa Chefes do Amanhã do Governo de Minas Gerais (2008) e em Madeira & Ferrão (2002).

Para os manipuladores de alimentos: são organizadas oficinas educativas, empregando-se técnicas de dinâmica de grupo.

Assuntos abordados: higiene pessoal e das mãos, qualidade da água de abastecimento; higiene dos alimentos, incluindo preparo, sanificação, cocção, distribuição, conservação e reaquecimento; higiene dos utensílios, equipamentos e ambiente.



Nos serviços de alimentação, o trabalho é realizado com as seguintes etapas:

- 1- Diagnóstico e inquérito locais, levantando-se os principais problemas relacionados à higiene e boas práticas;
- 2- Realização de oficinas educativas ou cursos;
- 3- Ensaio microbiológicos para água, mãos de manipuladores, ambiente e alimentos;

Para a população em geral, são montadas barracas temáticas, nas quais se distribuem panfletos e oferece orientação a população em geral.

### **Resultados e Discussão**

Em 2010, o projeto beneficiou 250 pessoas, sendo 30 funcionários do Restaurante Popular de Alfenas; 24 alunos (adolescentes e adultos) e 02 funcionários da Cozinha experimental da APAE de Alfenas-MG; 160 pessoas da comunidade por meio do Stand educativo montado em uma Campanha de conscientização em saúde; e 34 adolescentes da rede pública, candidatos ao treinamento oferecido pelo Programa Chefes do Amanhã do Governo de Minas Gerais

No Restaurante Popular, as cozinheiras, auxiliares de cozinha, garçonetes e gerência foram capacitados por meio de dois cursos, com (4h duração/cursos) sobre higiene e boas práticas em serviços de alimentação; utilizou-se da Cartilha de Boas Práticas para Serviços de Alimentação da ANVISA (Resolução-RDC 216/2004); foi realizada a dinâmica: lavagem das mãos e a distribuição de Kits contendo máscara, gorro, luva e avental para os participantes, com orientações sobre importância do uso.

Ainda, coleta de material para análise microbiológica: mãos dos manipuladores, ambiente, água e alimentos preparados, sendo que os ensaios foram realizados em parceria com duas acadêmicas da nutrição, que desenvolveram um Trabalho de Conclusão de Curso (Análise microbiológica das preparações do restaurante popular “Zélia de Assis Canavez” do município de Alfenas-MG).

Os ensaios microbiológicos revelaram que a água utilizada no preparo de alimentos estava contaminada, portanto imprópria para a utilização. Nas mãos e utensílios também foram encontradas contaminações com risco potencial de contaminação de alimentos e provocar toxinfecções alimentares.

Quanto à análise dos alimentos: Suco artificial, sobremesa (gelatina), arroz, feijão, prato principal, opção, guarnição e salada, amostras analisadas apresentaram níveis altos de contaminação por Coliformes a 45°C e, em menor escala, por *Staphylococcus* sp.

Estes resultados foram apresentados aos funcionários e houve sensibilização dos mesmos para melhoria das condições higiênico-sanitárias do ambiente, lavagem das mãos e cuidados nas preparações alimentos.

Na APAE (Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais de Alfenas, MG), o projeto atuou com integrante de um Programa de Extensão aprovado pelo PROEXT/MEC (2009), Inserção Social de Portadores de Necessidades Especiais e Autonomia, cuja finalidade era multiplicar informações científicas, sanitárias e legais para subsidiar a estruturação de uma microempresa para comercialização de condimentos no varejo regional, sendo a mesma operacionalizada por alunos e tutores da cozinha experimental, incluindo etapas iniciais de estudo: condimentos secos mais utilizados no Brasil, sua importância no sabor e na conservação e etapas de treinamento em fracionamento, embalagem e rotulagem destes produtos.

Assim, nesta instituição, o projeto higiene dos alimentos atuou capacitando jovens e adultos, bem as tutoras da cozinha experimental em higiene e boas práticas em serviços de Alimentação, por meio de oito encontros de duas horas de duração. Também utilizou-se também da Cartilha de Boas Práticas para Serviços de Alimentação (ANVISA) e os temas trabalhados foram adequados à necessidades de Programa, ou seja, de prepará-los pra possível implantação da microempresa de fracionamento de condimentos.

Também houve a distribuição de Kits com os Equipamentos de Proteção Individual para manipuladores de alimentos, com orientação de uso; e análise microbiológica de mãos, ambiente, água e condimentos (matéria-prima e fracionados). Estes ensaios foram realizados em parceria co um Projeto de Iniciação Científica: Qualidade microbiológica de condimentos.

Os ensaios microbiológicos das amostras de água de abastecimento mostraram resultados satisfatórios. Nas mãos e ambiente, também não foram observadas grandes contaminações. Os condimentos fracionados apresentaram-se dentro dos padrões microbiológicos vigentes. A apresentação dos resultados despertou bastante interesse dos participantes.

Ainda, foram realizadas as dinâmicas de lavagem das mãos, sanitização de vegetais, preparo de saladas e de pizzas (com a adição dos condimentos fracionados e embalados pelos alunos).

Na Campanha de conscientização em saúde / Encontro da melhor idade, que ocorreu em 30/09/2010, sob a promoção do Centro Acadêmico de Farmácia e Prefeitura Municipal de Alfenas, MG., os integrantes do projeto higiene dos alimentos montaram

uma barraca educativa, na qual foram fixados cartazes educativos (sanitização, preparo, conservação, descongelamento e regras de ouro para o preparo inócuo de alimentos), distribuíram-se panfletos educativos e foi realizada a orientação do público.

### **Conclusão**

O projeto vem alcançando seus objetivos por meio da adoção de práticas pedagógicas interativas, as quais facilitam o aprendizado e a aquisição de hábitos saudáveis.

A capacitação e treinamento de manipuladores de alimentos, bem como a orientação do público em geral, é essencial para melhorar a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos, reduzir toxinfecções alimentares e aumentar a vida útil dos produtos alimentícios.

As parcerias efetivadas com instituições públicas e eventos permitiram maior divulgação do conhecimento sobre higiene dos alimentos, assim como a interatividade dos autores com a comunidade, conhecendo melhor sua realidade sócio-econômica, sanitária e cultural.

### **Referências**

- BRASIL. ANVISA. Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004. **Regulamento técnico de boas práticas para serviços de alimentação**. Brasília: D.O.U. - Diário Oficial da União; Poder Executivo, de 16 de setembro de 2004.
- BRASIL. ANVISA. Gerência Geral de Alimentos – GGALI. **Cartilha sobre Boas Práticas para Serviços de Alimentação**. Brasília: ANVISA, s/d.
- GERMANO, M. I. S. **Treinamento de Manipuladores de Alimentos: fator de segurança alimentar e promoção da saúde**. São Paulo: Livraria Varela, 2003.
- GERMANO, P.M.L. & GERMANO, M.I.S. **Higiene e vigilância sanitária de alimentos**. Editora Varela, 2008.
- MADEIRA, M.; FERRÃO, M. E. M. **Alimentos conforme a lei**. São Paulo: Manole, 2002. 443p.
- GOVERNO DE MINAS GERAIS. Secretaria de Estado de Esportes e Juventude. Coordenadoria Especial da Juventude. **Apostila Chefes do Amanhã**. Belo Horizonte, 2008.

### **Agradecimentos**

Ao MEC/PROEXT, à Pró-Reitoria de Extensão da Unifal-MG, APAE, ao Restaurante Popular e aos jovens e adultos que participaram do Projeto.





<b>Título</b>	<b>IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS EDUCATIVAS NA ABORDAGEM NUTRICIONAL DAS PESSOAS COM DOENÇA FALCIFORME.</b>
<b>Área temática</b>	Saúde
<b>Responsável pelo trabalho</b>	Cláudia dos Santos Cople-Rodrigues E-mail contato: claudiacople@gmail.com
<b>Instituição</b>	Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)
<b>Nome dos Autores</b>	Souza KCM <sup>1</sup> ; Mataratzis PR <sup>1</sup> ; Rocha FHZ <sup>1</sup> ; Dias C <sup>2</sup> ; Lino D <sup>2</sup> ; Citelli M <sup>3</sup> ; Oliveira CL <sup>3</sup> ; Valle J <sup>3</sup> ; de Lucena SBSG <sup>4</sup> Cople-Rodrigues C dos S <sup>5</sup> . <sup>1</sup> Nutricionista do Ambulatório de Nutrição em Hematologia; <sup>2</sup> Acadêmica de Nutrição da UERJ; <sup>3</sup> Professora Adjunta do Instituto de Nutrição da UERJ; <sup>4</sup> Professora Adjunta da Faculdade de Ciências Médicas da UERJ. Chefe da disciplina de Hematologia da FCM/UERJ; <sup>5</sup> Professora Adjunta do Instituto de Nutrição da UERJ. Coordenadora do Ambulatório de Nutrição em Hematologia. Coordenadora do Centro de Referência Nacional de Vigilância Nutricional na Atenção Integral às Pessoas com Hemoglobinopatias Ministério da Saúde/UERJ.
<b>Resumo</b>	A doença falciforme é a principal doença genética hematológica no Brasil. Suas repercussões clínicas são inúmeras, acometendo diferentes sistemas e órgãos e impactando diretamente no estado nutricional do indivíduo. A maioria dos pacientes com doença falciforme, no Brasil, é afrodescendentes, pobres, habitam em locais insalubres e tem dificuldades para prover suas necessidades básicas, repercutindo numa condição nutricional deficiente e desbalanceada, notadamente em proteínas, vitaminas e minerais, bem como favorecendo a existência de crenças, tabus e mitos alimentares. O presente trabalho se propõe a promover a alimentação saudável nos pacientes com doença falciforme, bem como possibilitar ao aluno extensionista a percepção da atividade clínica como uma prática promotora de saúde de cunho pedagógico e

ético. Foram realizadas, na sala de espera do Ambulatório de Hematologia do Hospital Universitário Pedro Ernesto/UERJ, práticas educativas com temas variados que foram escolhidos visando a promoção da alimentação saudável e os aspectos nutricionais relevantes às pessoas com doença falciforme. Inicialmente houve apresentação oral do tema com intuito de construir coletivamente o assunto e estimular a participação ativa dos pacientes nas diversas atividades planejadas. Na primeira prática observou-se um grupo tímido com receio de se expor. Contudo, nas práticas posteriores percebeu-se maior participação dos pacientes, quando os mesmos sugeriram os temas das práticas que ainda serão realizadas este ano e solicitaram os folders entregues em práticas das quais eles não participaram. Conhecer a importância da Nutrição no tratamento da doença falciforme tem feito diferença no comparecimento às consultas de Nutrição e no envolvimento no momento do planejamento alimentar.

**Palavras-chave**

Práticas Educativas; Educação Alimentar e Nutricional; Doença Falciforme.

**Introdução**

A doença falciforme é uma doença hematológica e crônica causada por uma alteração de origem genética e hereditária na estrutura da hemoglobina (HbA), causando assim o aparecimento de uma hemoglobina anormal S (HbS) (LOUREIRO e ROZENFELD, 2005). Esta alteração que traz inúmeras complicações clínicas e nutricionais que impactam principalmente na qualidade e expectativa de vida dos pacientes (McCLISH *et al*, 2005; PLATT *et al*, 1994).

A desnutrição é uma das consequências nutricionais que tem sido amplamente relatada, visto que muitos destes indivíduos apresentam aumento da taxa metabólica basal na ordem de 20% em relação à população considerada saudável (SOUZA *et al*, 2008; VERÍSSIMO, 2007; CARNEIRO e MURAD, 2002).

Muitos pacientes com doença falciforme no Brasil são afro-descendentes, possuem baixa renda, habitam em locais que apresentam deficiências de saneamento básico, possuem dificuldades para provimento de suas

necessidades básicas (FELIX *et al*, 2010; NAOUM, 2000; SILVA *et al*, 1993), repercutindo numa condição nutricional deficiente e desbalanceada, notadamente em proteínas, vitaminas e minerais.

Dentro dessa perspectiva, acredita-se que a promoção da saúde seja uma estratégia fundamental para o enfrentamento das questões difíceis relacionadas aos determinantes do processo saúde-doença e do cuidado, sendo de fundamental importância o fortalecimento das ações de promoção da saúde e prevenção de agravos nesta população (BRASIL 2007; BRASIL 2006; SANTOS, 2005).

Tomando o pressuposto de que a nutrição é uma das necessidades básicas da vida, entende-se a educação nutricional como fundamental para a saúde dos indivíduos ao longo da vida, sendo instrumento importante na incorporação de hábitos alimentares mais saudáveis (BASKELE *et al*, 2009; ALENCAR *et al*, 2008; BOOG, 1999).

Por esse motivo, o Ambulatório de Nutrição em Hematologia do Hospital Universitário Pedro Ernesto (HUPE/UERJ) vem desenvolvendo ações de promoção à saúde com pacientes acompanhados no hospital, com ênfase na educação nutricional através de práticas educativas a fim de promover a alimentação saudável focada nas necessidades específicas dos indivíduos com doença falciforme segundo faixa etária, considerando seus aspectos culturais e sociais. Neste cenário é possível também, construir um espaço que possibilite aos alunos extensionistas a percepção da atividade clínica como uma prática promotora de saúde de cunho pedagógico e ético. Portanto, o objetivo deste trabalho é descrever a importância das práticas educativas na abordagem nutricional dos indivíduos com doença falciforme.

**Material e  
Metodologia**

As práticas educativas foram realizadas na sala de espera do ambulatório de Hematologia do Hospital Universitário Pedro Ernesto/UERJ. De acordo com a temática utilizou-se material didático adequado, tais como hortaliças e frutas *in natura*; materiais de papelaria, entre outros. Para a realização das práticas educativas foram cumpridas as seguintes etapas: planejamento, compra de material didático, execução, avaliação das

	<p>atividades e elaboração de relatório final. As práticas foram planejadas sempre envolvendo a participação de um aluno de graduação, sendo as temáticas selecionadas de acordo com as demandas nutricionais das pessoas com doença falciforme. As práticas educativas foram feitas através a apresentação oral, sendo no final de cada uma delas, entregue um material produzido com conteúdo específico.</p>
<p><b>Resultados e Discussões</b></p>	<p>Em média, quinze pessoas participaram das práticas de forma ativa, com perguntas e dúvidas relacionadas aos temas propostos, havendo uma interação positiva com construção de um vínculo com os profissionais e estudantes presentes. As práticas educativas realizadas no período junho de 2010 a junho de 2011 na sala de espera tiveram como temas centrais: <b>o estímulo ao consumo de água e líquidos</b> com o esclarecimento e orientações sobre a importância do consumo da água para pacientes com doença falciforme, assim como maneiras saudáveis de aumentar a ingestão de líquidos através de preparações; <b>a alimentação saudável na doença falciforme</b> orientou os participantes indivíduos a terem hábitos e identificar os alimentos mais saudáveis; estímulo ao consumo de <b>verduras verde-escuras</b> onde os participantes receberam orientações sobre os tipos e as formas das mesmas, assim como realizar o pré-preparo e o preparo adequado com esclarecimentos pertinentes aos nutrientes presentes e os seus benefícios para as pessoas com doença falciforme; <b>aproveitamento integral dos alimentos</b> onde se estimulou ao público a evitar o desperdício através da demonstração de preparações que façam aproveitamento integral dos alimentos.</p>
<p><b>Conclusão</b></p>	<p>O desenvolvimento das práticas educativas tem possibilitado uma abordagem nutricional mais humanizada no ambulatório de Nutrição em Hematologia, encurtando sensivelmente o distanciamento da relação profissional–paciente comumente encontrado na prática clínica. Para os profissionais envolvidos trata-se de processo de reformulação da <i>práxis</i> uma vez que se aprende a respeitar o diálogo e a autonomia do paciente, bem como compreender os aspectos sócio-culturais que influenciam as</p>

práticas alimentares.

#### Referências

- ALENCAR, M.S.S.; BARROS JÚNIOR, F.O.; CARVALHO, C.M.R.G. Os aportes sócio-políticos da educação nutricional na perspectiva de um envelhecimento saudável. **Rev. Nutr.** 21(4): 369-381, 2008.
- BAŞKALE, H. et al. Uso da teoria de Piaget na educação nutricional de pré-escolares. **Rev. Nutr.** 22(6): 905-917, 2009.
- BOOG, M.C.F. Educação nutricional em serviços públicos de saúde. **Cad. Saúde Pública**, 15 (suppl.2): S139-S147, 1999.
- BRASIL, Política Nacional de Saúde Integral da População Negra. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Brasília: **Ministério da Saúde**, 2007a.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: **Ministério da Saúde**, 2006. 60 p. – (Série B. Textos Básicos de Saúde). ISBN 85-334-1198-7
- CARNEIRO J, MURAD Y. Crescimento e Desenvolvimento. In: Agência Nacional de Vigilância Sanitária, editor. **Manual de Diagnóstico e Tratamento - Doenças falciformes**. Brasília: Anvisa, p. 77-82, 2002.
- FELIX, A.A.; SOUZA, H.M.; RIBEIRO, S.B.F. Aspectos epidemiológicos e sociais da doença falciforme. **Rev. Bras. Hematol. Hemoter.**, 32 (3): 203-208, 2010.
- LOUREIRO MM, ROZENFELD S. Epidemiologia de internações por doença falciforme hospital no Brasil. **Rev Saúde Pública**, 39:943-9, 2005.
- MCCLISH, D. *et al.* Health related quality of life in sickle cell patients: the PiSCES project. **Health Quality Life Outcomes** 3:50 doi:10.1186/1477-7525-3-50, 2005.
- NAOUM PC. Interferentes eritrocitários e ambientais na anemia falciforme. **Rev. Bras. Hematol. Hemoter**, 22: 05-22, 2000.
- PLATT, O.S. *et al.* Mortality in sickle cell disease: Life expectancy and risk factors for early death. **Nat Engl J Med.**, 330: 1639-1644. 1994.
- SANTOS, L.A.S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Rev. Nutr.** 18(5): 681-692, 2005.
- SILVA, R.B.P.; RAMALHO, A.S.; CASSORLA, R.M.S. A anemia falciforme como problema de Saúde Pública no Brasil. **Rev. Saúde Pública**, 27 (1): 54-58. 1993.
- SOUZA, K.C.M., *et al.* Acompanhamento do crescimento de uma criança portadora de anemia falciforme numa unidade de atenção básica de saúde. **Rev. Paul. Pediatria**, 26 (4): 400 – 404, 2008.
- VERÍSSIMO M. Crescimento e desenvolvimento nas doenças falciformes. **Rev Bras Hematol Hemoter**, 29 (3): 271-274, 2007.

# PROMOÇÃO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE PELOTAS-RS.

**Área temática:** Saúde

**Responsável pelo trabalho:** C. R. CIOCHETTO

**Instituição:** Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

**Autores:** C. R. CIOCHETTO<sup>1</sup>; S. W. MADRUGA<sup>2</sup>; T. R. FLORES<sup>3</sup>; B.M. LIMONS<sup>3</sup>; A. A. KLUG<sup>3</sup>; C. R. ALVES<sup>3</sup>; G. J ROSSI<sup>3</sup>; M. A. LENA<sup>4</sup>; E. V. OBELAR<sup>3</sup>; M. F. A. VIEIRA<sup>2</sup>

1 Nutricionista Mestranda Nutrição e Alimentos- UFPel, 2 Professora Faculdade de Nutrição, 3 Acadêmicas da faculdade de Nutrição, 4 Nutricionista

**Resumo:** As escolas representam uma opção estratégica na promoção da alimentação saudável e na prevenção do excesso de peso em crianças e adolescentes. O presente trabalho teve o objetivo de promover a alimentação saudável, com ênfase no consumo de frutas, verduras e legumes (FV&L) entre escolares de 1º ao 4º ano do ensino fundamental da rede municipal do ensino da cidade de Pelotas. A promoção foi realizada através de oficinas com preparação de receitas no ambiente escolar. O trabalho foi bem aceito pela comunidade escolar e pelos familiares.

**Palavras-chave:** alimentação saudável, frutas, escolares.

## Introdução

A Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas, na condição de formadora de recursos humanos, busca aproximar seus alunos da realidade do mercado de trabalho e, nesse sentido, tem procurado consolidar parcerias, através de projetos de extensão e de pesquisa com os setores responsáveis pela execução das Políticas Públicas relacionadas com a Alimentação e Nutrição. Nessa linha de ação, desde 2004 vem sendo desenvolvidos projetos com o Serviço de Alimentação Escolar da Prefeitura Municipal de Pelotas, responsável pela execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar. No ano de 2004, foi realizado um projeto de pesquisa para avaliar o estado nutricional dos escolares, através de medidas antropométricas, nas séries iniciais (1º a 4º ano) do ensino fundamental das escolas urbanas do município (Vieira et al, 2008). Nos anos seguintes foram desenvolvidos projetos de extensão, com o objetivo de promoção de alimentação saudável entre os escolares. Os referidos projetos variaram desde

oficinas de culinária, até capacitação de trabalhadores da alimentação escolar, passando por participação em feiras de ciências, organização de mostra de trabalhos de nutrição nas escolas, avaliação nutricional, inquéritos dietéticos, entre outros, trabalhando no sentido de promover a alimentação saudável dentro do ambiente escolar (Leal e cols, 2009).

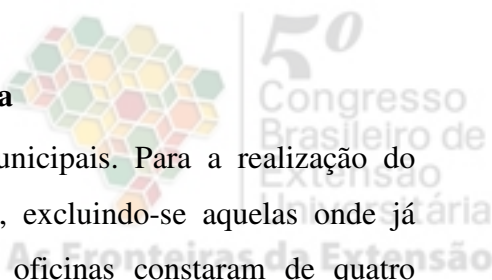
O consumo de frutas, verduras e legumes (FV&L) de acordo com o Guia Alimentar para a população Brasileira preconiza consumo diário de três porções de frutas e três porções de verduras e legumes, distribuídas ao longo das refeições (BRASIL, 2005). Estima-se que o consumo de frutas e hortaliças no Brasil corresponda a menos da metade das recomendações nutricionais, sendo ainda mais deficiente entre as famílias de baixa renda (LEVY-COSTA, SICHIERI *et al.*, 2005).

As escolas representam uma opção estratégica na promoção da alimentação saudável e na prevenção do excesso de peso em crianças e adolescentes, nesse sentido o Ministério da Saúde recomenda que as escolas promovam a atividade física, restrinjam o consumo de alimentos muito calóricos e pobres em micronutrientes, limitem a exposição das crianças à propaganda desses produtos, forneçam informações para promover escolhas saudáveis e resgatem as dietas tradicionais, valorizando a dimensão cultural da alimentação (BRASIL, 2007).

Considerando a situação nutricional de crianças em idade escolar, o papel da escola na formação de habilidades e de comportamentos e as linhas de atuação preconizadas pelas Políticas Públicas na área da Alimentação e Nutrição, o presente projeto de extensão teve o objetivo de estimular os hábitos saudáveis, principalmente o consumo de FV&L, através da prática de oficinas culinárias, em crianças matriculadas nas escolas municipais da cidade de Pelotas (Rio grande do Sul-RS), envolvendo a participação de alunos da graduação e pós-graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

### **Materiais e metodologia**

O município de Pelotas possui 38 escolas municipais. Para a realização do presente projeto foi realizado sorteio de três escolas, excluindo-se aquelas onde já tivesse tido algum projeto da mesma natureza. As oficinas constaram de quatro



encontros, com frequência semanal, durante o mês de maio de 2011. As turmas que participaram das oficinas foram uma representante de cada 1º, 2º, 3º e do 4º ano do ensino fundamental por escola.

O trabalho foi feito por bolsistas de graduação e pós-graduação da Faculdade de Nutrição, devidamente treinados e contou com a supervisão de professores da UFPel.

Os materiais utilizados para a realização das oficinas foram: cartazes, material de colagem como desenho de frutas e vegetais, matérias de consumo como frutas, verduras e legumes in natura.

Foi realizado um cronograma para a realização do trabalho nas escolas, conforme descrição abaixo:

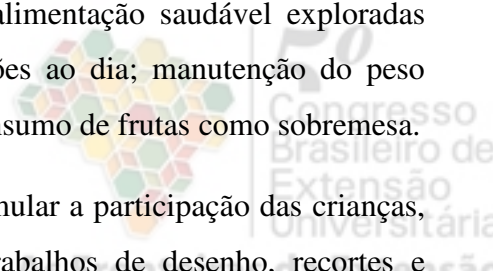
Primeiro encontro: Apresentação da proposta das oficinas para os escolares, escolha de uma fruta ou vegetal para ser o nome da turma de cada ano do ensino fundamental de cada escola. Confeção de cartazes com os alimentos que se deve preferir e evitar, utilizando recortes de encartes com imagens de alimentos.

Segundo encontro: Preparo e degustação de suco de frutas e vegetais trabalhando a importância das frutas para a saúde, estimulando o contato com frutas que não fazem parte do cotidiano das crianças. As crianças eram estimuladas a falar sobre as frutas, verduras ou legumes apresentados.

Terceiro encontro: Preparo e degustação de sanduíche natural, com beterraba, cenoura, alface. Sempre que as condições da escola permitiam as crianças participavam da confecção das preparações.

Quarto encontro: O trabalho foi feito em sala de aula enfatizando os 10 passos para a alimentação saudável para crianças maiores de 2 anos. Os temas abordados nas oficinas anteriores foram retomados e com as turmas de 1º ano foram realizadas pinturas de alimentos saudáveis. As mensagens de alimentação saudável exploradas foram: consumo de alimentos variados, em 5 refeições ao dia; manutenção do peso saudável; consumo de legumes e vegetais folhosos, consumo de frutas como sobremesa.

Em todos os encontros o grupo procurava estimular a participação das crianças, fazendo perguntas, distribuindo tarefas, propondo trabalhos de desenho, recortes e





colagens, sempre tendo em mente despertar na criança a curiosidade para o consumo de alimentos saudáveis e também de alimentos desconhecidos ou rejeitados por elas.

Além disso, o trabalho buscava estimular as atividades em grupo, de maneira cooperativa e divertida, favorecendo assim a troca de idéias e experiências. As receitas escolhidas foram compostas por preparações de baixo custo e adequadas aos lanches.

### Resultado e discussão

Em geral, ao final do trabalho nas escolas, era comum que os professores, as merendeiras e em alguns casos os pais, procurassem o grupo pedindo para o trabalho continuar durante todo o período letivo. Era comum o relato das próprias crianças dizendo que passaram a comer determinados alimentos que não comiam.

Abaixo estão apresentadas algumas imagens feitas durante a realização das oficinas nas escolas.



## Conclusão

As ações desenvolvidas, além do aspecto da promoção de alimentação saudável entre os escolares, pretenderam sensibilizar a comunidade escolar e os familiares dos escolares para a importância da alimentação saudável e do consumo de frutas verduras e legumes, bem como para o papel da escola na formação dos hábitos e comportamentos alimentares das crianças e dos jovens. As oficinas proporcionaram um contato com alimentos antes desconhecidos ou não consumidos pelas crianças, havendo grande aceitação das preparações apresentadas, houve boa receptividade no ambiente escolar.

## Referencias

Vieira, M. F. A.; Araújo, C. L. P.; Hallal, P. C.; Madruga, S. W.; Neutzling, M. B.; Matijasevich, A.; Leal, C. M. A.; Menezes, A. M. B. Estado nutricional de escolares de 1ª a 4ª séries do Ensino Fundamental das escolas urbanas da cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*. v. 24, n. 7 , pp. 1667-1674, 2008.

Leal, C. M A., e cols. Oficinas de nutrição e culinária no ambiente escolar: uma experiência na construção de hábitos alimentares saudáveis. 5º Congresso Pan-Americano de Incentivo ao Consumo de Frutas e Hortaliças. Brasília. 2009.

BRASIL. Estudo de caso Brasil: a integração das ações de alimentação e nutrição nos planos de desenvolvimento nacional para o alcance das metas do milênio no contexto do direito humano à alimentação adequada. Brasília: Ministério da Saúde, 2005. 303 p.

Levy-Costa, R. B., *et al.* Household food availability in Brazil: distribution and trends (1974-2003). *Rev Saude Publica*, v.39, n.4, p.530-40, Aug. 2005.

SICHERI, R.; SOUZA, R. A. Strategies for obesity prevention in children and adolescents. *Cad Saude Publica*, v.24 Suppl 2, p.S209-23; discussion S224-34. 2008.

BRASIL. Experiências estaduais e municipais de regulamentação da comercialização de alimentos em escolas no Brasil Brasília: Ministério da Saúde, 2007. (identificação e sistematização do processo de construção e dispositivos legais adotados).

BRASIL. Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN na assistência à saúde. Brasília, 2008. 61 p. (Série B. Textos Básicos de Saúde)



## **SOBRE NOÇÕES DE SEGURANÇA ALIMENTAR EM POPULAÇÕES RIBEIRINHAS AMAZÔNIDAS**

Área temática: Saúde

Responsável pelo trabalho: Silviane Ribeiro Castilho\*

Instituição: Universidade Federal do Pará (UFPA)

Silviane Ribeiro Castilho<sup>1\*</sup>; Pedro Ruan Chaves Ferreira<sup>2\*</sup>; Elaine Gomes Pantoja<sup>1\*</sup>;  
Réia Sílvia Lemos<sup>4</sup>.

<sup>1</sup>Acad. Nutrição; <sup>2</sup>Acad. Medicina; <sup>3</sup>Coordenadora – LEPPPS-DH/ICB;  
<sup>4</sup>\*Bolsistas Edital Água 2010/PROEX/UFPA.

### **RESUMO**

Ter cuidados na manipulação de alimentos é essencial para prevenir doenças que podem ser veiculadas, em face de contaminação externa. Na atividade extensionista procura-se levar à população informações fundamentais sobre saúde alimentar, qualidade de alimentos e o modo correto da manipulação. As ações extensionistas sobre higiene alimentar e hábitos alimentares saudáveis são transmitidas por meio de palestras utilizando recursos didáticos e equipamentos multimídia; as ações de pesquisa são desenvolvidas com a aplicação de questionários contendo questões abertas e fechadas, em escolas (antes das atividades extensionistas) e em visitas domiciliares. As ações foram desenvolvidas em municípios da Ilha do Marajó (Salvaterra e Soure), no distrito de Vila do Carmo (Cametá), em Belém e ilhas do entorno. Em Soure e Salvaterra (350 pessoas), periferia da capital paraense e ilhas (700 pessoas) o público-alvo foi constituído por escolares do ensino fundamental, EJA e professores. Na Vila do Carmo o público-alvo consistiu de donas de casa, idosos e escolares (67 pessoas). Os questionários aplicados na Ilha do Marajó buscavam conhecer a realidade socioeconômica e demográfica da amostra pesquisada, seus hábitos alimentares e cuidados na manipulação dos alimentos. Os dados revelam que cerca de 90% dos entrevistados desconhece o modo correto de manipular alimentos, apesar de 85% referirem se preocupar com a higiene do estabelecimento, do vendedor e com validade dos alimentos consumidos. A percepção da carência de informações adequadas evidencia a importância da continuidade das ações extensionistas, buscando desenvolver melhores condições higiênico-sanitárias e a promoção da saúde.

**Palavras-chave:** Higiene alimentar, Segurança Alimentar, Ribeirinhos.

## INTRODUÇÃO

Doença Veiculada por Alimento (DVA) é um termo genérico que designa uma síndrome com manifestações de anorexia, náuseas, vômitos e/ou diarreia, atribuída à ingestão de água ou alimentos contaminados por bactérias, vírus, parasitas, toxinas, príons, agrotóxicos, produtos químicos e metais pesados (BRASIL, 2005).

As doenças veiculadas por alimentos são problemas de saúde pública dos mais comuns no mundo contemporâneo e seus agentes etiológicos, principalmente microrganismos, penetram no organismo humano durante a ingestão de água e alimentos contaminados (NOTERMANS & HOOGENBOOM-VERDEGAAL, 1992; AMSON, *et al.* 2006). Dados do SIH – Sistema de Informações Hospitalares do Ministério da Saúde indicam que no Brasil ocorreram mais de 3.400.000 internações causadas pelas DVA, num período de cinco anos (1999 a 2004), com cerca de 570 mil casos por ano (CARMO *et al.* 2005).

É mais comum que populações com menor poder aquisitivo sejam atingidas por esse tipo de contaminação alimentar, dado aos hábitos culturais de alimentação e à necessidade de optar por produtos mais economicamente mais acessíveis, comumente aliados à baixa qualidade do produto e à elevada contaminação. Por todos esses fatores é necessário um contínuo trabalho de educação sobre as DVA que leve as ações de prevenção à população menos favorecida, como as ações extensionistas, oferecendo a esta oportunidade o conhecimento e a responsabilidade de assumir compromissos de auto-prevenção.

O programa de extensão “No Território CONSAD Arari – Ilha do Marajó/PA: segurança de alimentos, saúde nutricional e potencialidades organizativas, ambientais, turísticas e econômicas para o desenvolvimento local” visa proporcionar - à população ribeirinha dos municípios de sua área de influência e de outras áreas ribeirinhas, como no entorno da capital paraense (periferia e ilhas às proximidades) - esclarecimentos sobre saúde nutricional, qualidade de vida e desenvolvimento sustentável, essenciais para a promoção de uma melhor qualidade de vida.

Uma das linhas do programa objetiva orientar para as formas adequadas de manipulação de alimentos, buscando prevenir a ocorrência de doenças veiculadas por alimentos e estimulando mudanças de atitudes na produção e no consumo dos mesmos; ao mesmo tempo que realiza levantamento sobre os hábitos higiênico-alimentares da população, que instrumentalize a ação promotora de saúde, no direcionamento das ações que buscam consolidar os novos conhecimentos, geradores de mudanças culturais.

## **METODOLOGIA**

Os ações extensionistas deste programa são executadas em áreas de municípios paraenses longínquos da capital, necessitando de deslocamento da equipe executora e de voluntários por longos períodos, em busca de áreas ribeirinhas nas quais a população tenha pouco acesso às informações de auto-prevenção. Nos intervalos desses deslocamentos a equipe trabalha nas áreas periféricas de Belém e nas ilhas do arquipélago da capital. Após busca ativa dos membros do projeto, as escolas e espaços comunitários são parceiros na cessão de seus espaços e abertura na grade do planejamento escolar. As atividades são desenvolvidas como palestras ilustradas, utilizando equipamentos multimídia e outros recursos didáticos, para alunos de 4 à 8ª séries do Ensino Fundamental e EJA (Educação de Jovens e Adultos); dinâmicas lúdicas, para alunos do de 1ª a 3ª séries do Ensino Fundamental; registro fotográfico das ações, para memória e divulgação científica; pesquisa de campo, com aplicação de questionários com questões abertas e fechadas, sobre aspectos de higiene alimentar, saúde humana, analisados através de métodos estatísticos descritivos para apresentação dos resultados.

## **RESULTADOS**

Em comunidades dos municípios de Soure e Salvaterra, na região do Arari - Ilha do Marajó realizou-se duas ações semanais, em agosto e outubro de 2010. Na Vila do Carmo, distrito Cametá, uma ação diária em setembro de 2010. Na Ilha Grande, ilha do arquipélago belemense por adoção, mas pertencente ao município de Acará, duas ações diárias em fevereiro de 2011. Em Belém três ações diárias em fevereiro e março de 2011.

Em Belém e ilhas próximas foram realizadas palestras para um total de 700 pessoas, entre estudantes e pessoas da comunidade. Na Vila do Carmo as palestras, para 67 pessoas, abordaram cuidados com a manipulação de alimentos, oriundas de comunidades rurais centrais e ribeirinhas ao Rio Tocantins. Em Salvaterra foram ministradas palestras em três escolas municipais, que atingiram um público de 350 escolares e seus professores, abordando aspectos do diagnóstico clínico e formas de prevenção das DVA, manuseio dos alimentos, a importância do saneamento básico e da higiene pessoal.

Em Salvaterra e Soure, durante as visitas domiciliares a 68 residências, para levantamento situacional e direcionamento das ações extensionistas, foram aplicados questionários a uma amostra constituída por 68 pessoas, entre 15 e 69 anos, buscando informações quanto aos cuidados com a manipulação, limpeza e armazenamento de

alimentos, tratamento da água (higiene e consumo) e noções de higiene. Dentre os aspectos analisados registra-se o local onde a população compra seus alimentos: 32,80% compram alimentos crus em supermercados; 51,55% compram a carne em açougue, onde as mesmas estão no gancho; 37% compram peixes na bancada da feira livre; 62,5% compram frango abatido na hora e 23,25% compram alimentos prontos em locais em que estes estejam no refrigerador. Os dados expressam preocupação com a higiene do estabelecimento e do vendedor, pois 95% observam a limpeza do estabelecimento de compra, 92% observam a higiene do vendedor e 82% não compram em locais que considerem sujos.

A geladeira é o recurso mais usado na conservação de alimentos, sendo que 37% guardam alimentos secos crus na gaveta inferior, 41% guardam alimentos cozidos na grade inferior e 79% utilizam vasilhames com tampa para guardá-los. Dentre os que não possuem geladeira, 82% dos entrevistados, utilizam gelo de residência para armazenar alimentos.

A maioria dos entrevistados compra frutas (63%) e legumes (64%) sem defeitos na casca; lava esses alimentos, mas desconhece a maneira correta de lavagem: 30% lavam verduras, 33% lavam frutas e 35% lavam legumes utilizando somente água, às vezes corrente. Dos alimentos consumidos, 91% verificam a validade dos alimentos, 91% não compram alimentos estufados ou vazando; consomem no dia alimentos enlatados (80%) ou que contenham ovos (78%), sendo que 67% não lavam os envasados antes de usá-los.

## CONCLUSÃO

Tem sido notório, em todas as comunidades em que se trabalhou a promoção da saúde alimentar, o correlacionamento entre o menor poder aquisitivo e a opção por produtos mais acessíveis, do ponto de vista econômico. Usualmente, esses são alimentos aliados à baixa qualidade e alta contaminação, devido aos hábitos culturais de alimentação

As manifestações do público durante as explanações, pesquisa e orientações domiciliares demonstram que o objetivo foi alcançado, pois se constatou que absorveram as informações necessárias para aplicá-las em seu cotidiano, tornando-se multiplicadores de ações que lhes trarão melhores condições higiênico-sanitárias e de saúde.

Por todos esses fatores, faz-se necessária grande divulgação de ações de prevenção doenças veiculadas pelos alimentos, principalmente, para aquelas populações isoladas geograficamente e carente de informações que lhes dêem oportunidades de auto-prevenir as ocorrências de doenças de diferentes etiologias.

## REFERÊNCIAS

- AMSON, G.V.; HARACEMIV, S.M.C.; MASSON, M.L. Levantamento de dados epidemiológicos relativos a ocorrências/surtos de doenças transmitidas por alimentos (DTAs) no Estado do Paraná - Brasil, no período de 1978 a 2000. *Ciênc. Agrotecnol.* 30(6):1139-1145, 2006.
- BRASIL [Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde]. Vigilância epidemiológica das doenças transmitidas por alimentos no Brasil, 1999–2004. *Bol. Eletr. Epidemiol.*, 5(6), 2005.
- CARMO, G.M.I.; OLIVEIRA, A.A.; DIMECH, C.P.; *et al.* Vigilância epidemiológica das doenças transmitidas por alimentos no Brasil, 1999-2004. *Bol. Eletr. Epidemiol.*, 6:1-7, 2005.
- NOTERMANS, S.; HOOGENBOOM-VERDEGAAL, A. H. Existing and emerging foodborne diseases. *Int. J. Food Microbiol.*, 15(3-4):197-205, 1992.