

IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO
REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

Resumo

Relato de Caso

PROMOVENDO ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NAS COMUNIDADES DE PASSO FUNDO

AUTOR PRINCIPAL: Roberta Martelli Forte

CO-AUTORES: Fabiane Cardoso Caraça; Valéria Hartmann; Nair Luft; Graziela De Carli.

ORIENTADOR: Ana Luisa Sant'Anna Alves.

UNIVERSIDADE: Universidade de Passo Fundo.

INTRODUÇÃO:

Mudanças no padrão alimentar e estado nutricional observadas nas últimas décadas no Brasil mudaram o perfil de ocorrência das doenças. Houve aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, de obesidade e de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Assim, ações de educação alimentar e nutricional podem contribuir para a adoção de um estilo de vida saudável e contribuir na redução da prevalência de DCNT. Diante dessa realidade, em 2014, foi publicado o novo Guia Alimentar para a População Brasileira, que incentiva o consumo de alimentos in natura e minimamente processados além de orientar a forma como devem ser consumidos esses alimentos. Assim, as atividades desenvolvidas na Cáritas através do projeto de extensão Boas Práticas, Educação e Meio Ambiente Saudável que visam promover ações de educação alimentar e nutricional com mulheres da comunidade.

DESENVOLVIMENTO:

São realizadas oficinas e palestras sobre alimentação saudável nas comunidades atendidas pela Cáritas de Passo Fundo. As oficinas realizadas promovem habilidades culinárias e formas de preparo do alimento, fazendo do hábito de cozinhar algo prazeroso no seu dia a dia. Durante a preparação dos alimentos, é abordado sobre o uso excessivo do sal, açúcar e do óleo, assim esclarecendo dúvidas das participantes. Também é orientado sobre os 10 passos da alimentação saudável presente no Guia Alimentar para a População Brasileira. Observa-se que as participantes tem interesse nas atividades desenvolvidas e após as atividades, referem consumir mais alimentos in natura e minimamente processados.

Estudos apontam que o consumo desses alimentos está abaixo do recomendado em diversas regiões, entretanto é um fatores determinantes na ocorrência de DCNT

IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



(BERESFORD, 2001). Assim, atividades de educação alimentar e nutricional contribuem para melhora do consumo alimentar (FRANCO, 2013).

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

As atividades de extensão são determinantes para a formação acadêmica, pois possibilita um olhar para a comunidade e suas potencialidades e fragilidades. As oficinas realizadas nas comunidades trazem uma nova perspectiva para o consumo de alimentos. Assim, o conhecimento do acadêmico e da comunidade é um processo importante em que ambos trocam experiências sobre os aspectos que envolvem a alimentação.

REFERÊNCIAS:

BERESFORD, S.; THOMPSON, B.; FENG, Z.; CHRISTIANSON, A.; McLERRAN, D.; PATRICK, D.L. Seattle 5 a day worksite program to increase fruit and vegetable consumption. *Prev Med.*, vol. 32, n. 3. p. 230-8, 2001.

CLARO, R.M.; SANTOS, M. A.; OLIVEIRA, T. P.; PEREIRA, C. A.; SZWARCOWALD, C.; MALTA, D. Consumo de alimentos não saudáveis relacionados a doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, vol. 24, n. 2, Brasília, abril/junho, 2015.

FRANCO, A.; CASTRO, I.; WOLKOFF, D. Impacto da promoção sobre consumo de frutas e hortaliças em ambiente de trabalho. *Revista de Saúde Pública*

NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa): Número da aprovação.

ANEXOS:

Poderá ser apresentada somente uma página com anexos (figuras e/ou tabelas), se necessário.