

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL “SAÚDE COM SABOR”: EXPERIÊNCIA NA COMUNIDADE UNIVERSITÁRIA

Program of food and nutrition education “Health with Flavor”: experience in the university community

Programa de Educação Alimentar e Nutricional

Letícia Siqueira Abatti¹
Michele Larissa da Silva Moraes¹
Rita de Cássia Bertolo Martins²

Resumo: Este artigo tem por objetivo descrever a experiência de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) em grupo, por meio do Programa “Saúde com Sabor”, envolvendo a comunidade universitária. O Programa teve duração de dois meses, com oito encontros semanais e contou com a participação de acadêmicos, servidores públicos e trabalhadores prestadores de serviço da Cidade Universitária do município de Dourados-MS. Utilizou-se abordagem problematizadora e os encontros aconteceram na forma de Oficinas e Rodas de Conversa, com temas de alimentação e nutrição, conforme a demanda dos participantes, encorajando-os à prática de hábitos saudáveis. Mas, à medida que o Programa foi atribuindo responsabilidades e maior cumplicidade entre os participantes, alguns foram desistindo, sem mesmo justificar-se com o grupo, e aqueles que se justificaram, alegaram conflitos de horários, imprevistos e outros compromissos que surgiram ao decorrer das oficinas. Notou-se que a desistência estava relacionada aos estágios de mudança do comportamento alimentar e, que a maioria não se encontrava disposta a adquirir novos hábitos alimentares saudáveis e conhecimento sobre o assunto. Embora a maioria dos participantes tenha deixado o Programa, as atividades educativas elaboradas com a participação do grupo possibilitaram uma experiência técnica muito enriquecedora em EAN para acadêmicos e trabalhadores da Universidade.

Palavras-chave: Comportamento Alimentar; Educação; Alimentação; Nutrição

Abstract: The purpose of this article is to describe an experience of Food and Nutrition Education (FNE) in a group, through the "Health with Flavor" Program, involving a university community. The program lasted two months, with eight weekly meetings and was attended by academics, public servants and service providers from the University City of Dourados-MS. It

¹ Graduanda do Curso de Nutrição – Faculdade Ciências da Saúde – Universidade Federal da Grande Dourados – UFGD/ Dourados- MS.

² Professora adjunta do Curso de Nutrição – Faculdade Ciências da Saúde - Universidade Federal da Grande Dourados – UFGD/ Dourados- MS.

was used a problematizing approach and the meetings took place in the form of Conversation Workshops and Wheels, with topics of food and nutrition, according to the demand of the participants, encouraging them to practice healthy habits. But, as the Program was attributing responsibilities and greater complicity among the participants, some were giving up, without even justifying themselves with the group, and those who were justified, claimed conflicts of schedules, unforeseen events and other commitments that arose during the offices. It was noted that withdrawal was related to the stages of change in eating behavior and that most were unwilling to acquire new healthy eating habits and knowledge on the subject. Although most participants left the Program, the educational activities developed with the participation of the group provided a very enriching technical experience in FNE for academics and university workers.

Keywords: Food Behavior; Education; Feeding; Nutrition

Referências

1. Souza EB. Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. Cad UniFOA 2010; 13:49-53.
2. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. Brasília: 2014.
3. Ministério da Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: 2013.
4. Malta BM, Mayer LS, Funkuju MM, Dias LCGD. Educação nutricional na atenção básica de saúde: relato de experiência. Rev Simbio-Logias 2008; 1(2):
5. Toral N, Slater B. Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar. Ciência e Saúde Coletiva 2007; 12(6):1641-1650.
6. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. Brasília: 2012.
7. Boog MCF. Educação em nutrição: integrando experiências. Campinas: Komedi; 2013.
8. Castro AGP, Berni AL. Modelo transteórico no comportamento alimentar. In: Galisa M, Nunes AP, Garcia L, Chemin S. Educação alimentar e nutricional: da teoria à prática. Vila Mariana: ROCA; 2015. p. 52-58.
9. Alvarenga M. Fundamentos teóricos sobre análise e mudança de comportamento. In: Alvarenga M, Figueiredo M, Timerman F, Antonaccio C. Nutrição comportamental. Barueri: Manole; 2015. p. 1-21.

10. Alvarenga M, Koritar P. Atitude e comportamento alimentar- determinantes de escolhas e consumo. In: Alvarenga M, Figueiredo M, Timerman F, Antonaccio C. Nutrição comportamental. Barueri: Manole; 2015. p. 23-50.

11. Freire P. Pedagogia do oprimido. Rio de Janeiro: Paz e Terra; 1987.

12. Ministério da Saúde. Instrutivo: Metodologia de Trabalho em Grupos para Ações de Alimentação e Nutrição na Atenção Básica. Brasília: 2016.

13. Afonso L. Oficinas em dinâmicas de grupo: um método de intervenção psicossocial. Belo Horizonte: Edições do Campo Social; 2006.

14. Ministério da Saúde. Guia para a elaboração de refeições saudáveis em eventos. Brasília; 2016.

15. Ministério da Saúde. Desmistificando dúvidas sobre alimentação: material de apoio para profissionais de saúde. Brasília; 2016.

16. Pereira MA, Pereira AA, Leão JM, Lisboa LCV, Elias MA, Ghetti FF, Aguiar AS, Luquetti SCPD. Desafios e reflexões na implantação de um programa de educação alimentar e nutricional (EAN) em indivíduos com excesso de peso. Rev Bras Promoç Saúde 2015; 28(2):290-296.

17. Dias VP, Silveira DT, Witt RR. Educação em saúde: o trabalho de grupos em atenção primária. Rev Atenção Primária 2009; 12(2):221-227.

18. Souza EA, Filho VCB, Nogueira JAD, Júnior MRA. Atividade física e alimentação saudável em escolares brasileiros: revisão de programas de intervenção. Cad Saúde Pública 2011;27(8):1459-71.