

CDS - CÂMARA DE CIÊNCIAS DA SAÚDE (COMUNICAÇÃO COORDENADA)

NOME: JUSSARA DE CASTRO ALMEIDA

TÍTULO: GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA: ELABORAÇÃO E AVALIAÇÃO DE MATERIAL DIDÁTICO

AUTORES: JUSSARA DE CASTRO ALMEIDA, JUSSARA DE CASTRO ALMEIDA, CARLOS ALUÍZIO LEAL ROCHEDO, MARIA INÊS SANTOS DO SACRAMENTO, MARIANE TEIXEIRA DE OLIVEIRA

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): FAPEMIG e PAEx UEMG

PALAVRA CHAVE: ALIMENTAÇÃO, EDUCAÇÃO NUTRICIONAL, POPULAÇÃO ADULTA

RESUMO

Guia alimentar é um instrumento educativo oficial que define as diretrizes alimentares a serem utilizadas na orientação de escolhas alimentares mais saudáveis pela população. Com intuito de complementar a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira e facilitar a educação nutricional, propôs-se este trabalho com objetivo de elaborar e avaliar o material didático: "Alimentação saudável em pratos limpos". O mesmo é composto por 2 representações gráficas, que traduzem como é uma alimentação adequada e inadequada, pelos principais conceitos em nutrição, orientações nutricionais básicas, aforismos e receitas culinárias práticas, de baixo custo e voltadas à prevenção e/ou controle da obesidade, hipertensão arterial, diabetes e dislipidemias. A elaboração das representações gráficas foi pautada nas diretrizes dietéticas da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira. As mesmas priorizam o consumo de alimentos frescos (in natura ou minimamente processados), recomenda preparações culinárias feitas em casa e remoção de alimentos ultraprocessados do consumo alimentar cotidiano. O ícone/símbolo escolhido para traduzir as diretrizes dietéticas foi a Bandeira do Brasil. Foram realizadas associações de cores e proporções da bandeira com as informações técnicas do guia. A avaliação do material didático foi realizada, principalmente, quanto a adequação, aplicabilidade, auxílio na aprendizagem e necessidade de modificações. Trata-se de um estudo qualitativo, participativo e quantitativo. O delineamento amostral utilizado foi o não probabilístico. Para avaliação do material foi utilizada a técnica de grupos focais. Foi ainda utilizado, como instrumento de medida, um questionário contendo 10 perguntas, abertas e fechadas. Realizou-se análise qualitativa e estatística descritiva. Participaram da avaliação, nutricionistas docentes, acadêmicos do Curso de Nutrição e clientes do Centro de Atendimento Nutricional (CAN), da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), unidade de Passos, com idade igual ou superior a 18 anos. Os grupos focais foram compostos de 2% (n=2) nutricionistas docentes da UEMG, 81% (n=83) acadêmicos do Curso de Nutrição e 17% (n=18) clientes do CAN. A média de idade foi de 27±12 anos, com mínimo de 18 e máximo de 62 anos. Dos participantes, a maioria apontou que as representações gráficas refletem o que é uma alimentação adequada (97%; n=99) e inadequada (91%; n=93); que o material apresentado melhorou os conceitos sobre o que é uma alimentação e hábitos saudáveis de vida (96%; n=98). Além disso, os mesmos relataram que seria importante as pessoas conhecerem (98%, n=101) e terem acesso ao material (97%; n=99). Da avaliação qualitativa das representações gráficas, destaca-se que os participantes compreenderam as associações apresentadas (cores, proporções e grupos de alimentos) e conseguiram identificar o que é uma alimentação saudável e inadequada por meio das imagens. Com relação às sugestões para melhorar o material apresentado, os participantes solicitaram, melhorar a nitidez de alguns alimentos e disponibilizar o material. Contudo, a maioria apontou que, "não há nada a acrescentar", "o material está bem elaborado". Conclui-se que o material didático poderá complementar a nova edição do guia alimentar para a população brasileira, proporcionar uma forma de agradável aprendizado, facilitar o trabalho de educação nutricional, além de prevenir o excesso de peso/obesidade e outras doenças.