

CONHECIMENTO DO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA EM HOMENS E MULHER ATENDIDOS EM AÇÃO EDUCATIVA NO MUNICÍPIO DE BELÉM

Tulio Gonçalves Gomes¹; Vanessa Vieira Lourenço Costa²; Irland Barroncas Gonzaga Martens³; Camila Negrão da Conceição¹; Gizeuda Sousa Rosi¹

¹Graduação, ²Mestrado, ³Doutorado
Universidade Federal do Pará (UFPA)
tulio-gomes@hotmail.com

Introdução: Segundo estudos conduzidos pela Organização Mundial da Saúde 1, que traça perfis epidemiológicos de mortes nos países, no Brasil, dentre as dez causas que mais provocam mortes, três estão relacionadas direta ou indiretamente com as doenças que são adquiridas por maus hábitos alimentares. Estatísticas nacionais apontam que cerca de 52% da população brasileira está acima do peso. A relação da qualidade da alimentação com os problemas de saúde pública, pode ser observado bem como a sua relação com outros fatores de qualidade de vida e longevidade. Uma das ferramentas fundamentais na modificação desses quadros é sem dúvida a Educação Alimentar e Nutricional como prática abrangente e contempladora, que permite o empoderamento e detenção do conhecimento sobre os alimentos, que permite ao indivíduo perpetuar e utilizar o mesmo para melhora da sua vida e da vida de sua família. O guia alimentar brasileiro, ou “Guia alimentar para a população brasileira” é a estratégia global para a promoção da alimentação saudável, atividade física mais conhecida do país e é divulgado pelo Ministério da Saúde 2 como material educativo sobre o alimento e como melhor o escolher, respeitando as diferenças culturais das regiões do Brasil e sua heterogeneidade. Este documento possui diretrizes e orientações gerais sobre alimentação saudável e bem estar no contexto alimentação e nutrição. A divulgação deste documento, é portanto de fundamental importância para perpetuar o aprendizado sobre alimentação saudável. **Objetivos:** Avaliar o conhecimento quanto à existência da publicação intitulada “Guia alimentar para a população brasileira” na população estudada. Relacionar os resultados com o sexo dos participantes e analisar os resultados sobre a ótica de EAN (Educação Alimentar e Nutricional). Discutir sobre estratégias de divulgação de material educativo em EAN. **Métodos:** Os resultados foram obtidos através da aplicação de questionários com perguntas fechadas e utilizou amostra por demanda espontânea durante ação do projeto de extensão da Faculdade de Nutrição intitulado: “Avaliação do perfil nutricional e orientação dietética em diferentes estágios de vida voltado a projetos sociais”, aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Pará cujo parecer N°.161/10 CEP-ICS/UFPA em parceria com o projeto Educação Alimentar e Nutricional em Mídias Sociais (EANMAIS-UFPA). Enquanto os entrevistados participavam de ações em saúde sobre avaliação e educação nutricional promovida pelos projetos de extensão, foram entrevistadas 54 pessoas, de diferentes grupos etários (14 a 65 anos). Os entrevistados responderam perguntas sobre o conhecimento da publicação “Guia alimentar para a população brasileira” e sobre a percepção da sua alimentação e conhecimento do Guia alimentar para a população brasileira. Os questionários foram manuseados pelos próprios entrevistadores e os dados foram armazenados pelo sistema de formulários eletrônicos Google Forms®, onde foram tabulados. Os participantes foram divididos em grupos por sexo (auto referido) como “masculino” ou “feminino”. Os valores absolutos foram calculados como valores relativos, já que o número de entrevistados do sexo feminino era maior do que os do sexo masculino. **Resultados e Discussão:** Foi possível observar que dos 20 homens e 32 mulheres entrevistadas, 78%

das mulheres (25 indivíduos) e 80% dos homens (16 indivíduos) referiram não conhecer o Guia alimentar para a população brasileira, enquanto 13% das mulheres e 20 % dos homens (4 indivíduos em ambos os casos) disseram conhecer o referido material. Algumas pessoas afirmaram ter ouvido sobre o mesmo, mas não sabiam identificar do que se tratava. O percentual de conhecimento entre os dois sexo foi semelhante. Dados obtidos do Mapa da obesidade, produzido pela Associação Brasileira para Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica 3 (ABESO), informam que na região norte, cerca de 47% dos adultos apresentam excesso de peso ou obesidade. Embora o excesso de peso e a obesidade possam ser causados por diversos fatores, como alterações endócrinas, individualidade genética, fatores emocionais e outros, podemos considera a má alimentação como principal fator dessa desordem metabólica. Ainda é possível supor que o baixo nível de conhecimento sobre estratégias de promoção de Saúde, como o Guia alimentar da população brasileira pode estar direta ou indiretamente ligados com excesso de peso nessas populações. Uma vez que o relatório da Vigilância de Fatores de Risco e Prevenção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico 4 (VIGITEL), afirma que nos locais onde há prevalência de baixa escolaridade na população, os problemas como excesso de peso e desnutrição são maiores, é necessário aumentar o foco para essas populações, principalmente utilizando-se de meios onde predomine a informação rápida, com linguagem não-técnica e recursos audiovisuais, como as mídias sociais. Em estudos realizados Gomes, Martens e Lourenço-Costa 5 (2014), na região de Belém, utilizando plataformas de mídias sociais com a temática de educação alimentar e nutricional, mostraram que adaptação de temas relativos ao guia alimentar em questão, utilizados no projeto de Educação Alimentar e Nutricional em Mídias Sociais (EANMAIS), mostrou-se eficaz na disseminação dessas informações e consequentemente podem ajudar a melhorar o quadro de Doenças Crônicas não transmissíveis em sua população-alvo. Baseado no atual panorama infodemiológico que presenciamos na atualidade, a modificação dos modos como a informação se dissemina e como indivíduos as procuram, a implementação de tecnologia da informação nas práticas de educação em saúde, pode oferecer incontáveis recursos de ensino e aprendizagem, uma vez que está claro que os limites de disseminação são pequenos e a informação pode ser compartilhada na íntegra. **Conclusão:** Podemos concluir que existe um baixo conhecimento da principal estratégia de intervenção nutricional e educação alimentar no Brasil entre os indivíduos entrevistados (tanto em homens quanto em mulheres), de forma que este déficit pode acarretar no agravamento dos atuais problemas de saúde que estão relacionados ao estado nutricional do brasileiro e da população em que a amostra está inserida. Conhecendo o estado nutricional do brasileiro e a problemática da desinformação, o Projeto de Extensão “Educação Alimentar e Nutricional em Mídias Sociais-EANMAIS” utiliza a internet, mais especificamente as mídias sociais para compartilhar informações que ajudem a prevenir comportamentos alimentares não saudáveis. As diretrizes utilizadas na formulação de conteúdo são prioritariamente pautadas na divulgação do Guia Alimentar.

Referências:

1. World Health Organization. Country statistics and global health estimates by WHO and UN partners. Last updated: January 2015
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014.b

3. Associação Brasileira para Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica - ABESO. Disponível em . Acesso em 15 de setembro de 2016. Mapa da Obesidade. 2015. 2 telas. Brasil.
4. Ministério da Saúde. Vigilância de Fatores de Risco e Prevenção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico- VIGITEL, Brasília : Ministério da Saúde, 2014.
5. Gomes TG; Martens IBG; Lourenço-Costa VVL. Educação alimentar e nutricional através de mídias sociais. Anais do III Congresso de Educação em Saúde da Amazônia (COESA), Universidade Federal do Pará - 12 a 14 de novembro de 2014.