

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	<p>INTRODUÇÃO: Condições favoráveis à ocorrência de deficiências nutricionais têm sido substituídas por obesidade e doenças crônicas não transmissíveis relacionadas ao consumo excessivo de alimentos ricos em sódio, açúcares e gorduras. O consumo insuficiente de frutas e hortaliças aumenta o risco dessas doenças. A presença de agrotóxicos nos alimentos também preocupa, pois sua aplicação está presente na maior parte das culturas. Muitos deles se acumulam nas cascas de frutas e hortaliças, outros, agem sistematicamente, no interior dos frutos e plantas. A população acaba ingerindo frutas e hortaliças que estão sob a ação do agrotóxico, e em longo prazo, as pesquisas apontam para ocorrência de efeitos negativos sobre a saúde mental, efeitos cutâneos, oculares, neurológicos e gastrointestinais. Diante de tal situação, torna-se importante realizar pesquisas que avaliem o risco que o agrotóxico pode causar à saúde humana, compreendendo o consumo de frutas e hortaliças. É significativa a elaboração de recursos educativos a fim de orientar o consumidor a ter um hábito de práticas eficazes na higienização de frutas e hortaliças para amenizar os riscos da contaminação por agrotóxicos. OBJETIVOS: Pesquisar e avaliar experiências nacionais e internacionais que promovem o aumento no consumo de frutas e hortaliças quanto às ações de higiene para minimizar os riscos dos agrotóxicos constantes nos mesmos; Elaborar material educativo com orientação de estratégia de educação para o consumo de frutas e hortaliças de forma segura. MÉTODOS: Realizou-se uma leitura de artigos científicos nacionais e internacionais para o embasamento técnico e elaboração da pesquisa. Analisou-se sites e recursos educativos que tivessem como tema a promoção ao consumo de frutas e hortaliças e sua correta higienização para a retirada total ou parcial de agrotóxicos. Através dos resultados obtidos, elaborou-se um folder tendo como público-alvo o consumidor. RESULTADOS E DISCUSSÃO: Ainda são escassos os trabalhos que envolvem análises relativas à segurança do alimento. Dentre os 8 materiais avaliados, apenas 2 foram identificados como os mais completos e condizentes para serem replicados para a população brasileira. O recurso educativo orienta que as frutas e hortaliças devem ser higienizadas da seguinte forma: retirar as folhas estragadas e lavá-las em água tratada; após, colocar 1 colher de sopa de hipoclorito de sódio puro a 2,5% para cada litro de água; deixar as folhas de molho nesta solução por 15 minutos; enxaguar em água tratada ou potável. CONCLUSÃO: A iniciativa nacional de incentivo ao consumo de frutas e hortaliças é uma oportunidade intersetorial já que integra a promoção da saúde e a prevenção de doenças. A educação para o consumo saudável e de forma segura é importante no controle da incidência de intoxicações alimentares. RECOMENDAÇÕES: Tornam-se necessários estudos mais abrangentes e a criação de campanhas para a promoção do consumo de frutas e hortaliças de forma saudável e segura.</p>
Título	CULTIVANDO SAÚDE: INCENTIVO DO CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ATRAVÉS DAS PRÁTICAS DE AGRICULTURA URBANA EM BELO HORIZONTE
EMAIL	almadaceae@yahoo.com.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	EMMANUEL DUARTE ALMADA, BRUNO MARTINS DALA PAULA
Resumo do pôster	<p>As práticas de agricultura urbana (AU) têm sido cada vez mais objeto de pesquisa e políticas públicas, como ferramenta promotora de Segurança Alimentar e Nutricional, especialmente das populações historicamente marginalizadas. Apesar de ser uma atividade espontânea e geralmente informal, a produção de alimento nos espaços urbanos tem um impacto positivo nas condições ambientais das cidades, incluindo-se aí os aspectos nutricionais e de acesso a alimentação. Neste contexto, desde 2006, o Grupo Arceira, ambiente, sociedade e cultura, formado por discentes de várias áreas disciplinares da UFMG tem atuado na pesquisa-ação em AU na periferia de Belo Horizonte. Em 2008, foi iniciado em uma vila da zona sul da cidade, o projeto de extensão "Promoção de práticas de agricultura urbana como ferramenta para desenvolvimento local na Vila Cafezal-BH". Entre as atividades do projeto, foi realizado o ciclo de oficinas "Cultivando Saúde", que teve como objetivo a promoção de hábitos alimentares saudáveis e utilização integral de alimentos, além de incentivar o uso e aproveitamento dos espaços urbanos, disponíveis nas casas, tais como quintais e lajes, para a produção de alimentos e plantas medicinais. Entre julho e agosto de 2008 foram realizadas oficinas por meio de metodologias participativas com as seguintes temáticas: 1) Importância do consumo de hortaliças; 2) Valor nutricional de frutas; 3) Cultivo de plantas em pequenos espaços; 4) Plantas medicinais para produção de pomadas e sabonetes. Para cada oficina foram elaboradas dinâmicas e atividades próprias como discussões em grupo, cartilhas e jogos. Também houve grande cuidado para que os saberes dos participantes fossem incorporados ao processo, promovendo um diálogo fecundo entre o saber popular e saber acadêmico. Outro elemento importante é que a cada encontro, foi promovida a participação de representantes de outros grupos populares organizados que já trabalham com a temática, como o Grupo CAUSA, que há mais de 10 anos promove oficinas de aproveitamento integral de alimentos. Ao final do ciclo, os participantes receberam um certificado de participação. Aproximadamente 20 famílias participaram diretamente das oficinas e incorporaram e disseminaram entre si e com vizinhos, as receitas aprendidas e compartilhadas durante as oficinas. Houve também o resgate e valorização de práticas alimentares em desuso, como a utilização do oropronobis e beldroega, duas plantas extremamente comuns na comunidade, mas pouco utilizadas na alimentação devido a preconceitos e perda do conhecimento do seu uso ao longo das gerações. O projeto realizado aponta o potencial das práticas de AU para aumentar o consumo e a disponibilidade de frutas e hortaliças nas comunidades das periferias das cidades. Além disso, ressaltou-se a importância de processos participativos e troca de saberes para a promoção de mudanças de hábitos alimentares que são indissociáveis das demais dimensões da vida das comunidades, como a cultura e a moradia</p>
Título	DESENVOLVIMENTO DE UM SERVIÇO DE COMUNICAÇÃO PARA CONSUMIDORES DE ALIMENTOS: UMA EXPERIÊNCIA PILOTO.
EMAIL	fenelon@ctaa.embrapa.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	FÊNELON DO NASCIMENTO NETO, HÉRCULES ANTÔNIO DO PRADO, SORAYA PEREIRA DA SILVA, CAROLINA DA COSTA MONTEIRO MACHADO
Resumo do pôster	<p>Introdução: A humanidade convive com escolhas pessoais, contextos culturais, e uma gama de fatores socioeconômico, ambientais e políticos, que se encontram em grande parte fora do setor da saúde. Saber se alimentar e comer o melhor está cada vez mais difícil. A população não entende a comunicação própria, tem dificuldades no acesso e recebe da mídia de massa uma propaganda consumista. Neste contexto torna-se importante a disponibilização das informações confiáveis e imparciais sobre conteúdos de qualidade e segurança dos alimentos, ambiente de produção e sustentabilidade, como norteadores a decisão de compra. Objetivos: Disponibilizar aos consumidores de alimentos informações com qualidade científica e linguagem adequada. Métodos: Construção de parcerias no setor acadêmico e científico e regulatório para alimentação do serviço com conteúdo de informação. Elaboração de fichas para informações nutricionais, de segurança dos alimentos e de contexto de produção. Elaboração de textos de conteúdo nutricional e de segurança para frutas e hortaliças, de práticas de produção, de desenvolvimento de políticas públicas, de alertas públicos, com linguagem adequada ao leigo. Escolha de software adequado a veiculação das informações. Inclusão das informações na base de dados e disponibilização na Web. Entrevista para avaliação do serviço em espaço público. Resultados e Discussão: Foi desenvolvida a articulação com especialistas do Instituto de Nutrição da UFRJ, GGtox-Anvisa e Embrapa, para elaboração dos conceitos de alimentação, saúde, políticas públicas e contexto de produção. Foram elaboradas fichas padrões para conteúdos de composição nutricional, recomendações e restrições ao consumo, critérios para escolha do produto, transporte, armazenamento, preparo; e contexto de produção, alertas sobre agrotóxicos e sustentabilidade da produção, credencas alimentares, hábitos saudáveis, formas de produção orgânica e convencional e observatório com ações em prol da saúde. Definiu-se o uso do software árvore hiperbólica, como forma gráfica de repasse das informações. O serviço foi exposto e avaliado na Feira Ciência para a Vida em Brasília-2008. Foi</p>

	considerado importante, por unanimidade entre os entrevistados, sendo qualificado como dinâmico, prático, objetivo e acessível, importante para a educação alimentar, atrativo e elucidativo. Lições e Recomendações: O serviço obtido no estudo piloto prestou-se para negociações de novas parcerias técnico-científicas, regulatórias e de apoio operacional. O serviço mostrou-se com potencial para a implantação em pontos de compra, em postos de saúde, escolas e residências e vislumbrou-se a inclusão de novos tópicos informativos e ampliação de parcerias para atender um maior volume de produtos in natura e processados, de origem vegetal e animal.
Título	DIAGNÓSTICO DO CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS POR HIPERTENSOS E DIABÉTICOS DE MACEIÓ, ALAGOAS, BRASIL, COMO ESTRATÉGIA DE RESGATE DA PRÁTICA ALIMENTAR SAUDÁVEL: A UM PASSO DA MISSÃO DO PROJETO 'FEIJÃO COM ARROZ' DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
EMAIL	sandramary@uol.com.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	SANDRA MARY LIMA VASCONCELOS, JULYANA VASCONCELOS LYRA DA SILVA, BÁRBARA COELHO VIEIRA DA SILVA, CRISTHIANE MARIA BAZÍLIO DE OMENA, JACILENE CIRILO DA SILVA, NIEDJA CRISTINA PACIÊNCIA TORRES, PATRÍCIA MARIA CANDIDO SILVA, PRISCILA NUNES DE VASCONCELOS, TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS, VIVIANE DOS SANTOS COSTA
Resumo do pôster	Introdução: A OMS recomenda o consumo diário de, no mínimo, 400g de frutas e hortaliças (porções da pirâmide alimentar), para a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, o que resultou de estudos que evidenciaram o consumo deficiente destes alimentos como fator de risco cardiovascular (Interheart Study, p. ex.) e o consumo adequado como fator de proteção cardiovascular (Dash Study, p. ex.). Objetivos: (1) Descrever o consumo de frutas e hortaliças de hipertensos e diabéticos e utilizar tal diagnóstico como estratégia de resgate da prática alimentar saudável; (2) Estabelecer prioridades do projeto 'feijão com arroz'. Metodologia: Foram estudados mediante consentimento em pesquisa para o sistema único de saúde (PPSUS) 1.227 indivíduos hipertensos e/ou diabéticos cadastrados no HIPERDIA-MS de Maceió-AL, constituindo uma amostra representativa dos VII distritos sanitários locais. O consumo de frutas e hortaliças foi obtido de inquéritos dietéticos recordatórios de 24 horas. As porções alimentares foram determinadas com base no guia alimentar para a população brasileira (MS, 2006) e Philippi, 2008 e avaliadas frente às recomendações de 3 a 5 porções/dia de frutas e 4 a 5 porções/dia de hortaliças. Resultados e Discussão: Os 1.227 pacientes estudados distribuíram-se em 320 (26%) homens e 907 (74%) mulheres com 57,24±12,77 anos de idade. Destes, 1.142 (93%) tinham diagnóstico na ficha do HIPERDIA, sendo 896 (73%) hipertensos, 185 (15%) hipertensos e diabéticos e 61 (5%) diabéticos. Apresentaram o seguinte perfil de consumo em número de porções de frutas (CF) e hortaliças (CH) do I ao VII distritos sanitários (DS): CF IDS(n=150)=1,54±1,79, IIDS(n=193)=0,57±1,26, IIIDS(n=167)=1,29±1,52, IVDS(n=257)=1,43±1,44, VDS(n=150)=1,34±1,69, VIDS(n=185)=0,81±1,24, VIIDS(n=125)=1,24±1,26; CH IDS=0,54±1,04, IIDS=0,62±1,64, IIIDS=0,43±1,11, IVDS=0,58±0,83, VDS=0,43±0,83, VIDS=0,18±0,78, VIIDS=0,58±0,92. Para o município como um todo (n=1.227) o CF=1,18±1,50 (mediana=0) e CH=0,48±1,04 (mediana=1). Trata-se de uma população predominantemente feminina e portadora de hipertensão, com ingestão de frutas e hortaliças, muito deficiente. Por se tratar de alimentos importantes para estes pacientes, uma vez que são fontes de nutrientes e princípios ativos fundamentais para o controle da pressão arterial e da glicemia, tais como potássio, fibras, flavonóides, etc, seu consumo deficiente representa um fator de risco cardiovascular, que necessita de intervenção. Lições e Recomendações: Os resultados foram apresentados para os pacientes dos VII distritos e grupos estão sendo formados para oficinas de resgate da prática alimentar saudável, com ênfase no consumo de frutas e hortaliças, no laboratório de nutrição e dietética da FANUT-UFAL através do projeto de extensão 'feijão com arroz'. Serão atividades de educação nutricional com manipulação de alimentos, contextualizadas no cotidiano do público-alvo e numa perspectiva de prevenção e proteção cardiovascular.
Título	DISPONIBILIDADE E PREÇO DE FRUTAS E HORTALIÇAS EM REGIÕES DE DIFERENTES NÍVEIS SOCIOECONÔMICOS DO MUNICÍPIO DE SANTOS.
EMAIL	fernanda_valim@yahoo.com.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	FERNANDA DA SILVA VALIM, KARINA APARECIDA MARQUES, ELENA DE CARVALHO CREMM, MARIA APARECIDA DE OLIVEIRA, FERNANDA BAEZA SCAGLIUSI, PAULA ANDREA MARTINS
Resumo do pôster	Introdução: Estudos recentes têm mostrado que a escolha alimentar pode sofrer efeito de fatores individuais e ambientais. Dentre esses últimos, pouco se sabe sobre a influência do preço de frutas e hortaliças no consumo alimentar. Objetivo: Avaliar a disponibilidade de estabelecimentos que comercializam frutas e hortaliças e a diferença de preço entre eles, em regiões de diferentes níveis socioeconômicos. Metodologia: Foram analisados os dados de comércios existentes em duas regiões sorteadas no município de Santos (centro e orla). A disponibilidade de estabelecimentos que comercializam frutas e hortaliças foi avaliada utilizando um questionário adaptado do estudo NEMS-S (2007). Os estabelecimentos foram divididos em duas categorias, sendo a primeira, sacolões e bancas de frutas e a segunda, mercados e outros comércios varejistas de alimentos. Para análise estatística foi realizado o teste de Fisher e o de Mann-Whitney. Resultados: Foram encontrados 74 comércios, dentre os quais apenas 47,3% comercializavam frutas e 36,5% hortaliças. Verificou-se que nos estabelecimentos classificados como sacolões e banca de frutas eram maiores os preços da banana (p<0,001), da goiaba (p=0,004), da laranja (p=0,001), do limão (p=0,015), da maçã (p=0,009), da melancia (p=0,02), do melão (p<0,001), do mamão (p=0,003) e da uva (p=0,002), em relação aos preços dessas frutas nos mercados e outros comércios varejistas de alimentos. Não houve diferença estatisticamente significativa entre os preços das hortaliças. Foi observada uma maior concentração de sacolões e bancas de frutas na região do centro em relação à orla (45,2% x 15,6%, p=0,014). A região do centro é também a que apresentou piores indicadores socioeconômicos (renda do chefe de família: R\$568,00 x 1920,00, p<0,001; escolaridade do chefe da família: 5 x 10 anos, p<0,001). Lições e Recomendações: Encontrou-se uma pequena proporção de estabelecimentos que comercializam frutas e hortaliças nas regiões avaliadas. Foi observada maior concentração de pontos de venda de frutas a preços mais elevados na região de menores condições socioeconômicas. Os resultados sugerem que políticas públicas com o objetivo de promover aumento do consumo de frutas e hortaliças devem considerar ações de redução de impostos sobre esses produtos, bem como de incentivos para o aumento do número de estabelecimentos que oferecem esses alimentos.
Título	DISPONIBILIDADE E PREÇO DE HORTALIÇAS EM RESTAURANTES DE ÁREAS DE DIFERENTES NÍVEIS SÓCIO-ECONÔMICOS
EMAIL	lecremm@hotmail.com