



# IX JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

## SAÚDE DIGITAL: EM QUE PODEMOS AVANÇAR?

**Eixo Temático – Assistência**

### **EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE PROMOÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E PREVENÇÃO DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS NO CONTEXTO DA COVID-19**

***FOOD AND NUTRITION EDUCATION: AN EXPERIENCE REPORT ON FOOD SAFETY  
PROMOTION AND PREVENTION OF CHRONIC NON-COMMUNICABLE DISEASES IN  
THE CONTEXT OF COVID-19***

**Yrla Carla Barbosa Silva**

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0009-0000-5279-2693>

[yrla.silva@fanut.ufal.br](mailto:yrla.silva@fanut.ufal.br)

**Maria Eduarda da Silva Lopes**

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0009-0006-6389-1439>

[maria.lopes@fanut.ufal.br](mailto:maria.lopes@fanut.ufal.br)

**Fernanda Maria de Banneux Leite**

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0009-0008-2657-0147>

[fernanda.leite@fanut.ufal.br](mailto:fernanda.leite@fanut.ufal.br)

**Resumo:** A pandemia do novo Coronavírus trouxe inúmeras consequências, em especial nos casos graves da doença, com possíveis complicações letais, principalmente nos portadores de doenças crônicas não transmissíveis. Adicionalmente, a COVID-19 contribuiu para o aumento da Insegurança Alimentar e Nutricional. O objetivo deste trabalho foi relatar a experiência da ação desenvolvida por integrantes do Programa de Educação pelo Trabalho Saúde, para familiares do Programa de Apoio aos Estudantes das Escolas Públicas do Estado, uma vez que é um público em maior vulnerabilidade. A ação foi desenvolvida a partir de apresentação de slides e dinâmica “Mitos e Verdades” com enfoque em alimentação adequada e comorbidades associadas à alimentação e à COVID-19. Ao final, foram distribuídos panfletos contendo receitas de reaproveitamento de alimentos, um tema que também foi abordado durante a atividade. Foi percebido pelas autoras que os participantes demonstraram bastante interesse e foram muito participativos nas discussões, desde o início até a finalização da atividade, colaborando com a continuidade e objetivo da ação. Observou-se, portanto, que a educação alimentar e nutricional é uma ferramenta na promoção da saúde, no aumento da segurança alimentar e na prevenção de comorbidades. Dessa forma, são necessárias ações contínuas que promovam educação alimentar e nutricional, para estimular mudanças no estilo de vida e para a promoção de saúde por meio de hábitos de vida mais saudáveis.

**Palavras-chaves:** covid-19; comorbidades; insegurança alimentar; educação alimentar; reaproveitamento.





# IX JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

## SAÚDE DIGITAL: EM QUE PODEMOS AVANÇAR?

**Abstract:** The new Coronavirus pandemic has brought numerous consequences, particularly in severe cases of the disease, with potential lethal complications, especially among individuals with non-communicable chronic diseases. Additionally, COVID-19 has contributed to an increase in Food and Nutritional Insecurity. The objective of this study was to report the experience of the action developed by members of Work-based Education Program for Health, for families of the State Public Schools Support Program, as they are a more vulnerable audience. The initiative involved the use of slide presentations, the "Myths vs. Facts" dynamic, focusing on proper nutrition and comorbidities associated with nutrition and COVID-19. At the end, pamphlets containing recipes for food repurposing were distributed, a topic that was also covered during the activity. It was noticed by the authors that the participants showed a lot of interest and were very engaged in discussions, from the beginning to the end of the activity, contributing to the continuity and objective of the action. Therefore, nutritional education was observed as a promoter of health, and a strategy for increasing food security and preventing comorbidities. Hence, continuous actions promoting food and nutritional education are necessary to encourage lifestyle changes and promote health through healthier lifestyle habits.

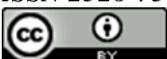
**Keywords:** covid-19; comorbidities; food insecurity; nutritional education; food reuse.

## 1 INTRODUÇÃO

Caracterizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma Pandemia, em março de 2020 (OPAS, 2023), a COVID-19 (do inglês *Coronavirus Disease 19*) pode apresentar complicações potencialmente letais. As anormalidades fisiopatológicas provocadas se tornam mais acentuadas na obesidade e comorbidades associadas, principalmente doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como diabetes mellitus e hipertensão arterial. Assim, o controle destes elementos pode melhorar o prognóstico da doença (Souza *et al.*, 2020).

A Insegurança Alimentar e Nutricional (InSAN) foi intensificada durante a pandemia, sendo as famílias em situação de vulnerabilidade social as mais atingidas (Pinheiro *et al*, 2022). Nesse cenário, o Programa de Apoio às Escolas Públicas do Estado (PAESPE) visa atender às necessidades da comunidade socialmente vulnerável, especificamente estudantes de escolas públicas, podendo também trabalhar com suas famílias (Universidade Federal de Alagoas, 2023).

Considerando a situação de vulnerabilidade a que o público atendido pelo PAESPE está exposto e o aumento da InSAN, foi realizada uma ação por alguns integrantes do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde), um programa que tem como perspectiva a inserção das necessidades dos serviços como fonte de produção do conhecimento e pesquisa nas





# IX JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

## SAÚDE DIGITAL: EM QUE PODEMOS AVANÇAR?

instituições de ensino e busca a qualificação dos graduandos, pós-graduandos e profissionais de saúde (Brasil, 2010), da 10ª edição e com a temática “Gestão e Assistência” (BRASIL, 2022).

Essa ação de educação alimentar e nutricional foi voltada aos pais e responsáveis de estudantes do PAESPE e desenvolvida com enfoque em alimentação adequada e comorbidades associadas à alimentação e à COVID-19, objetivando difundir conhecimentos e estimular a autonomia dos indivíduos presentes quanto à sua alimentação, consequentemente promovendo a saúde destes. O presente relato visa descrever a experiência das autoras na realização dessa ação.

## 2 DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A proposta da ação surgiu após a coordenação do PAESPE solicitar aos integrantes do PET-Saúde para planejarem uma ação voltada às famílias dos membros do PAESPE, com o intuito de expandir formas de reaproveitamento de alimentos e contribuir para o aumento da segurança alimentar, no que diz respeito ao ponto de vista higiênico sanitário e a meios secundários de acesso aos alimentos.

A ação foi pautada, especialmente, na criação de materiais, em forma de apresentação de slides e os conteúdos foram inicialmente abordados de maneira explicativa, dando espaço para que os participantes presentes falassem. Os temas trabalhados foram: Segurança alimentar e Insegurança alimentar; Equipamentos de segurança alimentar; Alimentos adequados do ponto de vista nutricional; Promoção de segurança alimentar no domicílio; Receitas visando o reaproveitamento de alimentos e a produção com menor curso: Carne de casca de banana; suco de casca de abacaxi; iogurte natural; crepioca; Comorbidades associadas à alimentação e o papel de uma alimentação saudável e adequada: Obesidade; Diabetes; Hipertensão; Comorbidades X COVID-19: Presença de comorbidades e a associação a piores prognósticos da COVID-19.

Objetivando promover a fixação e discussão dos conteúdos, foi elaborada uma dinâmica de “Mitos e Verdades”, sendo apresentadas algumas frases para que os participantes julgassem se diziam respeito a um fato ou um mito. Inicialmente, era aberto um espaço de discussão para defesa das opiniões, em seguida, era revelada a veracidade ou não da frase, juntamente com a explicação. As autoras notaram que os participantes demonstraram bastante interesse e foram muito participativos,





# IX JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

## SAÚDE DIGITAL: EM QUE PODEMOS AVANÇAR?

colaborando com a continuidade e objetivo da ação. Durante a apresentação das receitas para o reaproveitamento de alimentos, os participantes também compartilharam as experiências das receitas que já haviam feito e tiraram dúvidas sobre as apresentadas. Por fim, houve a distribuição de panfletos contendo as receitas, para que pudessem colocar em prática os ensinamentos compartilhados na ação.

A partir desta experiência, foi percebido o interesse dos participantes nos temas trabalhados e a existência de dúvidas relacionadas ao conceito de alimentação adequada e saudável, e também sobre como hábitos alimentares podem ser promotores de saúde ou doenças. Ao fim da atividade, os participantes manifestaram reconhecer a importância da ação, desejo e necessidade de mais momentos similares, além da vontade de modificar os hábitos alimentares considerando os conteúdos vistos, o que reforça o papel da EAN como promotora de saúde e reforça a necessidade de mais ações.

### 3 DISCUSSÃO COM REVISÃO DE LITERATURA

A COVID-19 pode se manifestar de diversas maneiras, podendo ser assintomática em alguns pacientes. Já em outros pode se apresentar como infecção média do trato respiratório superior e, em casos mais graves, pode levar a óbito. Dados mundiais apontam que DCNTs, como hipertensão, doenças cardiovasculares, DM e obesidade eram as principais comorbidades presentes em pacientes com a COVID-19 mundialmente, por conta dos elementos inflamatório, alterações na Enzima Conversora de Angiotensina 2 (ECA2) e hiperglicemia, comuns a essas doenças e agravadas pela COVID-19 (Souza *et al.*, 2020).

Essas mesmas DCNTs são desafios atuais da saúde pública e a complexidade do perfil nutricional que se desenha no Brasil revela a importância de ações de promoção da saúde, prevenção e tratamento de DCNTs, uma vez que, dentre as estratégias voltadas para dessas comorbidades, encontra-se a realização de ações voltadas à educação alimentar e nutricional (Brasil, 2014). A Educação Alimentar e Nutricional (EAN), como processo de diálogo entre profissionais da saúde e a população, é fundamental para o exercício de autonomia e autocuidado por parte dos indivíduos e objetiva auxiliar os mesmos a optarem por práticas promotoras de saúde (Brasil, 2012). Já se tratando da InSAN, Pinheiro e colaboradores (2022) observaram que a maior prevalência de famílias em situação de InSAN estava associada à baixa renda, além da associação com quadros de sobrepeso e obesidade.





# IX JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

## SAÚDE DIGITAL: EM QUE PODEMOS AVANÇAR?

Foi percebido pelas autoras que os participantes enxergaram o momento como propício para discutirem suas dúvidas e opiniões sobre os temas e obterem respostas confiáveis. Segundo Santos e Santos (2022) a EAN, além de estar voltada para ações educativas e de capacitação para a modificação de hábitos alimentares, é essencial para o desenvolvimento de uma consciência crítica e problematizadora, que propicie autonomia e empoderamento aos usuários. Além disso, é necessária a criação de estratégias, materiais de apoio e instrumentos pedagógicos que disseminem padrões de alimentação e nutrição. Necessita-se, portanto, mais pesquisas na área para o desenvolvimento de ações mais efetivas e voltadas aos objetivos da EAN.

### CONCLUSÃO

A ação com familiares de participantes do PAESPE foi baseada na observação da educação alimentar e nutricional como uma ferramenta intrínseca à promoção da saúde e à ampliação da segurança alimentar, além de desempenhar um papel preventivo no contexto das comorbidades de DCNTs.

Essa experiência corroborou com a necessidade de esforços contínuos, voltados para a educação alimentar e nutricional, além de destacar a importância da interseção entre educação, nutrição e saúde, como um caminho promissor para enfrentar os desafios impostos pela pandemia e suas ramificações.

Ações similares, têm o potencial não apenas de melhorar as vidas dos participantes diretos, mas também de contribuir para uma sociedade mais saudável.

### REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: obesidade**, Brasília, 2014. 212 p. Cadernos de Atenção Básica, n. 38. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno\\_38.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_38.pdf). Acesso em: 19 ago. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Série B, textos básicos de saúde). Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MTE4Nw==>. Acesso em: 19 ago. 2023.





# IX JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

## SAÚDE DIGITAL: EM QUE PODEMOS AVANÇAR?

BRASIL. **Portaria interministerial n° 421**, de 3 de março de 2010, institui o Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET Saúde) e dá outras providências. Brasília: Ministério da Saúde, 3 mar. 2010. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2010/pri0421\\_03\\_03\\_2010.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2010/pri0421_03_03_2010.html). Acesso em: 19 ago. 2023.

BRASIL. Programa de Educação pelo Trabalho para Saúde (PET-Saúde). 10ª Edição - Gestão e Assistência. Brasília, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sgtes/pet-saude/10a-edicao-gestao-assistencia>. Acesso em: 19 ago. 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Histórico da pandemia de COVID-19**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>. Acesso em: 19 ago. 2023.

PINHEIRO, A. da S. *et al.* Insegurança alimentar em tempos de Pandemia de Covid-19 no Brasil: Revisão de Literatura. **Investigação, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 11, n. 9, p. e28411931809, 2022. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i9.31809>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/31809>. Acesso em: 19 ago. 2023.

SANTOS, M. L. D dos; SANTOS, M. L. dos. A educação alimentar e nutricional como estratégia libertadora para promoção da saúde e empoderamento social. **Journal of Multiprofessional Health Research**, v. 2, n. 1, 2022. Disponível em: <https://journalmhr.com/index.php/jmhr/article/view/12/20>. Acesso em: 19 ago. 2023.

SOUZA, T. A. de; SIQUEIRA, B. S.; GRASSIOLLI, S. Obesidade, comorbidades e covid19: uma breve revisão de literatura. **Varia Scientia: Ciências da Saúde**, v. 6, n. 1, p. 72–82, 2020. DOI: <https://doi.org/10.48075/vscs.v6i1.25403>. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/variasaude/article/view/25403>. Acesso em: 19 ago. 2023.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS. Programa de Apoio às Escolas Públicas do Estado Centro de tecnologias. **Quem somos**. Maceió: UFAL, 2023. Disponível em: <https://ctec.ufal.br/extensao/paespe>. Acesso em: 19 ago. 2023.