

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

LUCIARA FRANCISCA CAMPOS

**NUTRIÇÃO E ATENÇÃO BÁSICA: O ESTÍMULO À EDUCAÇÃO POPULAR E A
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

VOLTA REDONDA - RJ

2020

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**NUTRIÇÃO E ATENÇÃO BÁSICA: O ESTÍMULO À EDUCAÇÃO POPULAR E A
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Nutrição do UniFOA, como requisito à obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmica: Luciara Francisca Campos

Orientador: Prof. Dr. Alden dos Santos Neves

VOLTA REDONDA - RJ

2020

FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:
**NUTRIÇÃO E ATENÇÃO BÁSICA: O ESTÍMULO À EDUCAÇÃO POPULAR E A
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

Elaborado por Luciara Francisca Campos, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 01 de Dezembro de 2020

Banca Avaliadora:

.....
Professor Orientador

Alden Santos Neves, Doutor, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor Avaliador

Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor Avaliador

Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico este trabalho à minha mãe, por
ser meu porto seguro

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por todo amor e cuidado a mim. E por todas as coisas que Ele preparou em minha vida. À minha mãe, base de tudo. Aos familiares e amigos que me apoiaram e me incentivaram nessa jornada.

“Se não consegue alimentar cem
pessoas, alimente ao menos uma”

Madre Tereza de Calcutá

RESUMO

A aproximação entre o Serviço Público de Saúde no Brasil, representado pelo SUS, e a população é um desafio cada vez maior considerando práticas efetivas de atendimento. A Educação Popular em Saúde surge como uma alternativa que une as perspectivas teóricas e práticas, democratizando a produção de conhecimento e promoção de saúde no âmbito da Atenção Básica. A Nutrição tem cada vez mais ganhado espaço como campo para a prevenção de doenças e garantia de uma população saudável, com base nas Políticas Nacionais de Atenção Básica e Promoção à Saúde. O presente trabalho pretende analisar as práticas integrativas de atenção nutricional na Promoção à Alimentação Saudável aliada à Educação Popular em Saúde na Atenção Básica. Propõem ainda uma reflexão acerca do trabalho do profissional nutricionista, tendo encontrado como resultados a importância de uma equipe multidisciplinar e o trabalho intersetorial e a relevância de projetos diferenciados, sendo a AB o melhor local para desenvolvê-los. Além de adoção de modos pedagógicos e educativos, que entenda a realidade dos participantes e promova de fato mudanças nos hábitos alimentares, garantindo a dignidade e a saúde popular.

Palavras-chave: Nutrição; Alimentação Saudável; Educação Popular em Saúde.

ABSTRACT

The approximation between the Public Health Service in Brazil, represented by SUS, and the population is an increasing challenge considering effective care practices. Popular Health Education (EPS) emerges as an alternative that unites theoretical and practical perspectives, democratizing the production of knowledge and health promotion within the scope of Primary Care. Nutrition has increasingly gained space as a field for the prevention of diseases and the guarantee of a healthy population, based on the National Policies for Primary Care and Health Promotion. The present work intends to analyze the integrative practices of nutritional care in the Promotion of Food Healthy (PAS) combined with EPS in AB. They also propose a reflection on the work of the professional nutritionist, having found as a result the importance of a multidisciplinary team and the intersectoral work and the relevance of differentiated projects, with AB being the best place to develop them. In addition to adopting pedagogical and educational modes, which understand the reality of the participants and actually promote changes in eating habits, ensuring dignity and popular health

Key-words: Nutrition; Healthy Food; Popular Education in Health.

LISTA DE SIGLAS

AB – Atenção Básica
CONSEA - Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional
EPS – Educação Popular em Saúde
ESF – Estratégia de Saúde da Família
NASF – Núcleo de Apoio à Família
PAS – Promoção da Alimentação Saudável
PAT - Programa de Alimentação do Trabalhador
PNAN – Política Nacional de Alimentação e Nutrição
SAPS - Serviços de Alimentação e Previdência Nacional
SUS – Sistema Único de Saúde
UBS – Unidade Básica de Saúde

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 MÉTODOS.....	10
3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	11
3.1 Nutrição como política pública	11
3.2 Educação Popular em Saúde	13
3.2.1 Educação Popular na Atenção Básica.....	14
4 EPS E A PAS	15
4.1 Práticas Nutricionais na AB	15
4.2 Ações nutricionais no âmbito da EPS.....	17
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	20

1 INTRODUÇÃO

A aproximação cada vez maior entre o Serviço Público de Saúde no Brasil, representado pelo Sistema Único de Saúde (SUS), e a vida da população é um desafio cotidiano para a efetividade das práticas de atendimento, procedimentos médicos e promoção da saúde no país. Por muitas vezes, o trabalho dos profissionais de saúde não surte o efeito desejado por não dialogar diretamente com a realidade da comunidade, principalmente das classes populares, reproduzindo antigas práticas que por vezes advêm um modelo arcaico e autoritário (VASCONCELOS, 2015; DANTAS, 2018).

A Educação Popular em Saúde (EPS) constitui-se em uma perspectiva teórica e prática, que une os saberes populares e científicos, inseridos nas práticas do SUS buscando orientação e promoção da saúde para a população por ele assistida (CRUZ, 2018). A EPS torna-se, então, uma ferramenta que une os profissionais e a comunidade em prol de uma prática mais integral, participativa e igualitária, contribuindo para a superação de impasses importantes no campo da Saúde Pública (VASCONCELOS et al, 2015). Incorporada na Atenção Básica (AB) e atrelada à Estratégia de Saúde da Família (ESF), o propósito é promover ações de integração em saúde descentralizando o serviço, adequando-o às necessidades da população e priorizando os aspectos físicos e sociais, promovendo a prevenção (BORELLI et al, 2015).

Principalmente na Saúde Básica, a Nutrição torna-se cada vez mais um campo a ser explorado como aliado às práticas de prevenção de doenças e promoção da saúde populacional. A criação dos Núcleos de Apoio à Família (NASF) em 2008 já contava com profissionais da área, registrando em 2011 a quantidade de 1388 NASF com 1038 nutricionistas. Em 2018, foram contabilizados 5134 NASF, com 80% deles tendo a presença do nutricionista. O SUS registrou o total de 25.837 profissionais, com 36% deles atendendo à AB (CRN, 2018).

O foco principal da assistência nutricional junto às ESF é promover ações integrativas e intersetoriais de Educação em Saúde e Nutrição; realização do cuidado nutricional nas diversas fases da vida; desenvolvimento de planos para evitar doenças crônicas e deficiências nutricionais; e estímulo à produção e consumo de alimentos saudáveis (BORELLI et al., 2015).

Essa atividade é alinhada à Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), prevendo as práticas do nutricionista da AB como um modelo de promoção do aprendizado e fortalecimento da comunidade em suas capacidades para a garantia de suprir da melhor maneira as demandas de Saúde e Nutrição. Tudo isso pautado em um trabalho humanizado, multidisciplinar e que seja fruto de um somatório entre os saberes técnicos e populares (FERREIRA & MAGALHÃES, 2007; CRUZ & MELO NETO, 2015).

Neste contexto, o objetivo do presente estudo foi conhecer, utilizando de uma revisão da literatura, a contribuição do profissional nutricionista da AB para o estímulo das práticas da EPS com foco na promoção da alimentação saudável.

Para tal, foi realizado estudo exploratório com revisão bibliográfica, buscando correlacionar os conceitos e resultados apresentados, com o objetivo de compreender a relevância da Nutrição como política pública para a promoção da Saúde Popular e identificar como a alimentação saudável pode ocasionar melhorias dentro da Estratégia de Saúde da Família.

Este estudo torna-se relevante à medida que propõem uma reflexão acerca das práticas profissionais do nutricionista, contribuindo para o exercício da profissão de maneira humanizada e coerente com os assistidos pelo SUS de acordo com cada região. E ainda gerando embasamento para pesquisas futuras e adoção de medidas e políticas públicas em prol da saúde populacional, promovendo a conscientização de uma alimentação mais nutritiva e saudável.

2 MÉTODOS

A metodologia utilizada buscou desenvolver este estudo exploratório com revisão bibliográfica.

Após a delimitação do tema a ser estudado, e a partir dos conteúdos disponibilizados em bases de dados científicos como Google Acadêmico, PubMed, Lilacs e Scielo, e ainda monografias, livros e outras publicações, foi realizada a identificação dos conceitos básicos, exploração deste tema e coleta de dados.

A bibliografia foi selecionada de acordo com as palavras-chave “Nutrição”, “Educação Popular em Saúde”, “Alimentação Saudável”; e relevância de título e

resumo. Foram consultadas fontes nacionais e internacionais, em português e inglês, dando prioridade às mais atuais, com 5 anos ou menos de publicação, ou mais consolidadas na área. Nesta etapa, foram ainda identificados os pontos principais a serem aprofundados.

Após fichamento destes materiais acadêmicos e realizada a correlação entre seus conteúdos, os estudos foram desenvolvidos buscando responder as hipóteses e questões levantadas de acordo com o objetivo traçado.

3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

3.1 Nutrição como política pública

A trajetória da institucionalização das políticas públicas de alimentação e nutrição começou a se consolidar a partir do século XX no Brasil. Essas ações abrangiam diversos itens como políticas agrícolas, sistema de abastecimento, entre outros. A fome como uma questão a ser solucionada entra em debate com a figura de Josué de Castro, uma das referências intelectuais em nutrição e alimentação.

Josué de Castro afirmava que a fome e a má alimentação e nutrição não são fenômenos naturais, mas sociais e, portanto, somente por meio de ações sociais e coletivas, como a implantação progressiva de políticas públicas de segurança alimentar e nutricional, poder-se-ia transformar em realidade o direito humano universal à alimentação. (LEMOS E MOREIRA, 2013, p. 378-379)

. Os Serviços de Alimentação e Previdência Nacional (SAPS) marcam o início das ações governamentais voltas à alimentação e nutrição, na década de quarenta. Nesta época, os trabalhadores eram o grupo alvo e foram implantados restaurantes populares, locais de comercialização de itens de primeira necessidade a preço de custo e ações educativas nutricionais (LEMOS E MOREIRA, 2013).

Em 1952, foi divulgado o Plano Nacional de Alimentação, que pode ser considerado uma base para o projeto nutricional brasileiro. Outro fator relevante foi a criação do Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT) em 1976. Na década de oitenta, as linhas de trabalho seguiram as linhas de assistência nutricional, focando em questões específicas como suplementação alimentar, aleitamento materno e combate à carência alimentar (PESSANHA, 2002).

Em 1993, o combate à fome e à miséria são estabelecidos como prioridade do governo. Este é um resultado do documento “Ação de Cidadania contra a Miséria, a Fome e pela Vida”, criado em uma junção da sociedade organizada liderada pelo sociólogo Bentinho e apoiada pelo Instituto Brasileiro de Análises Sociais e Econômicas. É criado também o primeiro Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) (LEMOS E MOREIRA, 2013).

No início dos anos 2000, a agenda da fome e transferência de renda ganha de vez espaço no Brasil. O programa Fome Zero, lançado em 2003, virou um marco trazendo uma Política de Segurança Alimentar e Nutricional. A criação do Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome e Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional também foi um fator relevante se tratando de políticas públicas brasileiras, assim como o Programa Bolsa Família (LEMOS E MOREIRA, 2013). Os programas de transferência de renda ainda que com alterações ou modificações perduram até os dias atuais.

Antes disso, a publicação da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) em 1999 torna-se um relevante avanço no campo da saúde, marcando o compromisso do Estado “com um modelo de segurança alimentar e nutricional fundamentado no direito humano à alimentação, destacando a alimentação e nutrição como requisitos de promoção e proteção da saúde” (RECINE E VASCONCELOS, 2010, p. 73).

Ela foi reformulada em 2011 com o propósito de melhorar as condições de alimentação, nutrição e saúde, promovendo práticas alimentares adequadas e saudáveis, com adoção de vigilância alimentar e nutricional, a prevenção e o cuidado integral. Atuam ainda em conjunto a Política Nacional da Atenção Básica e a Política Nacional de Promoção à Saúde (BRASIL, 2013).

Considerando os aspectos da sociedade brasileira, como hábitos alimentares, inanição e sobrepeso, faixa etária, gênero e questões demográficas,

a PNAN constitui-se como uma resposta do SUS para reorganizar, qualificar e aperfeiçoar suas ações para o enfrentamento da complexidade da situação alimentar e nutricional da população brasileira, ao tempo que promove a alimentação adequada e saudável e a atenção nutricional para todas as fases do curso da vida (BRASIL 2013, p. 20).

As diretrizes de atuação são as seguintes: Organização da Atenção Nutricional, Promoção da Alimentação Adequada e Saudável, Vigilância Alimentar e Nutricional, Gestão das Ações de Alimentação e Nutrição, Participação e Controle Social, Qualificação da Força de Trabalho, Controle e Regulação de Alimentos, Pesquisa Inovação e Conhecimento em Alimentação e Nutrição, Cooperação e articulação para a Segurança Alimentar Nutricional.

3.2 Educação Popular em Saúde

A Educação Popular em Saúde (EPS) apresenta-se como um conjunto de práticas e saberes populares e tradicionais, regida pelos princípios da Política Nacional de Educação Popular em Saúde no âmbito do SUS (BRASIL, 2013). Sendo estes o diálogo, amorosidade, problematização, construção compartilhada de conhecimento, emancipação e compromisso com a construção do projeto democrático e popular.

O diálogo vem da relação e troca entre os sujeitos envolvidos, com seus conhecimentos históricos e sociais, que conversam, aprendem e ensinam. A amorosidade envolve o cuidado e a sensibilidade na hora de promover esta troca de conhecimentos, nas relações de cuidado e nas ações educativas.

A problematização trata do olhar crítico, das análises que podem ser feitas ao construir novos diálogos e novas práticas em saúde. Já a construção compartilhada do conhecimento envolve os processos pedagógicos e comunicacionais entre as pessoas e os grupos de saberes, culturas diferentes, buscando transformar o modo coletivo de ações em saúde.

A ideia da emancipação tem por objetivo um processo coletivo no qual as pessoas criem autonomia e estejam livres de situações que promovam o adoecimento social. Já o último item, é a afirmação do compromisso de uma sociedade mais democrática e participativa, principalmente em relação à saúde (BRASIL, 2013).

Desde 2003 até os dias atuais, a EPS vem se firmando cada vez mais como uma prática institucional, ganhando espaço no cotidiano dos serviços, processos de formação e gestão do SUS, além de se fortalecer em movimentos populares, nas ruas, nas praças, nos campos, nas cidades (BRASIL, 2014).

Ela se consolida como um campo da Saúde Coletiva, sendo uma alternativa às práticas tradicionais e dominantes no âmbito antigo da saúde relacionada à Medicina. Ela busca ser um processo coletivo, de ensinamento e aprendizado de fácil acesso e com aplicações na prática dessas pessoas, em prol de uma população mais saudável. É justamente ajudar a população a compreender as causas da doença e encontrar juntos soluções para se prevenir e superá-las (GOMES e MERHY, 2011).

3.2.1 Educação Popular na Atenção Básica

Para Melo (2018), a ESF representa um espaço privilegiado no âmbito das práticas coletivas da EPS com a sociedade. Um dos grandes desafios considerando o cenário da saúde atual é promover ações ou práticas educativas que integrem os usuários, correspondendo às suas necessidades.

A AB pode ser entendida como o lugar principal para o desenvolvimento de ações de educação em saúde e ainda das práticas coletivas, pois se aproxima da população como um primeiro contato, em suas necessidades primárias em saúde. Ali, atua também uma equipe multidisciplinar, capaz de agregar com os conhecimentos respectivos de suas áreas de atuação, além de trazer a sua perspectiva pessoal.

A atenção à saúde é um espaço riquíssimo para a ação educativa. A crise de vida, trazida pela doença, fragiliza a pessoa e seu grupo social, podendo quebrar barreiras que protegem sua intimidade mais profunda. O profissional de saúde, que adquire confiança e está próximo, tem acesso a essa intimidade, muitas vezes desarrumada e povoada de precariedades, que não costuma ser revelada para qualquer profissional. As pessoas, neste momento, passam por crises subjetivas e familiares que desencadeiam intensa elaboração mental, com questionamento dos valores que vinham orientando o seu viver. Assim, o cuidado à doença pode ser potente também na promoção da saúde e reorganização das relações sociais (VASCONCELOS, VASCONCELOS e SILVA, 2015).

A EPS rompe a barreira dominante do ensino, buscando fortalecer o aspecto coletivo e a participação popular para a disseminação das práticas em saúde. Sendo assim, pode-se lançar mão de estratégias participativas, que visem estimular o interesse e a atuação dos participantes, valorizando seus conhecimentos, experiências e identificando soluções para os aspectos que envolvem seu cotidiano (MELO, 2018).

Entendendo a Promoção da Alimentação Saudável (PAS) como um dos pilares da promoção da saúde e responsabilidade de todos os profissionais da área, a AB

como porta de entrada para os serviços de saúde se torna o local adequado para as experiências e ações em EPS voltadas à nutrição pública.

4 Educação Popular em Saúde e A Promoção da Alimentação Saudável

4.1 Práticas Nutricionais na Atenção Básica

A Nutrição tem sido um campo de atuação cada vez maior na Saúde Básica, relacionado às práticas de prevenção de doenças e promoção da saúde populacional. Os profissionais da área já estavam presentes na criação dos Núcleos de Apoio à Família (NASF), em 2008. Este número registrou um aumento de mais de 700% já nos primeiros cinco anos (VASCONCELOS et al, 2015)

Vasconcelos et al. (2015) concluíram ainda em seus estudos que, em relação à proporção de profissionais de outras áreas de formação compondo o NASF, o nutricionista foi o terceiro profissional mais frequentemente presente de 2008 a 2013. O número foi menor no quantitativo em valor absoluto aos psicólogos e fisioterapeutas.

Em 2018, foram contabilizados 5134 NASF, com 80% deles tendo a presença do nutricionista. O SUS registrou o total de 25.837 profissionais, com 36% deles atendendo à AB (CRN, 2018).

O trabalho destes profissionais é regido pelas Diretrizes do NASF, com as ações de alimentação e nutrição na Atenção Primária em Saúde contribuindo tanto para a qualificação como para a garantia da integralidade da atenção à saúde prestada à população brasileira (BRASIL, 2010).

Esse trabalho é regido também pela Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), que tem como princípio o direito humano à alimentação adequada. Seus principais objetivos são a garantia da qualidade de alimentos colocados para consumo no país; a promoção de práticas alimentares saudáveis; a prevenção e o controle dos distúrbios nutricionais; e o estímulo que propiciem o acesso universal aos alimentos (Brasil, 2010).

São aplicadas ações de dimensões individual, comunitária e coletiva; e abordagens por níveis de intervenção: gestão da saúde e cuidado nutricional. O cuidado nutricional envolve diagnóstico, promoção da saúde, prevenção de doença,

cuidados e assistência. Além de ações nutricionais específicas considerando cada etapa da vida (GOMES, MARTINS, NERES, 2013).

O estudo realizado por Vieira (2011) apontou que há ainda ações de nutrição, aplicadas conforme também as diretrizes municipais e características específicas da região, que podem ser agrupadas conforme o Quadro 1.

Quadro 1. Ações Nutricionais em suas especificidades

AÇÕES	ESPECIFICAÇÕES
Vigilância Alimentar e Nutricional	Ações e atitude da Vigilância Alimentar e Nutricional de crianças, adolescentes, gestantes, nutrizes, adultos e idosos. Monitoramento como atitude da vigilância para a promoção da saúde.
	Monitoramento do estado nutricional na Atenção Básica por meio do SISVAN WEB
	Monitoramento do estado nutricional restrito ao cumprimento da condicionalidade do setor saúde nos programas de transferência de renda e/ou distribuição de alimentos.
Assistência/Cuidado Nutricional individual de pacientes com distúrbios nutricionais e doenças mais comuns na Atenção Básica	Atendimento individual do nutricionista na Atenção Básica: demanda espontânea ou atendimento das prioridades epidemiológicas?
	Atendimento nutricional a partir do marco conceitual de saúde como um processo que envolve a tríade saúde, doença e cuidado.
	A política de Humanização que incorpora o conceito de clínica ampliada.
A educação em saúde e nutrição na Atenção Básica	A inevitabilidade do processo educativo e qualificação do profissional de saúde como educador.
	Diferentes modalidades de atividades educativas com grupos na Atenção Básica
Intersetorialidade para a promoção da Segurança Alimentar Nutricional Sustentável no território da Unidade de Saúde	Parcerias com o setor escolar, os centros de assistência social, setor de alimentos, entre outros.

Fonte: Vieira (2011)

4.2 Ações nutricionais no âmbito da Educação Popular em Saúde

A Intersetorialidade para promoção da Segurança Alimentar e, assim, à Alimentação Saudável, é um dos eixos que colocam o profissional nutricionista na equipe da AB interessada em promover as práticas da EPS.

Cursos, oficinas, materiais didáticos, mesas de diálogo, trabalhos práticos e outras atividades podem ser desenvolvidas a partir das Unidades de Saúde em conjunto com os profissionais e Agentes de Saúde, Agentes Sociais e a população. O profissional nutricionista é capaz de contribuir neste contexto. Os estudos de Castro et al. (2011) concluem que pensar a PAS com um olhar mais amplo é fundamental e pressupõe a ampliação do entendimento sobre a promoção da saúde.

Melo (2018), em sua pesquisa, identificou um grupo de atuação na frente de Nutrição e Alimentação Saudável, desenvolvido por uma nutricionista e uma fonoaudióloga em um NASF de Belo Horizonte. O projeto se caracteriza por uma roda de conversa que trata de temas relacionados à nutrição e alimentação, voltado principalmente para adultos e idosos com sobrepeso ou comorbidades. A autora destaca que a partir da aproximação, troca de experiências e observação, são promovidas mudanças nos hábitos dos pacientes.

Almeida et al. (2017) avaliaram a experiência multiprofissional nas atividades de educação alimentar e nutricional no projeto Saúde no Prato, desenvolvido no âmbito da AB. O projeto incluiu residentes de um Hospital Universitário das áreas de Nutrição, Psicologia, Enfermagem, Serviço Social e Farmácia e profissionais de saúde de uma UBS. Participaram usuários inscritos e os profissionais, com encontros semanais e resultando em uma oficina culinária.

Os pesquisadores destacaram o retorno positivo das ações, visto que os participantes se envolveram ativamente e apresentaram mudanças nos hábitos alimentares pessoais e familiares, e ainda outras respostas como diminuição de peso, da pressão arterial, de consumo de sal, açúcar e alimentos industrializados; e ainda maior cuidado com a preparação dos alimentos.

A intersetorialidade da atuação do nutricionista na promoção da alimentação saudável também pode ir para além da Unidade de Saúde. Um estudo realizado por Detregiachi e Braga (2011) avaliou a aplicação de um programa de nutrição em duas escolas públicas de Marília-SP.

O projeto educativo Criança Saudável, Educação Dez foi aplicado na primeira escola com a orientação de uma nutricionista aos professores, esclarecendo as dúvidas e fornecendo as orientações mais específicas sobre o assunto. Já na segunda escola, o projeto foi desenvolvido sem orientações do nutricionista, apenas com o material didático, como era previsto pelo Ministério da Saúde.

Os resultados da implementação do projeto foram mais satisfatórios na primeira escola, com os professores considerados mais aptos a tratar do assunto e promovendo de maneira mais completa o conhecimento. E que este tipo de programa gera mudanças significativas para o aprendizado e autonomia dos escolares em relação à alimentação e nutrição.

De acordo com Borelli (2015), a atenção nutricional tem papel fundamental para o combate aos agravos à saúde da população e é considerada parte do cuidado integral da Atenção Básica. A inserção do nutricionista nas equipes multidisciplinares e nos projetos de EPS é considerada essencial pois pode atuar como mediador do processo de educação alimentar, complementando a formação dos profissionais e atuando diretamente com a população.

O profissional nutricionista tem o papel fomentar a educação alimentar a partir dos problemas identificados nas famílias e comunidades, compartilhando seu conhecimento sobre os nutrientes e preparos de alimentos. E ainda de participar dos programas educacionais desenvolvidos nas unidades, promovendo as práticas saudáveis em todas as fases da vida e colaborando para instrumentalização da equipe com formações na área (BORELLI, 2015).

Entretanto, estes profissionais enfrentam alguns desafios para a promoção de práticas alimentares saudáveis. Os estudos de Magalhães, Martins e Castro (2012) apontaram os poucos projetos dinâmicos nesta área. Muitas vezes, as atividades educativas são realizadas em forma de palestras ou aulas pontuais que não tem uma continuidade.

Outro ponto é o aprofundamento na Educação Nutricional, o profissional deve sempre estar atualizado, mas mais do que isso deve usar de estratégia pedagógicas de fácil compreensão, passando o conteúdo de maneira dinâmica e esclarecedora, gerando assim mais engajamento dos participantes.

Mas, sem dúvidas, ações de intervenções educativas tem o poder de transformação sobre a mentalidade e os hábitos da população, quando promove o interesse a participação, e ainda promove o conhecimento coletivo. Para as autoras, o profissional deve sempre se atentar aos seus métodos de trabalho, realizando análise prévia do grupo a ser trabalhado e suas necessidades, além de ter os objetivos claros.

Depois é possível traçar a melhor estratégia, linguagem e abordagem para o grupo, a fim de gerar identificação e interação. Aqui deve-se basear em conteúdo técnico e científico, mas é importante pensar na forma como será trabalhado e apresentado. Por fim, monitoramento e avaliações, para perceber se o retorno constante é aquele esperado (MAGALHÃES, MARTINS e CASTRO, 2012).

Melo (2018) também aponta que existe limitação para este tipo de ações que contam com inovações na promoção da saúde, visto que há um distanciamento entre os temas de Educação e práticas pedagógicas na formação dos profissionais de saúde. A autora ainda destaca as dificuldades em infraestrutura, materiais financeiros e recursos humanos para a implantação destas atividades.

Ainda assim, a educação nutricional na forma de práticas de promoção da alimentação saudável tem sido apontada como uma ferramenta importante no campo da saúde, alimentação e nutrição, fortalecendo a PNAN.

Pimentel e Cardoso (2009) destacam ainda que a saúde está diretamente ligada ao estilo de vida que cada indivíduo adota. Por isso, as ações pedagógicas e interativas e de assistência nutricional com direcionamento especializado e humanizado surtem efeito na redução de complicações e doenças que podem surgir em relação à má alimentação, falta de preocupação com nutrientes e adoção de hábitos nocivos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou relacionar as práticas de Educação Popular em Saúde e a Promoção da Alimentação Saudável no âmbito da Atenção Básica e sua influência na saúde pública.

As pesquisas abordadas apontaram a EPS como uma importante ferramenta que une os saberes populares e coletivos em prol de uma transformação nos hábitos

da sociedade, promovendo práticas de saúde coletiva. A Nutrição tem tido cada vez mais espaço na AB como forma de preservação da saúde do indivíduo.

Quando se fala em Nutrição política pública é essencial ampliar o acesso da população à alimentação de qualidade, mas igualmente ao conhecimento nutricional. A AB foi considerada o ambiente propício para as práticas de educação em saúde. As estratégias participativas desenvolvidas ali podem gerar soluções práticas para a Saúde de maneira democrática e acessível.

A presença de uma equipe multidisciplinar e a intersetorialidade se mostraram relevantes para execução de ações de EPS, sendo o nutricionista capaz de promover parcerias com profissionais de diversos setores, compartilhando seu conhecimento e contribuindo para o aprofundamento e qualificação do trabalho.

O estudo também propôs uma reflexão acerca das práticas do profissional nutricionista. A promoção de hábitos alimentares saudáveis por meio de projetos em educação em saúde necessita que o profissional tenha um perfil atuante, com métodos pedagógicos claros e que seja um agente motivador. O profissional deve se colocar como um estimulador ao compartilhar seus conhecimentos sobre nutrientes e preparo de alimentos.

Algumas dificuldades como infraestrutura, falta de aproximação dos profissionais com práticas pedagógicas e educativas foram destacadas, assim como a necessidade de maior bibliografia sobre análises práticas de projetos em EPS e nutrição e seus resultados. Sendo assim, este trabalho pretende servir como embasamento para publicações futuras na área de educação, nutrição e saúde.

A Alimentação Saudável é um dos pilares da promoção da saúde na Atenção Básica e deve adotar de estratégias cada vez mais agregadoras e humanizadas pensando em prol da dignidade do indivíduo e da saúde pública.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A.A.S, et al. Alimentação saudável na perspectiva multiprofissional: A experiência do Projeto “Saúde no Prato” desenvolvido na Atenção Básica. Revista Brasileira de Educação e Saúde. V. 7. N. 4. P 109-116. Out, 2017

BRASIL. Ministério da Saúde. II Caderno de Participação Popular em Saúde. M. Saúde. Sec. Gestão Estratégica e Participativa. Brasília: 2014

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Diretrizes dos NASF: Núcleo de Apoio à Saúde da Família**. Brasília. 2010 Disponível em <https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_do_nasf_nucleo.pdf> Acesso em 01 de junho 2020

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria n. 2.761, de 19 de novembro de 2013. **Institui a Política Nacional de Educação Popular em Saúde no Âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPSSUS)**. Brasília, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 1 ed. Brasília-DF. 2013.

BORELLI, M. et al. A inserção do nutricionista na Atenção Básica: uma proposta para o matriciamento da atenção nutricional. *Ciênc. Saúde Coletiva*, [s.l.], v. 20, n. 9, p.2765-2778, set. 2015. Disponível em <<https://www.scielo.org/article/csc/2015.v20n9/2765-2778/pt/>> Acesso em 01 de março de 2020.

CRN. **O Nutricionista no NASF**. 2018. Disponível em <http://www.crn3.org.br/uploads/BaseArquivos/2018_10_03/Nutricionista-no-NASF.pdf> Acesso em 27 de fevereiro de 2020

CASTRO, I. R. R.; CASTRO, L. M. C.; GUGELMIM, S. A. **Ações educativas, programas e políticas envolvidos nas mudanças alimentares**. In: Nutrição e metabolismo: mudanças alimentares e educação nutricional. Coordenação DIEZ-GARCIA, R. W. e CERVATO-MANCUSO, A. M. Editor da série: VANNUCCHI, H. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

CRUZ, P. J. S. C. (org.). Educação popular em saúde, seus caminhos e desafios na realidade atual brasileira. In: CRUZ, P. J. S. C. (org.). **Educação Popular em Saúde Desafios Atuais**. São Paulo: Hucitec Editora, 2018. p. 19-331. Grupo Temático de Educação Popular em saúde da Associação Brasileira de Saúde Coletiva (Abrasco). 2018.

CRUZ, P. J. S.C.; MELO NETO, J. F. de (Org.). Educação popular e nutrição social: considerações teóricas sobre um diálogo possível. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, [s.l.], v. 18, n. 2, p.1365-1376, dez. 2014. Disponível em <<https://www.scielo.org/article/icse/2014.v18suppl2/1365-1376/>> Acesso em 28 de fevereiro de 2020

DANTAS, V.L.A. Educação Popular e os diálogos possíveis com a formação no campo da saúde considerando a perspectiva popular. In: CRUZ, P. J. S. C. (org.). **Educação Popular em Saúde Desafios Atuais**. São Paulo: Hucitec Editora, 2018. p. 19-331. Grupo Temático de Educação Popular em saúde da Associação Brasileira de Saúde Coletiva (Abrasco). 2018.

DETRREGIACHI, C.R.P.; BRAGA, T.M.S. Projeto "criança saudável, educação dez": resultados com e sem intervenção do nutricionista. *Revista de Nutrição*. Vol. 24. N. 1. Campinas. Jan/Fev. 2011.

FERREIRA, V. A.; MAGALHÃES, R. **Nutrição e promoção da saúde: perspectivas atuais**. Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, p.1-8, jul. 2007

GOMES, DR; MARTINS, PC; NERES, WC. O nutricionista e a atenção básica: importância de sua atuação no núcleo de apoio à Saúde da Família. **Revista Baiana de Saúde Pública**, Salvador, v. 37, n. 3, p.553-570, set. 2013

GOMES, L.B.; MEHRY, E.E. Compreendendo a Educação Popular em Saúde: um estudo da literatura brasileira. **Caderno Saúde Pública do Rio de Janeiro**. V. 27. N.1, p.7-18, jan 2011.

LEMO, JOM; MOREIRA, PVL. Políticas e Programas de Alimentação e Nutrição: Um passeio pela História. **Revista Brasileira de Ciência e Saúde**. N.4 Vol.17. p. 377-386. 2013.

MAGALHÃES, A.P.A; MARTINS, K.C.; CASTRO, T.G. Educação alimentar nutricional e crítica: reflexões para intervenções na alimentação e nutrição na atenção primária à saúde. **Revista Mineira de Enfermagem**.Vol. 16. N.3. Disponível em <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/550>. Acesso em setembro de 2020

MELO, P.M.P. **Práticas Coletivas de Educação Popular em Saúde na Estratégia da Família**. Dissertação apresentada ao programa de pós graduação em Enfermagem da UFMG, Minas Gerais, 2018.

PESSANHA LDR. **A Experiência brasileira em políticas públicas para a garantia do direito ao alimento**. Rio de Janeiro : Escola Nacional de Ciências Estatísticas, Departamento de Ensino e Pesquisa, 2002. 67p.

PIMENTEL, V.R.D.M; CARDOSO, G.T. Estratégia saúde da família: uma análise das ações de alimentação e nutrição sob a ótica da política nacional de atenção básica e da política nacional da promoção da saúde. **Tempus – Actas de Saúde Coletiva**, vol. 3. N. 2. P 55-63, Abr/jun 2009

RECINE, E.; VASCONCELLOS, AB. Políticas Nacionais e o Campo da Alimentação e Nutrição em Saúde Coletiva: Cenário Atual. **Rev. Ciência e Saúde Coletiva**. Ed 16. P 73-79. 2011

VASCONCELOS E.M., VASCONCELOS M.O.D e SILVA, M.O. et al. A contribuição da Educação Popular para a reorientação das práticas e da política de saúde no Brasil. **Revista da Faebe – Educação e Contemporaneidade**, Salvador, v. 43, n. 24, p.89-106, 01 jun. 2015. Disponível em: <http://www.edpopsus.epsjv.fiocruz.br/sites/default/files/texto-2-1-artigo-eynard.pdf>. Acesso em 27 de fevereiro de 2020.

VIEIRA, CM. **Ações de alimentação e nutrição na Atenção Básica em Saúde: institucionalização e desafios**. 2011.