

ANAIS DO 5º CONGRESSO PAN-AMERICANO DE
INCENTIVO AO CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS
PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE

Um prato cheio de saúde

21 a 24 de setembro de 2009

Brasília – Brasil

Resumo do pôster	Educação nutricional para prevenção dos distúrbios nutricionais em escolares.# Autora::Anita Moreira RamosIntrodução: A grande maioria das causas de mortalidade hoje são as doenças crônicas não transmissíveis. Essas doenças podem ser prevenidas com uma alimentação adequada e um estilo de vida saudável, sendo que o consumo insuficiente de frutas e hortaliças aumenta o risco dessas doenças.Segundo um estudo de Costa et al (2005) o consumo de frutas e hortaliças no Brasil corresponde a menos da metade das recomendações nutricionais, sendo ainda mais deficientes, entre as famílias de baixa renda. Portanto a educação nutricional tem o desafio de promover uma alimentação saudável valorizando e resgatando a cultura alimentar de cada região.Objetivo: incentivar os escolares a praticarem uma alimentação saudável, valorizando os hábitos alimentares regionais e aumentando o consumo de frutas e hortaliças.Metodologia: Este trabalho é realizado pelo projeto alimentação saudável nas escolas e creches municipais da região; O projeto fica localizado na Santa Maria da codipi na zona norte de Teresina no Piauí. As escolas participantes são: a Unidade Escolar Prado Junior no Bairro Nova Teresina, a Unidade Escolar Amarelão, a creche comunitária da Santa Maria da CODIPI, a creche comunitária do Parque Wall Ferraz, a Escola Aberta e as Escolas do pro jovem.O trabalho consiste na realização de palestra com os alunos e funcionários das escolas nos intervalos das aulas, gincanas com alunos para elaboração da pirâmide alimentar, elaboração de pratos saudáveis, demonstração dos 10 passos para uma alimentação saudável e, oficinas de preparação,e higiene para manipuladores de alimentos com as mães e funcionários das cantinas nas escolas.Resultados: A educação nutricional é um processo longo que, para obter resultados exige continuidade e permanência. No entanto, os resultados obtidos pelo projeto mostram que o modelo de atividades proposta melhora o nível de conhecimento da proposta melhora o nível de conhecimento da comunidade e com isso o estado nutricional.Lições e recomendações: a formação e adesão de hábitos saudáveis com o incentivo ao uso de alimentos regionais e consumo de frutas e hortaliças devem ser estimulados na infância, pois é durante os primeiros anos de vida que são formados os hábitos alimentares. Portanto a educação nutricional deve ser continuamente praticada no ambiente escolar.# Nutricionista do Projeto Alimentação Saudável da Fundação Municipal de Saúde, Especialista em nutrição materna infantil e em alimentos e nutrição.
Título	EDUCAÇÃO NUTRICIONAL: IMPORTANTE ESTRATÉGIA DE INCENTIVO AO CONSUMO DE FRUTAS EM CRIANÇAS DE UMA ESCOLA DO ENSINO FUNDAMENTAL MENOR DA CIDADE DE SÃO LUÍS, MA
EMAIL	marykatesilva@hotmail.com
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	SAMARA DA SILVA SANTOS, ADRIANA SORAIA ARAÚJO, ALDENORA DE OLIVEIRA FERNANDES, CAROLINE BELÉM DO NASCIMENTO, JULIANA MENEZES RIBEIRO, THAMYRES DAYANA LOPES COSTA, SORAIA MACHADO
Resumo do pôster	Durante a infância, uma alimentação e nutrição adequada são fundamentais para garantir crescimento e desenvolvimento normais e manter a saúde da criança. O consumo insuficiente de frutas é um dos principais problemas alimentares relatados por mães de crianças na fase escolar. Estratégias de educação nutricional vêm sendo utilizadas em muitas escolas na tentativa de aumentar o consumo desses alimentos nessa faixa etária. O presente trabalho teve como objetivo incentivar o consumo de frutas entre alunos do 3º, 4º e 5º ano de uma escola particular da cidade de São Luís, MA. Os métodos de educação nutricional utilizados foram o teatro de fantoches, que trazia como personagens frutas importantes na alimentação infantil, e ainda, uma música infantil que abordou o consumo de alimentos saudáveis. O conteúdo abordado no teatro de fantoches compreendeu os principais constituintes das frutas e os benefícios associados ao seu consumo. Após a execução das atividades, as crianças foram avaliadas, através de perguntas, quanto à fixação sobre o tema exposto. As crianças mostraram-se atentas à apresentação do teatro de fantoches e interessadas em aprender sobre as frutas, assim como aprenderam a letra e cantaram a música ao final. Elas responderam de forma positiva às perguntas, mostrando que compreenderam bem a importância sobre o consumo de frutas no dia-a-dia, principalmente como merenda escolar. Pôde-se concluir com o trabalho que a escola representa importante campo de intervenção nutricional, especialmente no que tange a promoção de práticas alimentares saudáveis por meio da realização de atividades educativas. Por isso, a implantação desse tipo de atividade, orientada pelo profissional nutricionista, tanto em escolas particulares como naquelas da rede pública, torna-se imprescindível para melhorar os hábitos alimentares e a qualidade de vida de crianças e adolescentes no nosso município.
Título	EDUCAÇÃO PARA O CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS NO AMBIENTE ESCOLAR
EMAIL	mcfonoli@ufv.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	MARIA DO CARMO FONTES DE OLIVEIRA
Resumo do pôster	Introdução: As políticas públicas atuais de promoção da saúde, tanto no âmbito internacional da Organização Mundial da Saúde como em nível do Governo Brasileiro, reconhecem a importância da alimentação saudável rica em frutas e hortaliças na prevenção de várias doenças crônicas não degenerativas no ser humano. Micronutrientes encontrados nas frutas e hortaliças tais como B-caroteno, fitoquímicos, vitaminas E e C podem inibir a iniciação do câncer. Frutas e hortaliças não contêm colesterol e muitas não são fontes significativas de gorduras ajudando na proteção contra doenças cardiovasculares. Nesta perspectiva, a educação para a alimentação rica em frutas e hortaliças nas escolas públicas é imperativo considerando o ambiente escolar um espaço formador e estimulador de hábitos de vida saudável. Atores importantes neste cenário são os professores, diretores e cantineiros uma vez que têm um potencial enorme de influenciar hábitos alimentares de milhares de crianças nas escolas ao longo dos anos. Assim, atividades educativas de incremento da predisposição para alimentação rica de frutas e hortaliças para este grupo de líderes educacionais foi o principal propósito do estudo.Objetivos: Aumentar a predisposição ao consumo de frutas e hortaliças no ambiente escolar público entre professores, diretores e cantineiros. Esperava-se que o público alvo mudasse o comportamento alimentar desejável.Métodos: O estudo foi de caráter longitudinal em uma amostra de 187 participantes ocorreu entre 2006 e 2008.A intervenção educativa foi teoricamente e metodologicamente fundamentada no Modelo Transteórico. Inicialmente foi avaliado o estágio de predisposição para a mudança do comportamento desejável dos participantes. A etapa seguinte foi o desenvolvimento de cartilhas, palestras etc. moldadas aos estágios de predisposição dos participantes e aplicadas por meio de focus grupo e biblioterapia visando aumentar a predisposição destes para o consumo de frutas e hortaliças. A etapa final consistiu de reavaliação do aumento desta predisposição.Resultados e Discussão: A idade média dos participantes foi de 44 anos sendo que destes apenas 7.5% eram homens. A renda mensal de aproximadamente um terço dos participantes era menor do que R\$ 1000,00. Encontrou-se diferença estatística (p=0,002) entre predisposição dos participantes para o consumo de frutas e hortaliças antes e após a intervenção, o que sugere ser a mesma uma alternativa nas atividades educativas no ambiente escolar.Lições e Recomendações: O envolvimento de professores, diretores e cantineiros em atividades conjuntas embora tarefa árdua, é importante para a resolução de problemas ligados à educação alimentar de crianças. A experiência de aproximação de atores de diferentes categorias deveria ser aplicada em outros cenários de alimentação coletiva. Intervenções teoricamente fundamentadas contribuíram para ampliar o conhecimento na área da promoção da saúde e com aumento da efetividade das ações educativas.
Título	ELABORAÇÃO DE FICHAS COM INFORMAÇÃO NUTRICIONAL DE MATÉRIAS PRIMAS IN NATURA PARA DIVULGAÇÃO AOS CONSUMIDORES EM TERMINAIS PILOTO DE CONSULTA: PROJETO ALÉM DO RÓTULO
EMAIL	lobo.monica@gmail.com
Área	Consumo, Nutrição e Saúde

Temática	
Autores	MÔNICA ALVES LOBO, CHRISTINE ERIKA VOGEL, DANUSA FERREIRA DA SILVA, TATIANA PRZYBYLSKI RIBEIRO MAGRI, FENELON DO NASCIMENTO NETO, LUCIA MARIA JAEGER DE CARVALHO
Resumo do pôster	Introdução: É notória a variedade de informações sobre a relação entre Nutrição, alimentos e saúde, divulgadas nos diversos meios de comunicação, por revistas, Internet, TV, jornal, entre outros. Entretanto, é preciso que essas informações, que tornam o conhecimento acessível a todos, sejam seguras do ponto de vista de conteúdo e embasamento científico. Métodos: Foi desenvolvido um protocolo de construção do conteúdo do projeto sob a forma de fichas informativas. Os nomes usuais e científicos dos alimentos foram conferidos com base na literatura botânica e o conteúdo de nutrientes foi verificado em tabelas oficiais de composição química de alimentos e em artigos publicados em revistas indexadas. Para classificar os alimentos como <i>ricos</i> ou <i>fontes</i> de algum nutriente específico, foram utilizadas como referência a PORTARIA nº 27, de 13 de janeiro de 1998 e a RDC Nº. 269, de 22 de setembro de 2005 (ANVISA). A descrição das recomendações dos nutrientes e suas funções foi realizada por consulta bibliográfica de referências em Bioquímica e Nutrição Clínica. As fichas foram padronizadas e revisadas para a obtenção de uma linguagem acessível, sem prejuízo ao conteúdo, disponibilizando conhecimento e criando um canal de comunicação entre os que produzem o conhecimento (pesquisadores e instituições de pesquisa) e os que são por eles beneficiados (população). Resultados e Discussão/ Lições e Recomendações: Nos primeiros contatos da população com as fichas nos terminais-piloto de consulta, algumas dúvidas e sugestões surgiram, sendo consideradas no processo de melhoria do sistema de informação. Os terminais despertaram a curiosidade e o interesse de pessoas de todas as idades, sobretudo das crianças, que testaram o sistema. O acesso às fichas pela Internet vem demonstrando a rápida difusão das informações por esse meio, tendo em vista que já foram encontrados sites disponibilizando conteúdo do citado projeto. Esse panorama deixa claro o cuidado que se deve empregar na divulgação de informações sobre alimentação e saúde, pois sendo de elevada demanda, a disseminação é rápida e, se a informação não for segura e verdadeira, ao invés de benefícios, pode conduzir a prejuízos à saúde e à propagação de conteúdos distorcidos e equivocados.
Título	ESTRATÉGIAS DE INCENTIVO AO CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS EM UM MUNICÍPIO DO ESTADO DA BAHIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA
EMAIL	nedjasantos@gmail.com
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	NEDJA SILVA DOS SANTOS, ANA MARLÚCIA OLIVEIRA ASSIS, MARIA DA CONCEIÇÃO MONTEIRO DA SILVA, MÔNICA LEILA PORTELA DE SANTANA, VALTERLINDA ALVES QUEIROZ OLIVEIRA, PRISCILLA RIBAS DE FARIAS, JAQUELINE COSTA DIAS, LUCIVALDA PEREIRA MAGALHÃES DE OLIVEIRA, EDGARD GÔES NETO, GUSTAVO AUGUSTO AMORIM
Resumo do pôster	Introdução: Em Mutuípe, município com 20.462 habitantes, localizado a 235 km de Salvador, foram desenvolvidos projetos coordenados por docentes da Escola de Nutrição da UFBA, a exemplo do sub projeto <i>Promoção da Alimentação Saudável</i> , vinculado ao projeto Apoio ao Desenvolvimento do Sistema Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional de Mutuípe, Bahia. Com apoio financeiro do CNPq e CECAN Nordeste II/MS. Importante para o sucesso do projeto foi o apoio da gestão municipal. Objetivo: Sensibilizar a população e gestores, para a importância da alimentação saudável na promoção da saúde e prevenção das doenças. Metodologia: Foram desenvolvidas várias ações, no período de 2006 a 2008, dentre as quais destacam-se: 1) Programa alimentação saudável na rádio local; 2) Capacitação de Agentes comunitários de saúde; 3) Elaboração de materiais educativos; 4) Palestra com trabalhadores rurais. Resultados e discussão: 1) Programa alimentação saudável na rádio local: o programa utilizava a rádio local para informar e ampliar o conhecimento da população sobre saúde e alimentação. Contou com a parceria do Sindicato dos trabalhadores rurais que cedeu parte do seu tempo na rádio. A base do programa era entrevista ao vivo a um membro da equipe, incluindo temas diversos, dentre os quais o incentivo ao consumo de frutas e hortaliças locais. A interação com a comunidade se dava por meio de sua participação ao vivo, via telefone. O programa permaneceu no ar por dois meses. 2) Capacitação de Agentes comunitários de saúde: visava contribuir com a capacitação dos ACS em conhecimentos relativos ao consumo alimentar saudável de indivíduos nas diferentes fases do curso da vida. Os ACSs foram sensibilizados a estimular o consumo de frutas e hortaliças regionais, valorizando a cultura alimentar local e resgatando hábitos alimentares saudáveis. 3) Elaboração de materiais educativos: foram elaborados materiais com o tema alimentação saudável para público em diferentes fases do curso da vida. Para trabalhar com crianças em idade escolar, entre 7 e 14 anos, foi elaborado a cartilha <i>10 passos para uma vida saudável</i> , baseado na história de João e Maria. Um jogo infantil (<i>Jogokids</i>) que estimula o resgate dos hábitos alimentares saudáveis acompanha a cartilha. 4) Palestras com trabalhadores rurais: foram realizadas palestras abordando os temas: o valor nutricional das frutas e hortaliças produzidas na região e os benefícios para a saúde. Lições e Recomendações: No desenvolvimento das atividades observou-se que as mudanças de comportamento alimentar são lentas e graduais, devendo ser continuadas e envolvendo todos os setores da comunidade. Embora não existam dados numéricos, observa-se a partir de relatos dos comerciantes locais o aumento nas vendas de frutas e hortaliças; além disso, o poder público afirma que houve um aumento em mais de 50% na liberação de alvarás para comercialização deste tipo de alimento no município.
Título	ESTRATÉGIAS PARA ESTIMULAR O CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS EM PACIENTES COM DOENÇAS E AGRAVOS NÃO TRANSMISSÍVEIS EM SERVIÇO DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE ; RELATO DE EXPERIÊNCIA
EMAIL	lorenapcunha@yahoo.com.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	LORENA PIRES DA CUNHA, MARIA TEREZA GOUVEIA RODRIGUES, LUANA CAROLINE DOS SANTOS, ALINE CRISTINE SOUZA LOPES
Resumo do pôster	Introdução: O consumo de frutas, legumes e verduras (FLV) está associado à alimentação saudável. Porém, sabe-se que, por vezes, a ingestão desses alimentos encontra-se aquém das recomendações. Assim, o uso de estratégias de educação alimentar e nutricional para o incentivo ao seu consumo é essencial. Objetivos: Descrever estratégias utilizadas para estimular o consumo de FLV em pacientes com doenças e agravos não transmissíveis em acompanhamento nutricional em serviço de atenção primária à saúde. Métodos: Estratégias foram utilizadas para incentivar o consumo de FLV de usuários ≥20 anos em acompanhamento nutricional na Unidade Básica de Saúde do Distrito Sanitário Leste de Belo Horizonte-MG. Os pacientes foram encaminhados para atendimento nutricional individualizado pelo serviço de promoção à saúde, Academia da Cidade, devido obesidade em adultos (índice de massa corporal-IMC>30 kg/m ²), sobrepeso em idosos (IMC>27 kg/m ²), hipertensão arterial e/ou diabetes desestabilizados. Realizou-se consulta nutricional mensal, sendo orientado sobre hábitos alimentares saudáveis. As estratégias para incentivar o consumo de FLV foram baseadas em materiais do Ministério da Saúde, sendo elaboradas de forma lúdica e compreensível. Resultados e Discussão: Foram avaliados 73 usuários, 90,4% mulheres, com idade média de 51,8±13,4 anos, baixa