

Ação Educativa para Segurança Alimentar e Nutricional: Levantamento de Necessidades Sentidas por Mães de Crianças de Baixo Peso

Área Temática de Saúde

Resumo

Este trabalho relata uma ação educativa desenvolvida com mães de crianças de um bairro carente do município de Piracicaba, S.P. Compõe, com outras ações intersetoriais, uma estratégia para enfrentamento da insegurança alimentar no município e é parte de um projeto de extensão da universidade. Especificamente, visou ao levantamento das necessidades sentidas pelas mães, para nortear o planejamento educativo, de acordo com a abordagem problematizadora e dialógica. A metodologia envolveu desde a identificação das crianças desnutridas, até a realização de encontros com as mães. Dinâmicas para descontração e integração das participantes precederam atividades de reflexão sobre os temas “vida e sonhos das mães, vida das crianças” e “desnutrição”, facilitadas pelo uso de recortes de revistas. As representações sociais das participantes sugerem ser prioritárias suas necessidades básicas de segurança e auto-estima. Associação entre a não satisfação de suas necessidades e os problemas sociais, especialmente o desemprego e o alcoolismo dos maridos, foi constatada. A carência de informação e orientação para o cuidado dos filhos e a adoção de hábitos alimentares saudáveis também foi identificada. Conclui-se que a metodologia proposta permite identificar necessidades, conteúdos e estratégias visando à conscientização e motivação para a mudança de hábitos e à busca de soluções para o problema da insegurança alimentar.

Autores

Profª Drª Denise Giacomo da Motta - docente de Nutrição

Profª Drª Maria Rita Marques de Oliveira - docente de Nutrição

Prof. Dr Dennis de Oliveira - docente de Jornalismo

Lucimeire Bombach - discente de Nutrição

Catarine Alessandra da Silva - discente de Jornalismo

Instituição

Universidade Metodista de Piracicaba - UNIMEP

Palavras-chave: educação nutricional; segurança alimentar; educação em saúde

Introdução e objetivo

Atualmente, segundo o relatório A Situação da População Mundial – 2002 apresentado pela Organização das Nações Unidas (ONU) e pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o Brasil apresenta 40 milhões de pessoas pobres (Martins, 2002).

Associadas à pobreza e à exclusão, coexistem a fome, a desnutrição, a anemia e as hipovitaminoses, bem como as doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade, o diabetes, a hipertensão arterial, que apresentam fortes ligações, na sua etiologia, com o comportamento alimentar e com os hábitos de vida, dentre outros fatores (Monteiro et al, 2000, Silva Jr, 2000, Who, 2002).

Não apenas a desnutrição e demais doenças carenciais, como também os excessos e inadequações do consumo alimentar constituem-se manifestações da ausência de segurança alimentar e nutricional em nossa população.

O conceito de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) pressupõe, mais que equacionar o problema da fome, garantir, a todos, condições de acesso a alimentos básicos de qualidade, em quantidade suficiente, com base em práticas alimentares saudáveis. Segundo a Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição, do Ministério da Saúde (Brasil, 2004), constituem-se eixos da Política de Segurança Alimentar e Nutricional brasileira:

a) Ampliar o acesso à alimentação, garantindo: acesso à terra e condições para nela produzir; apoio à agricultura familiar; estímulo a pequenas empresas, ao associativismo, e ao cooperativismo e capacitação dos envolvidos; garantia de renda mínima; abastecimento alimentar a preços justos.

b) Assegurar a qualidade biológica, sanitária, nutricional e tecnológica dos alimentos e seu aproveitamento, estimulando práticas alimentares e estilos de vida saudáveis: vigilância e controle da qualidade dos alimentos em todos os pontos da cadeia alimentar; acesso à informação sobre composição dos alimentos, prazos de validade; educação alimentar e educação em saúde; criação de acesso a programas de atividade física.

c) Assegurar saúde, nutrição e alimentação a grupos específicos: alimentação do escolar, distribuição de alimentos, recuperação de crianças e gestantes desnutridas, trabalhadores, índios, populações ribeirinhas, desempregados, idosos, enfermos e pessoas institucionalizadas.

d) Implantar e manter atualizado o SISVAN – Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, incluindo a vigilância do estado nutricional de escolares, indicadores de avaliação de programas e serviços de saúde e nutrição e a avaliação do estado nutricional de todos os membros da família (Brasil, 2004).

Dentre as condições necessárias para a implementação de um programa de SAN, portanto, o acesso à informação e à educação nutricional tem um papel significativo e reconhecido. Embora a insuficiência de recursos financeiros para adquirir alimentos necessários à manutenção da boa saúde seja o principal condicionante do problema alimentar no Brasil, fatores como a desinformação, a pressão publicitária, os hábitos familiares e sociais e mesmo alterações de ordem psicológica devem ser considerados. Atividades educativas em nutrição podem e devem ser utilizadas como um importante instrumento de apoio na promoção da saúde, especialmente no âmbito da escola, espaço privilegiado para o desenvolvimento dessas atividades (Costa, 2001).

Educar, por sua vez, de acordo com Paulo Freire é muito mais do que transferir conhecimentos - é criar as possibilidades para sua produção ou construção. Na educação dialógica proposta por Freire, ensinar exige, dentre outras condições “estimular a pergunta, a reflexão crítica sobre a própria pergunta, o que se pretende com esta ou com aquela pergunta em lugar da passividade em face das explicações discursivas do professor, espécies de respostas a perguntas que não foram feitas” (Freire, 1998). Aplicando sua concepção de educação transformadora à educação em saúde, podemos defini-la como um processo crítico e reflexivo que busca capacitar as pessoas a questionarem as causas de seus problemas de saúde, estabelecerem prioridades e buscarem alternativas para sua solução. Já a Educação Nutricional deve contribuir para a conscientização das pessoas sobre seus hábitos alimentares, proporcionar conhecimentos e estimular a motivação para a adoção de práticas alimentares saudáveis, nutricionalmente adequadas, variadas e prazerosas, dentro de seu contexto sociocultural (Boog, 1997; Motta, 1998).

Tendo em vista a importância da educação nutricional para a segurança alimentar e visando contribuir na implementação de um programa de segurança alimentar e nutricional no município de Piracicaba, S.P., bem como na materialização do valor guia de seu projeto pedagógico, docentes dos cursos de Nutrição, Jornalismo e Publicidade e Propaganda da Universidade Metodista de Piracicaba elaboraram o projeto de extensão "Escola, Sociedade, Saúde e Trabalho no Setor da Alimentação", desenvolvido em parceria com segmentos do

poder público municipal (Secretarias Municipais da Saúde, Educação e Desenvolvimento Social). Dentre suas atividades, voltadas para a redução da insegurança alimentar e nutricional em grupos populacionais carentes do município, inclui-se o desenvolvimento de ações educativas em nutrição e saúde no âmbito da escola, junto a equipes do Programa Saúde da Família (PSF) e com a participação de líderes comunitários.

Metodologia

Seguindo a metodologia da problematização, o projeto previa as seguintes etapas: observação da realidade, levantamento das necessidades sentidas, capacitação para a ação, elaboração de propostas de intervenção e desenvolvimento das ações educativas. O trabalho foi planejado de maneira que essas etapas fossem contempladas de acordo com um cronograma estabelecido. Contudo, elas não foram cumpridas de maneira estanque, e nem poderia ser diferente, pois a extensão pressupõe um processo dinâmico de relações entre os envolvidos no trabalho, que exige avanços e retrocessos, respeito aos limites individuais e capacitação para sua superação.

População: a definição do bairro prioritário para a intervenção (“Bosques do Lenheiro”) ocorreu por sugestão da Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social de Piracicaba. “Bosques do Lenheiro” é um bairro pobre, que possui 1.700 casas e população de 8.000 pessoas, tendo em média quatro crianças por família. Esse bairro foi criado para acolher famílias de áreas de risco do município. Os equipamentos sociais identificados foram duas escolas, uma municipal, que atende a crianças de 1ª a 4ª série e outra estadual, que oferece da 5ª à 8ª série; duas unidades do Programa Saúde da Família e a Associação de Moradores do Bairro. Vale destacar que a escolha da população-alvo da extensão não se orientou pela sua localização geográfica ou posição na organização da sociedade, mas sim, por um critério político, priorizando como população-alvo um segmento da população excluída que não tem acesso aos conhecimentos necessários para equacionar problemas que dizem respeito a necessidades básicas para a sobrevivência humana.

Atividades preliminares: antecedendo a primeira etapa dos trabalhos em campo (a observação da realidade) foram realizadas reuniões para a harmonização do grupo interdisciplinar em torno dos objetivos do projeto e para capacitação dos participantes. A seguir, por solicitação da Divisão de Alimentação Escolar da Secretaria Municipal de Educação, foram realizadas atividades de educação para o consumo alimentar em unidades do Programa de Educação Complementar (PEC). A ação, dirigida aos pais das crianças atendidas pelo PEC em vários bairros do município, não estava prevista no projeto, mas foi uma oportunidade para fortalecer os vínculos com o setor público e adquirir experiência para o trabalho que se iniciaria no “Bosques do Lenheiro”. As reuniões se desenvolveram a partir de dinâmicas nas quais as mães presentes eram solicitadas a manifestar sua opinião e suas dúvidas quanto à alimentação, a partir de cartazes com figuras de alimentos elaborados para esse fim. Os eixos temáticos emergentes nessas reuniões foram desnutrição, obesidade e alimentação saudável.

Diagnóstico nutricional das crianças: complementando o levantamento inicial, realizou-se o diagnóstico do estado nutricional (peso e altura) das crianças das escolas do bairro “Bosques do Lenheiro”. Atividade semelhante fora realizada pelas agentes de saúde das unidades do PSF do bairro, entre as crianças menores de cinco anos.

Ações educativas com as mães: identificadas as crianças desnutridas, suas mães foram convidadas a participar de ações educativas, desenvolvidas em uma das unidades do PSF pelas agentes de saúde da unidade e bolsista do projeto. Integraram-se, assim, os objetivos e atividades do projeto desenvolvido na escola com as ações do PSF. Diversas dinâmicas e recursos como recortes de revistas, colagens e objetos lúdicos (bexigas) têm sido utilizados, para favorecer a descontração e a socialização, estimular o diálogo e a problematização acerca

da questão alimentar e nutricional. Estão programados, ainda, o envio de uma carta com o resultado da avaliação nutricional e orientações simplificadas às famílias de todas as crianças avaliadas e visita domiciliar às mães dos escolares que se encontram com baixo peso ou com excesso de peso, o que permitirá um acompanhamento mais próximo à criança, maior conhecimento da situação familiar e compreensão dos determinantes de sua condição.

Coleta e análise dos resultados: a identificação das crianças desnutridas foi realizada a partir da avaliação dos indicadores peso/idade e peso/altura e índice de massa corporal para idade, com auxílio do software Epiinfo 2000.

As representações das mães das crianças em relação aos dois primeiros temas abordados – “a vida e os sonhos das mães, a vida das crianças” e “desnutrição” foi realizada a partir do registro de suas respostas a questões formuladas pela agente de saúde (1- Essas revistas têm figuras que representem como é sua vida, quais são seus sonhos? Quais são elas? O que elas a fazem pensar? 2- Essas revistas têm figuras que mostrem o que é desnutrição e como ela pode ser evitada? Quais são elas? O que elas a fazem pensar?). As respostas a essas questões, bem como os discursos das participantes, expressos livremente nas discussões que ocorreram após a seleção das figuras, foram registrados pela observadora e posteriormente analisados, segundo referencial da pesquisa qualitativa (Minayo, 1996).

Resultados e discussão

No presente trabalho estaremos apresentando e analisando qualitativamente os resultados imediatos das ações educativas realizadas, entendidos como respostas obtidas no processo dialógico, que consideramos como representações sociais, uma vez que a metodologia adotada priorizou o estímulo à pergunta e à reflexão crítica sobre a própria pergunta. Ressalte-se que foram realizados vários encontros sobre os mesmos temas, com diferentes grupos de mães. Apresentaremos aqui os resultados dos encontros referentes aos dois primeiros temas.

Tema número 1: A vida e os sonhos das mães, a vida das crianças

Objetivo educativo: estimular a participação ativa, levantar interesses e necessidades sentidas, motivar para a mudança de atitudes e práticas.

Relato da observadora e representações das mães: Participaram dos encontros mães de crianças com baixo peso menores de 5 anos identificadas pelo PSF e também mães das crianças desnutridas da escola municipal. As crianças acompanharam as mães e foram pesadas, no início das reuniões. A seguir, dispostas as participantes em círculo, dinâmicas de descontração foram realizadas, seguidas pela explicitação da finalidade da atividade. O tema foi lançado e sobre ele foi proposta uma reflexão, facilitada com atividade livre de recorte de revistas. As imagens associadas ao tema pelas mães e suas representações foram:

- recortes de pratos de comida (“o sonho da mãe é que a criança coma todos os alimentos, legumes, verduras”);
- recorte de uma criança pobre (“criança pobre também é feliz”);
- mulher sorrindo (“gostaria de ser ela, linda!”);
- homem bonito (“gostaria de ter um marido assim”);
- mulher bem vestida (“gostaria de poder usar essas roupas, de estar sempre bonita”);
- relógios (“gostaria de ter um relógio”);
- shampoo (“meu cabelo é muito seco, gostaria de ter cabelos lindos assim”);
- mulher bonita (“gostaria de ser ela, rica, linda, ter um olhar sedutor”);
- pedaço de carne (“é o meu sonho, comer todos os dias e nunca faltar comida em casa”).

Nas falas que se seguiram, as participantes expressaram as dificuldades que enfrentam no dia a dia, especialmente o desemprego e o alcoolismo dos maridos. Como sugestões das mães para os próximos encontros, foram mencionados os temas “causas da desnutrição”,

“receitas fáceis, práticas, baratas e nutritivas”, “amamentação”, “influência dos alimentos no crescimento da criança” e “higiene”.

Tema número 2: Desnutrição

Objetivo educativo: refletir sobre as causas da desnutrição, levantar interesses e necessidades sentidas sobre o assunto, buscar alternativas de solução.

Relato da observadora e representações das mães: Foi seguida a metodologia inicial dos primeiros encontros (pesagem das crianças, dinâmicas de descontração e integração). A seguir, o tema “desnutrição” foi lançado e sobre ele foi proposta uma reflexão, facilitada com a atividade livre de recorte de revistas. As imagens associadas ao tema pelas mães e suas representações foram:

- mesa farta, hortaliças (“se a criança come, não fica desnutrida”);
- relógio (“quem acorda na hora certa tem tempo de tomar café e não fica com fome e nem desnutrido”);
- foto de um homem com aparência de anemia (“criança desnutrida tem anemia”);
- fotos de pessoas com excesso de peso (“quem é gordinho não tem desnutrição”);
- casas ricas (“quem tem dinheiro não fica desnutrido”).

Nas discussões que se seguiram, segundo a observadora, “as mães afirmaram que sabem que tem que dar comida, mas tem preguiça de fazer comida saudável, pois dá muito trabalho”. Foram apresentadas propostas de alimentação saudável de baixo custo (Projeto “Alimente-se bem por 1 real”, do SESI) e receitas de preparações nutritivas, fáceis e de baixo custo.

As dúvidas apresentadas e os assuntos sugeridos pelas mães, para outras reuniões, foram: “por que as crianças ficam desnutridas?”, “por que tem criança que come bem, mas tem baixo peso?”, “como fazer para introduzir alimentos que as crianças não gostam de comer?”, “relação entre anemia e desnutrição”, “relação entre doença e falta de alimentação”, “por que a criança não come quando está doente?”, “a criança fica desnutrida porque não come arroz e feijão?” “como evitar a desnutrição?”, “amamentação”, “alimentação correta para a idade”, “relação entre higiene e alimentação”.

À guisa de comparação, listamos abaixo as principais questões relativas ao mesmo tema, levantadas pelas mães que participaram das ações educativas junto ao programa de educação complementar (PECs), em bairros de diversas regiões do município:

- “Pode consumir feijão à noite?”;
- “Minha filha toma mamadeira e não come comida, o que fazer?”;
- “Mesmo explicando a importância e insistindo, o que eu faço se o meu filho não come legumes?”;
- “Meu filho não come comida, mas come salgadinho”;
- “O refrigerante substitui a água?”;
- “Qual deve ser a alimentação da minha filha, já que ela é gordinha?”;
- “Meu filho está com o peso bom, mas não come direito”;
- “O que faço quando o meu filho me pedir salgadinho e bala? Eu não sei negar”;
- “É certo trocar arroz e feijão por pão, nas principais refeições?”;
- “Meu filho só come porcaria, o que devo fazer?”;
- “Café com leite faz mal?”;
- “Iogurte e “miojo” fazem mal?”;
- “Meu filho não toma água, o que devo fazer?”;
- “Meu filho não come verdura, o que posso fazer?”.

As representações sociais das mães das crianças de baixo peso do “Bosques do Lenheiro” sobre sua vida, seus sonhos e a vida de seus filhos, expressadas a partir das dinâmicas empregadas, nos permitem identificar como prioritárias suas necessidades básicas de segurança e auto-estima. Elas não têm dúvidas quanto à associação entre a não satisfação

dessas necessidades e os problemas sociais que vivenciam (desemprego e alcoolismo dos maridos). Seus sonhos de consumo passam por aqueles que a sociedade valoriza e a mídia divulga – beleza, riqueza, sedução, mas a realidade da falta de comida na mesa do dia-a-dia as faz sonhar com um pedaço de carne e um prato com verduras e legumes para oferecer à família.

Ao refletir sobre a desnutrição, dialeticamente seu pensamento se volta para a mesa farta, a casa rica, a gordura corporal. Mas a valorização social do “fazer por merecer”, possivelmente, as faz pensar em cumprimento de horários, por um lado; preguiça, por outro. Têm dúvidas quanto a aspectos básicos da alimentação saudável; carecem de informação e orientação para cuidar de seus filhos e adotar hábitos saudáveis. Preocupam-se com o baixo peso, sem saber ao certo o quê o causa e quais suas conseqüências. Associam desnutrição e anemia, mas não excesso de peso e possíveis problemas de saúde. E parecem acreditar que o poder aquisitivo, por si só, garante práticas alimentares adequadas.

Ao compararmos suas dúvidas com aquelas de mães de crianças moradoras em outros bairros do município, observamos que entre estas últimas as preocupações quanto ao consumo de alimentos pouco nutritivos e quanto a práticas que possam prejudicar a saúde são mais freqüentes. As limitações econômicas não transparecem de modo nítido entre as mães do PEC, mas a insegurança alimentar aí também está presente, condicionada pelos hábitos inadequados, fatores psicossociais, influência da mídia sobre a formação dos hábitos alimentares das crianças. Também carecem de informação e orientação para cuidar da alimentação das crianças e favorecer a adoção de hábitos saudáveis.

Conclusões

Para se garantir a segurança alimentar e nutricional da população, medidas intersetoriais envolvendo ações nas áreas da saúde, da educação e do desenvolvimento social, dentre outras, devem ser estimuladas. As ações educativas desenvolvidas com mães de crianças desnutridas não podem prescindir da participação ativa dessas mães no processo educativo, desde o seu planejamento.

A identificação das necessidades sentidas pelas participantes contribuiu para a geração do conteúdo a ser desenvolvido e da metodologia a ser utilizada. Informação e orientação para o consumo alimentar são necessárias, como parte de um processo que também promova a auto-estima e a segurança das participantes. Mais do que reconhecer a alimentação saudável, mães de crianças em situação de insegurança alimentar necessitam aprender a lidar com suas limitações e a buscar alternativas de solução para os problemas com que se defrontam no dia-a-dia, dentro de seu contexto sociocultural.

Referências bibliográficas

BOOG, M.C.F. Educação Nutricional: Passado, Presente, Futuro – Revista de Nutrição, Campinas, v. 10, n.1, p.5-19, Jan. / Jun., 1997.

BRASIL. Ministério da Saúde. Segurança Alimentar e Nutricional. Coordenação Geral da Política da Alimentação e Nutrição (CGPAN) / DAB / SAS. Disponível em:

<<http://www.saude.gov.br/alimentacao> Acesso em 12 de junho de 2004.

COSTA, E.Q., RIBEIRO, V.M.B., RIBEIRO, E.C.O. Programa de Alimentação Escolar: Espaço de aprendizagem e produção de conhecimento. Revista de Nutrição, Campinas, v.14 n.3, p.225-229, set. / dez., 2001.

FREIRE, P. Pedagogia da Autonomia. 8ª ed. São Paulo: Ed. Paz e Terra, 2002.165 p.

MARTINS, L. Fome no Brasil ainda preocupa, apesar dos avanços, diz a ONU. O Estado de São Paulo 2002 Dez 03; [citado 2003 Jan 14]. Disponível em <<http://www.estadão.com.br/agestado/noticias/2002/dez/03/281.htm>>

MINAYO, M.C.S. O desafio do conhecimento. 4^a ed. São Paulo: HUCITEC-ABRASCO, 1996. 269 p.

MONTEIRO, C.A., BENÍCIO, M.H.D., FREITAS, I.C.M. Evolução da Mortalidade Infantil e de Retardo do Crescimento nos Anos 90: causas e impacto sobre desigualdades regionais. In: MONTEIRO C.A. (org.). Velhos e novos males da saúde no Brasil: a evolução do país e de suas doenças. 2.ed. São Paulo: HUCITEC/NUPENS/USP, 2000.

SILVA JR, S.I. Economia e nutrição. In: DUTRA-DE-OLIVEIRA, J.E. & MARCHINI, J.S. Ciências Nutricionais. São Paulo: Sarvier; 2000, p.305-21.

WHO. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Report of the Joint WHO/FAO Expert Consultation. Geneva : WHO/FAO, 2002.