

AÇÃO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE: BARRACA DA SAÚDE

Health educationAction: Health Tent

Liliane Santos Da silva¹; Tiago Emanuel Vieira Da Silva¹; MicnéiasRóberth Pereira¹; Issnara Barbosa Cavalcante Ribeiro¹; Ana Paula Grotti Clemente²

¹ Discentes do curso de Nutrição da Faculdade de Nutrição. Universidade Federal de Alagoas- UFAL

² Prof^a do curso de Nutrição da Faculdade de Nutrição. Universidade Federal de Alagoas- UFAL

Autor correspondente: Liliane Santos Da silva: liliane9157.s@gmail.com¹.

1. Introdução

A EAN é um campo de ação da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde e tem sido considerada uma estratégia fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos. Suas ações baseiam-se em diferentes abordagens educacionais e pedagógicas que propiciam o diálogo e a reflexão sobre aspectos relacionados a alimentação e nutrição ao longo da vida dos indivíduos.

O objetivo geral da atividade desenvolvida foi empoderar o público de estudantes, professores e donos das cantinas da Faculdade de Nutrição na escolha e oferta de lanches saudáveis. E com isto, responder o seguinte questionamento: é possível ter opções de lanches saudáveis, saboroso e de baixo custo? Para orientar o planejamento da atividade o princípio estruturante: “A Promoção do autocuidado e da autonomia”, presente no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas foi utilizado como norteador da ação, uma vez que a ação concentrou-se no fortalecimento da autonomia do público alvo na escolha e consumo de lanches saudáveis.

3. Metodologia

Relato de experiência, executado na Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Alagoas como atividade obrigatória da Disciplina de Educação em Saúde, pelos alunos do 4º período. A atividade de Educação Alimentar e Nutricional foi planejada e executada

por cinco alunos matriculados na disciplina. O público alvo da ação foi dimensionado como sendo os alunos, professores e proprietários das cantinas que circulam pelo bloco de Nutrição.

A execução da atividade aconteceu no dia 04 de outubro de 2018 para isso foi montada uma mesa no hall de entrada da Faculdade de Nutrição intitulada “Barraca da saúde”, visando possibilitar a exposição das preparações trabalhadas ao longo da atividade.

Nesta barraca, foram expostas preparações caseiras saudáveis e de fácil preparação, para demonstração, dimensionamento do tamanho da porção e posterior degustação. Como a atividade previa também demonstrar que existe opções de lanches saudáveis, de fácil preparação e com custo reduzido foi colocado ao lado das porções o receituário padrão de cada preparação exposta, o custo da preparação e o possível custo para revenda por porção. Como alternativa também foi exposta uma cesta de frutas com sugestão de preço para revenda de 1 real por unidade .

Para dar destaque a ação foi realizada a abordagem individual ao público enfatizando os benefícios da escolha de uma alimentação saudável e adequada nos lanches.

Para avaliação a posterior da atividade foi desenvolvido um questionário estruturado onde continha perguntas relacionadas a aceitação das preparações ofertadas e a inclusão destas preparações ao cardápio ofertado pelas cantinas da Faculdade de Nutrição. A análise dos dados dos questionários foi realizada de forma descritiva, com resultados expressos em percentuais, incluindo somente as respostas válidas.

4. Resultados e Discussões

Participaram da atividade 65 pessoas. Foi possível verificar que 90% do público aprovou a ação e considerou as preparações adequadas e gostosas, e a totalidade dos participantes acham fundamental a inclusão alimentos saudáveis e com valores acessíveis no cardápio das cantinas.

O resultado foi considerado positivo, devido a grande quantidade de aprovações, e também pelos comentários positivos dos participantes. Onde os mesmos relataram ter dificuldade para manter uma alimentação saudável no período que está na faculdade por falta de opções nas cantinas.

Tabela 2. Avaliação da ação de Educação Nutricional.

Perguntas	Sim	Não
	n (%)	n (%)
Faria em casa?	62 (95,4%)	03 (4,6%)
Compraria se vendesse na cantina?	62 (95,4%)	03 (4,6%)
Substituiria pelos salgados e doces?	61 (93,8%)	04 (6,2%)
Achou as preparações fáceis?	63 (96,9%)	02 (3,1%)
Preço acessível?	63 (96,9%)	02 (3,1%)
Aprova a ideia?	65 (100%)	00 (0,0%)

5. Conclusão

Com base nas informações coletadas através do questionário, o grupo concluiu que a inclusão de lanches mais saudáveis, nas cantinas em torno a Faculdade de Nutrição, pode ser possível. Isto levando em conta o grau de aceitabilidade dos alunos que participaram da degustação dos alimentos. Por fim, inferimos que além de melhorar a qualidade de vida da comunidade acadêmica, a comercialização desses produtos também traria benefícios para os comerciantes locais.

Palavras-chave: EAN; Educação em Saúde; Autonomia; Alimentação Saudável; Segurança Alimentar

Referencias:

FERNANDES, P. M. Metodologias participativas para ações de Educação Alimentar e nutricional. *Ideia na mesa*. Brasília, 2016.

BRASIL, Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília, 2014.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional. 2012.

Recebido em: 20/07/2018.

Aprovado em: 27/07/2018.