

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: UM DIÁLOGO ENTRE OS PRINCÍPIOS, AS METODOLOGIAS E AS DEMANDAS ATUAIS PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE

Ma. Carolina Gusmão Magalhães¹⁹

RESUMO

Neste artigo, foram traçados aspectos históricos e conceituais, bem como, princípios e metodologias relevantes abarcados pela educação alimentar e nutricional e, com base neles, apresentados direcionamentos teóricos para apoio às intervenções em alimentação e nutrição. Desafios e limitações encontrados no campo da Educação Alimentar e Nutricional na promoção de abordagens e práticas educativas também foram expostos. Realizou-se revisão bibliográfica crítica mediante seleção direcionada de referências, com o propósito de apresentar conceitos, princípios e metodologias que compõem o panorama atual da educação alimentar nutricional, sem a pretensão de esgotamento do tema. Evidenciou-se os avanços conquistados, sobretudo, na publicação do Marco de Referência em EAN para políticas públicas, publicado em 2012. Dentre os desafios do campo, destaca-se a fragilidade da formação acadêmica em decorrência de matrizes curriculares dos cursos superiores que não privilegiem o debruçamento em torno das ciências humanas e sociais; a distância entre as formulações das políticas públicas e as práticas locais; a incoerência entre discurso de tais políticas e a prática educativa encontrada na realidade; a ausência da sistematização e reflexão em torno das práticas educativas em EAN; e a ausência de uma base teórico-metodológica consolidada que respalde as ações do nutricionista no contexto.

Palavra-chave: Educação Alimentar e Nutricional; princípios; práticas educativas.

ABSTRACT

In this article, we were historical and conceptual aspects outlined, as well as relevant principles and methodologies embraced by food and nutrition education and, based on them, presented theoretical directions to support interventions in food and nutrition. Challenges and limitations encountered in the field of Food and Nutrition Education to promote educational approaches and practices were also exposed. Held bibliographic critical review by targeted selection of references, in order to present concepts, principles and methodologies that make up the current situation of nutritional food education,

¹⁹ Mestra em Desenvolvimento e Gestão Social UFBA, Especialista em Metodologia do Ensino Superior | UNEB e Bacharel em Nutrição | UNEB, pesquisadora do Grupo de Pesquisa GUETO | CFP | UFRB, email: brisacapoeira@msn.com;

without the issue of exhaustion of pretense. Showed up the advances made, especially in the publication of EAN in Reference Framework for public policies, published in 2012. Among the challenges of the field, there is the fragility of academic formation as a result of curriculum matrices of higher education that does not favor the debruçamento around the humanities and social sciences; the distance between the formulation of public policies and local practices; the inconsistency between the discourse of such policies and educational practice found in reality; the lack of systematization and reflection on educational practices EAN; and the absence of an established theoretical and methodological base that supports the nutritionist's actions in context.

Keyword: Food and Nutrition Education; principles; educational practices.

Introdução

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) constitui um processo por meio do qual se obtém mudanças de conhecimentos da nutrição, atitudes com relação a alimentação e práticas alimentares conducentes à saúde, visando a melhoria da saúde pela promoção de hábitos adequados, eliminação de práticas dietéticas insatisfatórias, introdução de melhores práticas de higiene e uso mais eficiente de recursos alimentares (BOOG, 1984).

Sendo assim, a EAN tem se configurado, há alguns anos, em um campo de conhecimento da Nutrição diretamente envolvido nas perspectivas de mudança dos atuais quadros de desigualdade e exclusão social. Este reconhecimento tem se dado tanto através de documentos oficiais, políticas públicas que a evidenciam no contexto da promoção da saúde e da alimentação saudável, através de leis, marcos de referência, manuais quanto por diferentes pesquisadores e seus estudos científicos, que acentuam sua crescente importância enquanto mecanismo de ação em Saúde Pública.

Este interesse, obviamente, pode ser associado, por sua vez, a um crescente interesse dos ideais projetados pelo modelo econômico em acelerar o acúmulo de capital, investindo inicialmente na melhoria da capacidade produtiva da mão-de-obra através dos programas de Alimentação do Trabalhador, bem como, na diminuição dos gastos governamentais com saúde através dos programas que visam melhorar o acesso e a qualidade do alimento e nutrição.

Desta forma, os avanços alcançados no campo das *políticas públicas de Alimentação e Nutrição* no Brasil nos últimos anos, apontam para uma necessidade crescente de que as ações educativas projetadas para a ambiência local sejam

influenciadas por uma abordagem teórico-metodológica que promovam uma educação transformadora, dialógica e “problematizadora” e que ultrapasse a perspectiva instrucional e instrumental, característica do modelo biomédico vigente. Porém estas ações nem sempre tem dialogado com as premissas idealizadas em tais políticas públicas.

Por outro lado, o profissional nutricionista formado a partir dos *cursos superiores de Nutrição* nem sempre encontram em seu arcabouço curricular, ampla formação que dialogue suficientemente com as Ciências Humanas e Sociais e que lhe deem embasamento teórico-metodológico na estruturação de tais práticas educativas preconizadas nas políticas públicas nacionais.

Destarte, Santos (2005) sinaliza para o *hiato* que se consolidou entre as formulações das políticas públicas e as ações educativas desenvolvidas em âmbito local, bem como, entre o que se tem enquanto discurso e prática dentro da Educação Alimentar Nutricional no país, o que nos convida a pensar sobre estratégias de ações que equilibrem tal práxis pedagógica no campo da ação local.

Recentemente, o governo federal lançou através do Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome, o Marco de Referência da EAN para as políticas públicas, o que segundo Santos (2013), no estudo intitulado “Avanços e desdobramentos do Marco de Referência em EAN para as políticas públicas”, passa a figurar como uma “bússola” no campo da EAN indicando seus princípios e diretrizes.

O desejo é que se possa construir pontes entre tais formulações e o cenário de prática em EAN, repleto de obstáculos burocráticos e de formação, que estagnam tais práticas em uma abordagem estritamente instrumental e instrucional, levando os indivíduos assistidos a estabelecerem uma relação distanciada com o profissional da saúde, bem como, com o conhecimento “libertador”.

Breve histórico da EAN

No Brasil, o interesse pela Educação Alimentar e Nutricional nasce na *década de 40* vista como alavanca para determinar mudanças nas condições de alimentação da população trabalhadora, conforme cita Castro & Peliano (1985), em seu artigo intitulado “Novos alimentos, velhos hábitos e o espaço para as ações educativas”, período em que gozou de *status privilegiado* e firmava-se como um princípio nos programas governamentais de proteção ao trabalhador.

Nas décadas de 50 e 60, a EAN foi marcada por *interesses econômicos* ligados a alguns produtos, como soja e feijão. Por ser a soja um produto de exportação, muitas campanhas foram desenvolvidas com o objetivo de incentivar sua introdução na alimentação do brasileiro, ignorando a preferência nacional pelo feijão. Vemos ainda neste período uma educação nutricional voltada para incentivar o consumo dos produtos adquiridos pelo convênio *MEC/USAID*, agência norte-americana que estabeleceu programa de ajuda externa em virtude de seus excedentes agrícolas.

Durante as décadas de 60 e 70, após a instauração do *regime militar*, o *pensamento técnico-científico* marca as políticas de alimentação substituindo o paradigma social pelo técnico. Segundo Boog (1997), em seu artigo intitulado “Educação Nutricional: Passado, Presente e Futuro”, ainda neste período, trabalhos realizados por economistas apontam para a substituição do binômio alimentação-educação para *alimentação-renda* como premissas para a mudança dos problemas alimentares no Brasil, lançando ao “*exílio*” as discussões e programas de educação alimentar. Nas duas décadas seguintes a EAN ficou distante dos programas de Saúde Pública, estando presente somente na prática profissional dos nutricionistas.

A partir da década de 90 até os dias atuais temos visto a EAN figurando nas inúmeras discussões acadêmicas da área, bem como crescente importância sendo dada a mesma dentro das políticas públicas nacionais, tais como: Política Nacional de Alimentação e Nutrição – PNAN; a Política Nacional de Alimentação Escolar – PNAE; dentre outras.

Um significativo avanço foi a publicação do Marco de Referência da EAN para as políticas públicas (BRASIL, 2012) que buscou orientar através de conceitos, princípios e diretrizes a EAN, projetando reflexões, avanços e desdobramentos no que tange aos aspectos culturais da alimentação e no âmbito da universidade, no seu clássico tripé de pesquisa, ensino e extensão.

Para Santos (2013), este foi um importante passo para as políticas públicas no Brasil, no momento em que se reconhece a importância da EAN como estratégia para a promoção da alimentação saudável dentro do contexto do Direito Humano à Alimentação Adequada - DHAA e da garantia da Segurança alimentar e Nutricional- SAN.

Princípios da Educação Alimentar e Nutricional

A partir deste Marco referencial, lançado em parceria dos Ministérios da Educação, Saúde e Desenvolvimento Social e de Combate à Fome, o campo da Educação Alimentar e Nutricional ganha uma espécie de bússola, conforme Santos (2013) em estudo sobre os avanços e desdobramento do Marco de Referência da EAN. Este instrumento de orientação traz em seu bojo a sistematização de princípios, metodologias e diretrizes para a EAN, que poderá servir como *documento vivo* para o campo, conforme cita Santos (2013).

Abordamos a seguir os princípios envolvidos na Educação Alimentar e Nutricional, sistematizamos no bojo do Marco de referência da EAN:

1. Sustentabilidade social, ambiental e econômica

Sustentabilidade neste sentido não se limita à dimensão ambiental, mas estende-se às relações humanas, sociais e econômicas estabelecidas em todas as etapas do sistema alimentar. Desde o a escolha do alimento a ser cultivado, a escolha de sementes, preparo do solo, semeadura, irrigação, cuidados, colheita, acondicionamento, beneficiamento, distribuição, dentre outras são etapas onde o homem deverá lançar o olhar sensível ao estabelecimento de relações duradouras, humanizadas e sustentáveis.

2. Abordagem do sistema alimentar, na sua integralidade

As ações educativas em Alimentação e Nutrição necessitam propor temas e estratégias vinculados a todas as etapas do sistema alimentar (do acesso à terra e água à destinação de resíduos), de forma a contribuir para que os indivíduos e grupos façam escolhas conscientes.

3. Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas

É preciso considerar a legitimidade dos saberes oriundos da cultura, religião e ciência, incorporados e difundidos em todo o nosso continente como forma de respeitar e

valorizar as diferentes expressões da identidade e da cultura alimentar de nossa população, e, ainda, como estratégia de apropriação e atuação frente a essas realidades.

4. A comida e o alimento como referências, valorizando a culinária enquanto prática emancipatória.

“Pelo fato de sermos onívoros, a incorporação da comida é sempre um ato com significados, fundamental ao senso de identidade” (FISCHLER, 1999), logo é preciso reconhecer o ato alimentar enquanto um ritual recheado de símbolos e dimensões, legitimando a identidade dos comensais e seus grupos. Quando as ações educativas em Alimentação e Nutrição abordam estas múltiplas dimensões conseguem se aproximar da realidade das pessoas, estabelecendo vínculos necessários entre o processo pedagógico e as diferentes realidades e necessidades locais e familiares.

Da mesma maneira, reconhecemos que a ciência do preparo do próprio alimento gera, gradativamente, independência e autonomia que permite ao indivíduo a prática das informações técnicas e a ampliação do conjunto de possibilidades dos mesmos.

5. A Promoção do autocuidado e da autonomia

As ações programadas para a EAN devem ter como foco o autocuidado e a autonomia. O autocuidado se estabelece em ações voluntárias e intencionais, que promovem a tomada de decisões (autonomia), e que objetiva contribuir de forma específica para a integridade estrutural, o funcionamento e o desenvolvimento humano, estabelecendo o indivíduo enquanto agentes produtores sociais de sua saúde.

Desvincula o indivíduo da dependência estabelecida e proposta, historicamente, pelo modelo biomédico, onde a pessoa só pode tomar decisões emitidas pelo profissional de saúde. A instauração deste processo de autocuidado gera autonomia como efeito imediato e estabelece uma rede de conhecimentos, que serão repassados de geração em geração, e que trarão como consequências, a longo prazo, a ampliação dos quadros de saúde para a sociedade.

6. A Educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos

As abordagens educativas e pedagógicas incorporadas pela EAN precisam figurar como ações contínuas e dar preferência aos processos ativos que se valham dos conhecimentos e práticas populares, que emergem dos cotidianos dos indivíduos e coletividades e integrem teoria e a prática, movimento sem o qual não poderíamos edificar aprendizado pleno e autônomo, baseado na máxima ação-reflexão-ação, em busca de soluções e práticas alternativas para a efetividade do bem-estar social.

7. A diversidade nos cenários de prática

As ações e estratégias desenvolvidas devem ser adequadas aos cenários de prática onde a EAN se desenrola afim de construir sinergia entre agentes e educandos, corroborando com o alcance dos objetivos da Educação Alimentar e Nutricional. Ignorar tais cenários e suas particularidades é apostar em caminhos metodológicos menos sinérgicos e com menor probabilidade de alcance de suas metas traçadas.

8. Intersetorialidade

Na Intersetorialidade as ações em EAN ganham capilaridade, pois, articulam distintos departamentos governamentais convergindo e corresponsabilizando esforços para a garantia da alimentação saudável e adequada, princípio estabelecido pelo Direito Humano à Alimentação Adequada - DHAA. Estes esforços são lançados por cada setor a fim de consolidarem ações mais efetiva e eficaz, através da capacidade de análise e transformação de seu *modus operandi* na busca de interrelação setorial otimizada.

9. Planejamento, avaliação e monitoramento das ações

Planejamento participativo, com pessoas legitimamente inseridas no processo decisório, bem como avaliação e monitoramento para projeção de novas prospecções para a área.

O referido planejamento terá seus resultados otimizados quanto mais estimularem e efetivarem a participação e legitimação de seus integrantes. A partir da efetivação deste planejamento, edificado pelo coletivo, ações deverão ser monitoradas a fim de serem revisadas e reestruturadas, e novamente acionadas e avaliadas numa cadeia cíclica.

Estes princípios, consolidados no Marco de Referência para as políticas públicas em EAN (BRASIL,2012), estruturam ações metodológicas mais abrangentes e condizentes com o pensamento atual direcionado para perspectivas educacionais em saúde que visem uma abordagem mais transformadora, crítica, criativa, solidária e interdisciplinar.

Metodologias na Educação Alimentar e Nutricional

As metodologias mais encontradas nas abordagens da Educação Alimentar e Nutricional são as oriundas da pedagogia tradicional, freireana e construtivista. A seguir abordaremos sobre cada uma dessas abordagens metodológicas que tem influenciado a Educação Alimentar Nutricional.

Pedagogia Tradicional x Pedagogia Transformadora

As estratégias de ação educativa utilizadas no campo da EAN vêm se alterando ao passar dos anos, partindo da perspectiva de educação nos moldes tradicionais, de caráter instrumental e instrucional, característicos do modelo biomédico, até concebê-la enquanto prática transformadora, dialógica e emancipatória, sob influência da pedagogia freireana, tendo o educando como foco de todas ações. Porém, conforme cita Santos (2012) percebemos que tal mudança ainda se dá no campo das formulações das políticas públicas, configurando-se num hiato entre o que é preconizado em tais formulações e a prática educativa realizada em ambiência local.

Segundo Boog & Motta (1985), a metodologia da EAN visa a mudança do comportamento alimentar dos indivíduos. Para além, pensamos ser necessário a conscientização diante dos princípios envolvidos no ato de alimentar-se, bem como, na escolha do alimento.

Antes apresentaremos a definição da *educação alimentar e nutricional crítica*:

“ (...) um conjunto de estratégias sistematizadas para *impulsionar a cultura e a valorização da alimentação*, concebidas no reconhecimento da necessidade de *respeitar, mas também modificar*, crenças, valores, atitudes, representações, práticas e relações sociais que se estabelecem em torno da alimentação, visando ao acesso econômico e social a uma alimentação quantitativa e qualitativamente adequada, que atenda aos objetivos de saúde, prazer e convívio social. (BOOG, 2004)

Esta perspectiva teórica é influenciada por alguns conceitos, dos quais dentre eles encontramos a educação em saúde, o aconselhamento dietético, a psicologia grupal, a antropologia da alimentação e a segurança alimentar e nutricional, que por sua vez são submetidos a um cotidiano de práticas educativas reflexivas que revisam tais conceitos, mantendo-os ou alterando-os a partir das necessidades do coletivo.

As políticas públicas atuais na área de Alimentação e Nutrição, formuladas pelos Ministérios da Saúde (MS), Educação (MEC) e Desenvolvimento Social (MDS), tem discutido amplamente sobre as bases teórico-metodológicas que regem a EAN. Tais formulações tem preconizado que essas abordagens sejam influenciadas pela *perspectiva pedagógica freireana da problematização*, consolidando uma *EAN transformadora e dialógica*, que considere os sujeitos como partícipes do processo, promovendo a autonomia destes indivíduos, baseadas na *transdisciplinaridade e interdisciplinaridade*, respeitando as culturas e seus saberes populares, valorizando a história e a diversidade regional.

As referidas práticas educativas, situadas na ambiência da saúde pública local, ainda são hegemonicamente estruturadas enquanto *ações conservadoras, situadas no modelo biomédico tradicional*, voltadas para a prevenção de doenças e não à promoção da saúde, que apenas reproduzem protocolos de abordagem ao paciente, onde imperam as prescrições e determinações do profissional de saúde aos sujeitos, desconsiderando-os enquanto indivíduos dotados de saber, hábitos, crenças, valores que podem corroborar na construção de estratégias educativas mais eficientes.

Este tipo de abordagem vem sendo amplamente criticada pela nova perspectiva de Educação em Saúde, que procura efetivar a participação popular nos processos educativos em saúde, garantindo o diálogo, o respeito aos saberes popular e a autonomia enquanto estruturador das estratégias educativas.

Contudo, os modelos de intervenção educativa em EAN ainda estão muito aquém de se tornarem um modelo problematizador, e ainda figuram como hegemônicas as técnicas tradicionais como palestras e cursos (com métodos expositivos). Existem ainda técnicas como as dramatizações, vídeos, aconselhamento dietético, oficinas culinárias e hortas escolares, que dão conta de materializar o princípio defendido no Marco de Referência para políticas públicas em EAN que estabelecem abordagens educativas e pedagógicas baseadas em processos ativos.

Conclusões

A partir das considerações levantadas em torno da EAN e consonantes com autores e discussões atuais (SANTOS, 2011) consideramos que existem algumas limitações e desafios quando tratamos de abordagens educativas e pedagógicas no campo da Educação Alimentar e Nutricional.

Estas lacunas se dão por exemplo diante de dois vieses. Primeiramente, pela grande lacuna existente entre as formulações de políticas públicas, atualmente bem consoantes com os pensamentos mais progressistas diante da discussão de metodologias e princípios constitutivos de tais ações, em contraposição as ações educativas efetivamente operacionalizadas em ambiência local, muitas vezes distintas de tais princípios e metodologias preconizadas pelas referidas políticas públicas (SANTOS, 2011). Isso demonstra o quão distante estão, ainda, as discussões baseadas na realidade de cada cenário de pratica encontrados no vasto território brasileiro que efetivem mudanças por conhecerem e proporem alternativas operacionalizáveis.

Em seguida discutir a grande distância encontrada entre o que se diz e o que se faz dentro das ações em EAN. Como dizia Freire (1987) “ É fundamental diminuir a distância entre o que se diz e o que se faz, de tal forma que, num dado momento, a tua fala seja a tua prática” e essa fala nos faz lembrar outra grande contradição e desafio frente as ações executadas no fazer Educação Alimentar e Nutricional que preconiza um discurso, transformador, critico, autônomo e libertador, mas opera um prática extremamente limitadora, acritica, criando dependência dos ditos donos do conhecimento em saúde e que demandam as instruções para a cura e o cuidado em saúde.

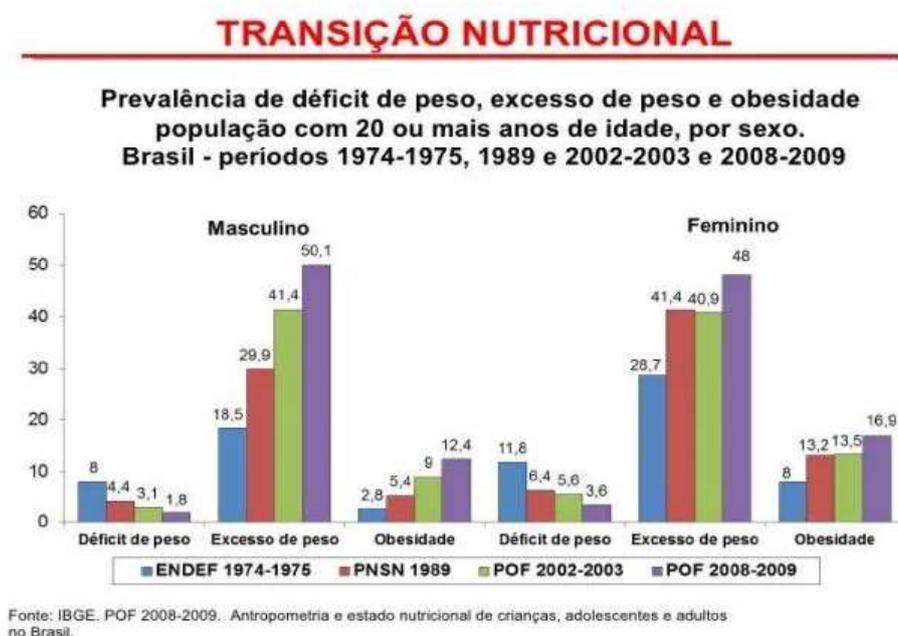
Outro grande ponto a ser pensado e transformado é o pouco aprofundamento nas abordagens teórico-metodológicas, que fundamentam e servem de princípio na construção das práticas educativas geradoras de indivíduos autônomos, críticos e criativos no autocuidado e alimentação saudável. Estas abordagens estruturam as ações implementadas por isso pesquisa-las, discuti-las, critica-las, supera-las e efetiva-las é o caminho seguro para uma prática educativa condizente com o que se preconizada na educação alimentar e nutricional critica.

Encontramos ainda pouca sistematização das experiências, positivas ou não, e posterior reflexão em torno das atuais práticas educativas em EAN, que posam projetar um novo campo de práticas para este cenário que resvalem na preparação de indivíduos conscientes, autônomos, multiplicadores. Essa sistematização poderia, a longo prazo por

exemplo, determinar um conjunto de práticas que auxiliem na superação de nossos quadros de saúde atual, frente as patologias nutricionalemnte consolidadas, Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's) e outros, que afligem a população mundial (Figura 1).

É sabido, que tais metas destoam das políticas econômicas mundiais que privilegiam o lucro, a acriticidade e a ignorância, perfis encontrados em indivíduos fruto do modelo biomédico, em detrimento da autonomia e da saúde, provocando quadros de sobrepeso e obesidade, além das síndromes metabólicas, fenômeno da contemporaneidade (Figura 1).

Figura 1. Transição nutricional no Brasil



E, por fim, estabelecer a crítica a *formação acadêmica deficiente dos nutricionistas* do ponto de vista didático-pedagógico, não tendo aproximação dialógica com os campos das ciências humanas e sociais e, ainda, a pouca valorização do estudo teórico em relação a prática nos cursos de formação superior em Nutrição.

Sendo lançasse para uma análise do futuro *fazer EAN*, a necessidade de revermos a matriz curricular dos cursos superiores de Nutrição e sua valorização das disciplinas das ciências sociais e humanas que deem ao profissional egresso o direito a compreensão e apropriação em torno deste *fazer*, empoderando-o em torno do educar em nutrição.

Referências

BOOG, Maria Cristina Faber. **Educação nutricional: passado, presente, futuro.** Revista de Nutrição. PUCCAMP, Campinas, v.10, n.1, p. 5-19, 1997.

_____. **Contribuições da educação nutricional à construção da segurança alimentar.** Saúde Rev. 6 (13):17-23. 2004.

BOOG, Maria Cristina Faber. & MOTTA D.G. **Educação Nutricional.** 3ª ed. São Paulo: Ibrasa; 1985.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012.

CASTRO, Cláudio de Moura & PELIANO, Anna Medeiros. Novos alimentos, velhos hábitos e o espaço para ações educativas. In: CASTRO, C.M. & COIMBRA, M. org. **O problema alimentar no Brasil.** São Paulo, Ed. UNICAMP Almed, p. 195-213. 1985.

FISCHLER, Claude. **L'homnivore.** Paris: Poche Odile Jacob, 1999

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido.** 17ª. ed. Rio de Janeiro, Paz e Terra. 1987.

_____. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa.** 43. ed., São Paulo: Paz e Terra, 1998.

SANTOS, Ligia Amparo Silva. **O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão.** Ciência & Saúde Coletiva, 17 (2): 453-462, 2012.