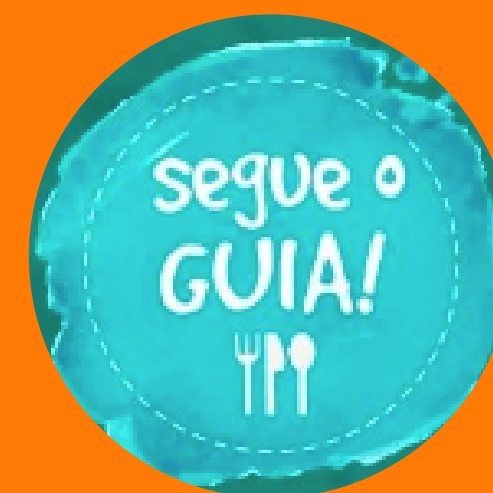




Oficinas sobre o Guia Alimentar: estratégias para disseminação das recomendações





O projeto "SEGUE O GUIA" visa a disseminação do Guia Alimentar para a População Brasileira entre os nutricionistas, principalmente àqueles que atuam na Atenção Primária à Saúde - APS ou na Educação, através do Programa Saúde na Escola - PSE ou Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE.

As estratégias apresentadas nesse documento foram identificadas nas discussões a partir das dezesseis Oficinas realizadas no ano de 2022, cobrindo todas as regiões do Brasil.



Para a validação desse material, enviamos um formulário online para todos os participantes, perguntando sua opinião sobre as estratégias identificadas, a partir dos estudos de caso discutidos durante as Oficinas.

Ao fim do prazo, totalizamos 77 respostas.

A maioria dos nutricionistas que respondeu ao formulário é do Estado de Minas Gerais (MG), seguido de São Paulo (SP), Rio de Janeiro (RJ), Paraná (PR) e Pará (PA). Além disso, a maior parte atua na Atenção Primária à Saúde - APS ou no Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE.

**"Acionar conselhos locais,
Capacitar professores,
Promover hortas nas escolas...
O material enviado expressa bem as
ações desafiadores que temos pela
frente.**

Segue o Guia!!!"

Kellen, APS, Minas Gerais.

**"Inserir como instrumento
obrigatório nas rotinas de serviço.
Monitorando seu uso como indicador
direto."**

Pamela, APS, Maranhão.

**"Aumentar a representatividade de
nutricionistas na Atenção Básica de Saúde.
Capacitação multidisciplinar sobre o Guia e a
classificação NOVA."**

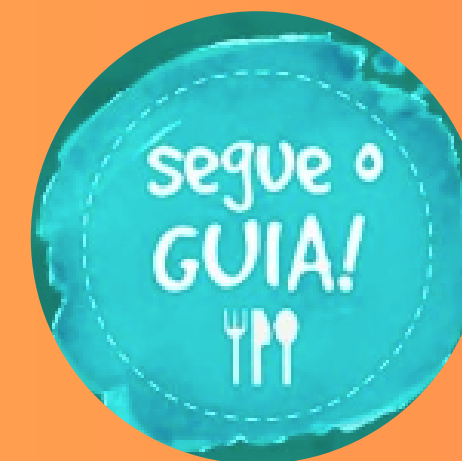
Alline, UBS, Paraná.

**"Acho necessário um maior desenvolvimento de educação
nutricional nas escolas tanto públicas quanto privadas. Os
alunos irão aprender com um profissional habilitado sobre
alimentação saudável e irão transmitir isso a família. No
demais, é importante mostrar a população sobre o nosso
guia, nas UBS, hospitais e demais unidades de saúde para
que a grande parte da população tenha conhecimento desse
guia e acesse-o."**

Quéren, SEE, São Paulo.



O que precisa ser feito para ampliar a disseminação do uso do Guia Alimentar na APS e nas escolas?



90%

dos respondentes concordaram com as estratégias identificadas nas Oficinas.

PUBLICIDADE E INFORMAÇÃO



Elaborar informe técnico sobre o Guia Alimentar e encaminhar para os parceiros.

Jogos como estratégias a serem usadas com os estudantes sobre alimentação.

Fortalecimento das ações intersectoriais do PSE entre os setores saúde e educação.

Palestras sobre o Guia Alimentar nas escolas e na UBS.

Trabalhar o tema de alimentação de forma interdisciplinar.

Projeto com teatro sobre alimentação saudável.

Problematização da publicidade dos alimentos e estudo dos rótulos dos alimentos.

Restringir comercialização de ultraprocessados nas escolas

PUBLICIDADE E INFORMAÇÃO



Hortas Orgânicas nas escolas.

Usar recurso do PROTEJA para impressão de materiais e parceria com a secretaria de educação.

Jornada de alimentação do FNDE.

Legislação para proibir a parceria entre escola e empresas de fast food.

Apresentar a preparação das refeições escolares aos estudantes.

Trabalhar o conflito de interesses das empresas no ambiente escolar.

Formar multiplicadores do Guia Alimentar e equipamentos de Segurança Alimentar e Nutricional.

Acionar Conselhos de Nutrição para dar suporte as ações.

PUBLICIDADE E INFORMAÇÃO



Projetos de Educação Alimentar e Nutricional no calendário escolar, com coordenadores pedagógicos, pais, estudantes.

Esclarecer o papel da escola na formação de hábitos saudáveis.

Oficinas Culinárias com os estudantes. Uso da classificação NOVA.

Sensibilizar a UBS sobre a importância da utilização do Guia Alimentar nas escolas e planejar um cronograma entre UBS e escolas.

Lanches saudáveis pelo menos 2x na semana nas escolas.

Realização de atividades relacionadas com a alimentação escolar, durante alguma ação pré-definida da Unidade Básica de Saúde (UBS).

Instrução normativa proibindo a entrada de produtos ultraprocessados nas escolas.

Capacitação dos professores sobre Alimentação e Nutrição.

CUSTO E OFERTA



Informar se existem cozinhas comunitárias, restaurantes populares e fazer parcerias com restaurantes da cidade.

Encaminhar para cursos profissionalizantes e ingresso no mercado de trabalho.

Desenvolvimento de hortas comunitárias.

Fomentar a economia local, Sazonalidade e Regionalidade.

Importância dos profissionais se apropriarem do Guia Alimentar e utilizá-lo para orientar as pessoas porque em muitas equipes não existe nutricionista.

Trabalhar o Guia nos eventos e encontros.

Manual da alimentação cardioprotetora, trabalhando e explicando de maneira dinâmica a melhor forma de se alimentar.

Trabalhar o conceito de alimentação saudável.

CUSTO E OFERTA



Implementar nos postos de saúde montagem sobre prato saudável.

Ajuda de custo para estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA).

Montar um mapa/diagnóstico das políticas públicas existentes. Fortalecer o público e a defesa do SUS.

O estado do Maranhão desenvolveu um informe técnico sobre o uso do Guia Alimentar e como trabalhá-lo.

Projeto Mesa Cheia.

Fortalecer o vínculo entre a equipe de saúde e educação no território.

Integração da UBS a outros projetos e ONGs. Participação da assistência social na inclusão das pessoas ao acesso aos direitos básicos.

Palestras sobre o conceito de Insegurança Alimentar.

CUSTO E OFERTA



Refletir sobre o desenvolvimento sustentável de hortas e o combate ao desperdício por meio do aproveitamento integral dos alimentos e oficinas culinárias.

Pensar sobre o grau de insegurança alimentar. Não se deve pensar só na quantidade e sim na qualidade.

Estratégias de atividades de Educação Alimentar e Nutricional.

Buscar com o Executivo, opções de implantação da agricultura familiar tanto para a produção e consumo próprio, quanto para a criação de um “banco de alimentos”.

Bom relacionamento com a agricultura, importância do cultivo e plantio de alimentos e incentivar o consumo de alimentos regionais.

Implementar mais nutricionistas nos postos de saúde.

Projetos intersetoriais com assistência social para geração de renda. Oficinas de geração de emprego e renda.

Melhorar a orientação com relação ao acesso aos serviços de saúde.

HABILIDADES CULINÁRIAS E TEMPO



Horta comunitária.

Parceira com o SESI.

Construção de materiais educativos.

Articulação com restaurantes populares.

Orientação sobre o aproveitamento integral de alimentos

Planejamento de despesas familiares.

Articulação com banco de alimentos.

Uso das Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs)

HABILIDADES CULINÁRIAS E TEMPO



Aproximação de outros setores para aquisição dos alimentos.

Oficinas culinárias.

Projeto "Cantina Nota 10" - Belém/PA.

Sugerir o uso de alimentos congelados.

Programa Feira Verde - Ponta Grossa/PR

Comunidade que Sustenta a Agricultura (CSA); realização de feiras agroecológicas.

Espaço com chefs de cozinha para apresentação das preparações.

Despertar o interesse e a criatividade culinária a fim de inserir crianças e adolescentes em preparações alimentares.

HABILIDADES CULINÁRIAS E TEMPO



Apresentar o Guia Alimentar para os gestores e professores.

Jogos educativos.

Aproveitar os espaços e parcerias com outros setores.

Elaboração de cadernos de receita.

Mapear os pontos de venda de alimentos e preço reduzido.

Valorização dos agricultores da região.

Aliar o trabalho do nutricionista com outros profissionais da saúde.

Orientação a programas governamentais.

HABILIDADES CULINÁRIAS E TEMPO



Oficinas com as famílias.

Inserir a equipe da escola no processo de EAN.

Sugestões de congelamento.

Parceria com os agricultores.

Verificar crianças com acesso ao PNAE.

Experiências de municípios com troca de recicláveis por hortifruti.

Utilizar os alimentos de forma integral.

Sensibilizar quanto ao uso do Guia nas escolas.

CLASSIFICAÇÃO DOS ALIMENTOS



Uso do Guia Alimentar como norteador; oficinas com o uso do Guia.

Estratégias evidenciando os benefícios de uma alimentação adequada e saudável.

Leitura de rótulo.

Educação nutricional.

Introdução alimentar com alimentos típicos da localidade.

Grupos de estudos.

Uso dos marcadores de consumo alimentar.

Trabalho intersetorial.

CLASSIFICAÇÃO DOS ALIMENTOS



Ações junto a população sobre os benefícios da adoção de hábitos alimentares adequados na prevenção e tratamento das DCNT.

Conscientização sobre alimentação saudável nas cantinas.

A cantina saudável pode ser rentável e sustentável.

Investir em estratégias de apresentação e precificação dos alimentos saudáveis.

Conscientizar os proprietários das cantinas sobre a importância da venda de alimentos em alinhamento com as orientações do Guia Alimentar.

Conceitos sobre processamento dos alimentos trabalhados com os estudantes por meio de estratégias de EAN.

Na escola, discutir o assunto através do uso de jogos interativos e de disciplinas, como a criação da "Você tem fome de que?"

Nas UBS, desenvolver ações na sala de espera.

Este material faz parte do projeto "SEGUE O GUIA", que é uma parceria entre a ASBRAN (Associação Brasileira de Nutrição), a OPAS (Organização Pan-Americana de Saúde) e a CGAN/MS (Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde) visando a disseminação do Guia Alimentar para a População Brasileira entre os nutricionistas, principalmente àqueles que atuam na Atenção Primária à Saúde - APS e na Educação, seja pelo Programa Saúde na Escola - PSE ou pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. As oficinas disseminadoras do Guia Alimentar foram realizadas em 2022, cobrindo todas as regiões do Brasil, totalizando 16 encontros e mais de 600 participantes.

Coordenação Técnica Geral: Ruth Cavalcanti Guilherme

Coordenação Técnica: Mônica Rocha Gonçalves e Shirley Silva Diogo

Colaboração Técnica: Amanda R. do N. Bezerra, Ana Luiza Rabelo Pires, Maria Eduarda Spinelli e Thaís Lenine de Albuquerque

