

13ª JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

NUTRIÇÃO

ELABORAÇÃO DE MATERIAL EDUCATIVO PARA PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO CENTRO DE HEMATOLOGIA E HEMOTERAPIA DO RIO DE JANEIRO (HEMORIO)

Fernanda da Costa Lopa¹ (IC/UNIRIO); Thais Salema Nogueira de Souza² (orientadora).

1 – Escola de Nutrição; UNIRIO

2 – Departamento de Nutrição em Saúde Pública; Escola de Nutrição; UNIRIO

Apoio Financeiro: UNIRIO

Palavras-Chave: nutrição; materiais educativos; educação nutricional.

INTRODUÇÃO

A alimentação é um dos elementos fundamentais para a vida humana, tanto no que se refere aos aspectos biológicos de sobrevivência e qualidade de vida, quanto aos aspectos sociais, culturais, econômicos, psicoafetivos, ambientais e simbólicos. Afinal, a alimentação é uma vivência cotidiana, que acompanha os seres humanos desde o nascimento, e também, uma prática complexa devido às várias dimensões envolvidas em sua realização (CANESQUI e GARCIA, 2005).

Nas últimas décadas pudemos observar uma significativa mudança no padrão alimentar da população brasileira. Dados da Pesquisa de Orçamento Familiar (POF 2003) revelaram que houve um aumento expressivo no consumo de alimentos de origem animal e alimentos processados ricos em gorduras, açúcares e sal, acompanhado pela diminuição no consumo de cereais, feijões, frutas, verduras e legumes (IBGE, 2004). Essas mudanças de padrão alimentar têm gerado impacto significativo no estado nutricional e de saúde da população, sendo desfavoráveis no que se refere a doenças como a anemia, a obesidade e demais Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como diabetes, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, câncer, entre outras.

A promoção da alimentação saudável é recomendada em diversas políticas públicas da área de saúde no Brasil e no mundo e, está incluída na promoção à saúde, que, de acordo com a Carta de Ottawa é definida como o processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo (WHO, 1986, BRASIL 2006; 2010; 2012a; 2012b). Inscreve-se, desta forma, no grupo de conceitos mais amplos, reforçando a responsabilidade e os direitos dos indivíduos e da comunidade pela sua própria saúde (BUSS, 2000).

Almejando o incentivo ao autocuidado para uma maior autonomia dos indivíduos na promoção da própria saúde e levando em consideração as mudanças de padrão alimentar supracitados, a elaboração de materiais educativos visa possibilitar o acesso facilitado às informações, a fim de gerar reflexões sobre a importância da alimentação para a saúde e, mais especificamente, para a manutenção de um “sangue saudável”. Além disso, esta estratégia pode gerar um impacto positivo para a saúde dos doadores, favorecendo a redução dos casos de inaptidão no ato da doação, como ocorre nas situações de anemia, hipertensão e ingestão de bebida alcoólica.

OBJETIVO

Apresentar o processo de produzir de materiais educativos para promoção da alimentação saudável voltados aos doadores de sangue voluntários e demais frequentadores do HEMORIO.

METODOLOGIA

Este subprojeto está vinculado ao projeto de pesquisa “Elaboração de material educativo para promoção da alimentação saudável no Centro de Hematologia e Hemoterapia do Rio de Janeiro (HEMORIO)”, cadastrado no DPq/PROPG sob o número 000350/2010 e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do HEMORIO sob o nº 211/10. Na primeira etapa, de setembro de 2011 a abril de 2013, foram aplicados 615 questionários junto a doadores voluntários (aptos e inaptos) com o objetivo de conhecer e analisar o perfil nutricional de doadores de sangue do HEMORIO (Instituto Estadual de Hematologia Arthur de Siqueira Cavalcante) bem como suas principais dúvidas e temáticas de interesse sobre alimentação, nutrição e saúde, visando subsidiar a segunda etapa da pesquisa na elaboração de materiais educativos contextualizados com a realidade e interesses dos doadores voluntários.

Este subprojeto trata-se da segunda etapa do projeto, que se caracteriza como uma pesquisa qualitativa, com a utilização de métodos e técnicas dos campos da saúde, da comunicação e da educação, valorizando abordagens e recursos problematizadores e ativos (FREIRE, 1987, 2013; MOREIRA et al, 2003; MINAYO, 2008; BRASIL, 2012b).

A metodologia está organizada da seguinte forma: 1. Pesquisa bibliográfica e documental: levantamento de artigos científicos e outras produções das áreas de nutrição, saúde e educação, referente tanto a conteúdos teóricos, quanto a formatos de materiais educativos; 2. Levantamento de materiais educativos: materiais de promoção da saúde produzidos e disponibilizados por entidades oficiais como os Ministérios da Saúde, da Educação, do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, as Organizações Panamericana de Saúde e Mundial de Saúde, HEMORIO, IBASE, Instituto Alana; 3. Produção de materiais educativos: a escolha dos conteúdos e dos formatos para os materiais educativos está sendo feita com base na análise dos dados obtidos na primeira etapa do projeto de pesquisa e nas pesquisas bibliográfica e documental de materiais existentes; 4. Submissão da proposta de material educativo ao Setor de Nutrição do HEMORIO para apreciação. Cabe mencionar que esta atividade será realizada na segunda quinzena de junho; 5. Elaboração da

13ª JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

proposta final dos materiais educativos, procedendo a possíveis alterações sugeridas pelo Setor de Nutrição; 6. Apresentação do material educativo final, na segunda quinzena de julho.

RESULTADOS

Entendendo que o processo de pesquisa e construção dos materiais educativos são o resultado deste subprojeto, apresentaremos a seguir as atividades realizadas até o momento.

No período de setembro de 2013 a fevereiro de 2014 foi realizada a coleta de dados. Para a pesquisa bibliográfica utilizaram-se as bases de dados Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Nesta atividade foram incluídos artigos científicos e de relatos de experiências que apresentassem os seguintes descritores: Educação em saúde, Comunicação em saúde, Impressos, Materiais educativos e suas combinações. Para as pesquisas nas bases de dados não houve limitação de idioma, na tentativa de obter quantidade relevante de referencial teórico. Entretanto, detectou-se que as publicações em português eram as que mais continham informações relevantes ao estudo. Visto que eram as publicações que de fato se aproximavam da realidade do público alvo do estudo. Após pesquisa dentro dos critérios acima descritos, analisaram-se também as referências dos estudos selecionados inicialmente para ampliar a quantidade de objetos de análise.

Após seleção de todos os artigos, foram seguidos os seguintes passos: leitura exploratória; leitura seletiva e escolha de textos que se adequam aos objetivos e temas deste estudo; leitura analítica e análise dos textos; finalizando com a realização de leitura interpretativa. Após conclusão destas etapas foi possível agrupar os artigos nas seguintes categorias: Educação em saúde, comunicação em saúde, uso de impressos, construção de impressos, recepção de impressos.

Na categoria 'Educação em saúde' foram selecionados 13 artigos. Nesta categoria estão os artigos que explanam o que é educação e como a mesma deve ser aplicada na saúde; Em 'Comunicação e Saúde' estão os artigos referentes ao o que é comunicação e como esta deve ser traduzida e aplicada dentro do campo da saúde para que possa ser eficaz aos indivíduos, totalizando 15 artigos; Com relação aos impressos propriamente ditos, houve uma subdivisão em três categorias: 'Uso de impressos', com 14 artigos e que trata da forma que este tipo de material pode contribuir para a promoção da saúde dentro de uma sociedade. 'Construção de impressos', na qual constam 13 artigos que explicam como deve ser o processo de construção para que se produzam estruturas capazes de alcançar o objetivo do material, que é a divulgação de informações necessárias ao indivíduo para que o mesmo seja o sujeito de sua autonomia, capaz de realizar a manutenção de sua saúde. E 'Recepção de impressos', com 5 artigos que expõem como os cidadãos enxergam todo o processo de produção do material, possibilitando um feedback do trabalho proposto, avaliando seu poder de alcance, sua eficácia e agregando esforços com críticas e sugestões do público alvo para melhorias futuras. Alguns artigos se enquadraram em mais de uma categoria, totalizando 60 artigos selecionados. Além dos artigos o presente estudo também se baseou em guias e diretrizes do Ministério da Saúde e da Organização Mundial da Saúde. E também, obras de Paulo Freire para somar à temática 'educação'.

A pesquisa dos materiais educativos não teve critério de exclusão quanto à temática do material, a fim de se conseguir o maior número possível de exemplos distribuídos à população, visto que o objetivo desta etapa é a inspiração estrutural para a construção do material proposto por esse subprojeto e não o conteúdo teórico do mesmo. Com isso, foram selecionados materiais educativos impressos com propósito informativo disponibilizados nos sites do Ministério da Saúde, com 35 materiais; e do Hemorio, com 23 materiais. Totalizando 58 materiais, incluindo cartazes, folders e folhetos.

Após estas atividades, com base nos resultados obtidos na primeira etapa deste projeto, foi possível delinear o público alvo do estudo e, com isso, determinar as temáticas dos impressos que serão criados. Sendo propostas as seguintes temáticas: Alimentação e peso saudável, explicando a importância de uma alimentação balanceada, o fracionamento ideal das refeições e mitos e verdades sobre alimentação; Anemia, explicando a doença, como prevenir e a importância para o doador de sangue não ser impossibilitado de exercer seu papel cidadão; Hipertensão, também explicando a doença, como prevenir, como tratar, qual a influência da alimentação sobre a patologia; Valorização da cultura alimentar, explicando a importância de se preservar a cultura alimentar de sua região, mostrando que é possível ter uma alimentação saudável, prática e respeitando suas origens, sem necessidade de cair na padronização alimentar de um mundo globalizado com produtos rápidos e industrializados o tempo todo; Sustentabilidade social, ambiental e econômica, mostrando que além de se preocupar com sua saúde e alimentação, esses conceitos devem caminhar lado a lado à preocupação com o meio ambiente, mostrando uma culinária sustentável, e, consequentemente, econômica e cidadã.

CONCLUSÃO

Dessa forma, espera-se obter resultados que considerem as especificidades culturais, sociais, econômicas e cognitivas do público de interesse do estudo, ou seja, os doadores de sangue voluntários, além de constituir uma base transdisciplinar na elaboração de materiais educativos.

Considerando-se a grande contribuição do material escrito no contexto da educação em saúde e o papel desses recursos para se promover saúde, prevenir doenças, desenvolver habilidades e favorecer a autonomia dos indivíduos, é importante que se crie, desenvolva e produza um material de qualidade que alcance os objetivos do atendimento das necessidades dos indivíduos visando o autocuidado.

Esta ação se constitui como uma estratégia afinada com as diretrizes das políticas nacionais de Alimentação e Nutrição, de Atenção Básica, de Promoção da Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional, colaborando, assim, para a promoção da saúde e da alimentação saudável junto à população.



13ª JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de segurança Alimentar e Nutricional – SISAN, com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 16 set. 2006.
- _____. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde. 3. ed. Brasília, 2010.
- _____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde, 2012a.
- _____. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. Brasília, DF, 2012b.
- BUSS, PM. Promoção da saúde e qualidade de vida. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, 2000.
- CANESQUI, A.M.; GARCIA, R.W.D. Uma introdução à reflexão sobre a abordagem sociocultural da alimentação. In: Canesqui AM, Garcia RWD (org). Antropologia e nutrição: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2005.
- FREIRE, Paulo. Pedagogia do oprimido. 27ª ed. Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1987.
- FREIRE, P. Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa. 47ª ed. São Paulo: Paz e Terra, 2013.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2002-2003: análise da disponibilidade domiciliar e estado nutricional no Brasil. Rio de Janeiro, 2004.
- MINAYO, MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec- Abrasco, 2008.
- MOREIRA, FM, NÓBREGA, MML, SILVA, MIT. Comunicação escrita: contribuição para elaboração de material educativo em saúde. Rev Bras Enferm, 2003; 56(2):184-188.
- WHO 1986. Carta de Ottawa, pp. 11-18. In Ministério da Saúde/FIOCRUZ. Promoção da Saúde: Cartas de Ottawa, Adelaide, Sundsvall e Santa Fé de Bogotá. Ministério da Saúde/IEC, Brasília.