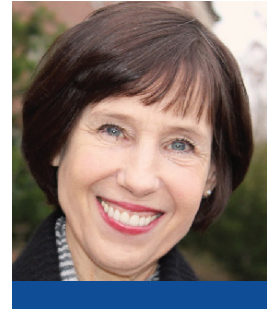


## Educação nutricional em creches, escolas e ambientes comunitários

**Presidente:** Mary Story (Universidade Duke)



**Apoio à alimentação saudável: efeitos sinérgicos da educação nutricional em combinação com mudanças políticas, sistemáticas e ambientais**

**Mary Story (Universidade Duke) descreveu os diversos fatores que influenciam o estilo de alimentação das pessoas e forneceu, portanto, orientações que incentivam comportamentos alimentares saudáveis.**

O comportamento alimentar é o resultado das múltiplas influências de diversos contextos e condições sobre todos os indivíduos. A melhora dos padrões de alimentação e do estilo de vida, além da redução da obesidade, requer não apenas a mudança dos comportamentos individuais como também do ambiente e das condições sociais nas quais as pessoas vivem, fazem escolhas e se alimentam.

Assim, qualquer tentativa de mudar o comportamento alimentar precisa considerar amplo espectro de fatores em diversos níveis.

Os fatores que influenciam o comportamento alimentar podem ser divididos em várias categorias principais: aspectos individuais, ambientes sociais, ambientes físicos e macroambientes. Em termos coletivos, esses fatores influenciam o que comemos, o local em que fazemos isso e a quantidade do que ingerimos. Para causar impacto real na população e na comunidade, é preciso fazer com que a escolha saudável seja também a escolha fácil, segura e acessível.

Há diversos exemplos de interações bem-sucedidas da educação nutricional com as estratégias políticas, sistemáticas e ambientais (PSE, do inglês *policy, systems and environment*) que tiveram efeitos benéficos nos

comportamentos alimentares. Alguns exemplos disso são os esforços federais realizados por meio de programas de assistência nutricional, rotulagem de alimentos e modificação dos ambientes de varejo dos produtos alimentares. Para fornecer o maior benefício de saúde possível à população, deve-se manter os modelos comprovadamente eficazes e implementar e avaliar novas abordagens promissoras nas comunidades carentes. A combinação de educação nutricional e de abordagens do tipo PSE é mais eficaz que qualquer dessas estratégias isoladas, e ambos os tipos de intervenção são necessários para reduzir a carga global de doenças crônicas relacionadas à dieta.

**“ A aceleração do progresso para aumentar o consumo de alimentos saudáveis, melhorar a qualidade da dieta e atingir e manter peso saudável requer abordagens em múltiplos níveis e setores por meio da combinação de esforços de educação nutricional direta e de intervenções do tipo PSE mais amplas. ”**

## Oportunidades em diversos níveis de melhora da educação nutricional em ambientes de assistência infantil

**Um número cada vez maior de crianças pequenas passa grande parte do tempo em ambientes de assistência e educação infantil. Dianne Ward (Universidade da Carolina do Norte) analisou a importância desses ambientes na formação de hábitos alimentares precoces.**

Nos EUA e na maioria dos outros países, os ambientes de assistência e educação infantil (ECEs, do inglês *early care and education settings*) atendem a grande número de crianças, que passam, depois de matriculadas, de 32 a 36 horas por semana e consomem de 50% a 75% da ingestão calórica diária nesses ambientes. Em consequência, os ECEs podem exercer influência considerável nos hábitos alimentares das crianças pequenas.

Assim, que estratégias podem ser usadas nesses locais para incentivar hábitos alimentares saudáveis nessa população? Uma forma prática de classificar tais estratégias é o uso do método dos quatro Ps: provisões, práticas, planejamento da educação e do alcance e políticas. As provisões se referem à oferta de alimentos e de bebidas saudáveis, assim como de um ambiente alimentar acolhedor. As práticas são definidas como o relacionamento que os professores e outros membros da equipe estabelecem com as crianças no que diz respeito à alimentação. O planejamento da educação e do alcance abrange o ensino de nutrição às crianças, o treino dos profissionais das equipes e o alcance das famílias para que se envolvam e incentivem hábitos alimentares saudáveis. Esse compromisso com a educação nutricional deve, por fim, ser formalizado por escrito.

Há muitos ECEs que não conseguem implementar todo o espectro de boas práticas de forma integral. Assim, uma medida importante é a mobilização dos profissionais de saúde e dos elaboradores de políticas no apoio aos ECEs para que promovam um processo contínuo de alimentação saudável, que tenha início na casa da criança, passe pela creche e pela escola e se estenda às fases posteriores da vida.

**O consumo de uma dieta saudável e o desenvolvimento de um relacionamento positivo com os alimentos são medidas importantes para orientar as crianças no caminho do bom estado de saúde, que perdure por toda a vida.**

## Educação alimentar e nutricional, políticas e treinamento nas escolas do Reino Unido

**Roy Ballam (Fundação Britânica de Nutrição) discutiu a educação nutricional no Reino Unido, destacando as principais áreas de melhoria.**

Embora as taxas cada vez mais elevadas de obesidade infantil constituam clara evidência da necessidade de medidas, essa é apenas a ponta do iceberg. A Pesquisa Nacional de Dieta e Nutrição indica que apenas 16% das crianças de 5 a 15 anos de idade consomem as porções recomendadas de frutas e vegetais por dia, e muitas não atingem a meta de 1 hora de atividades físicas diárias. Isso sugere problemas fundamentais não apenas nos hábitos alimentares dos indivíduos obesos/com sobrepeso como também na dieta da população como um todo.

O governo do Reino Unido implementou diversas medidas para resolver essa questão, como o imposto sobre o açúcar, o programa de reformulação de produtos açucarados e a atualização dos padrões de alimentação nas escolas. Não há, entretanto, recomendações específicas sobre a inclusão de educação nutricional nos currículos escolares formais. Embora teoricamente o currículo escolar do Reino Unido inclua "culinária e nutrição," os professores enfrentam, na realidade, limitações devido à falta de tempo, de orçamento e de recursos para fornecer esse tipo de conhecimento.

Os programas de promoção da saúde são utilizados para apoiar o consumo de alimentos e a adoção de nutrição saudáveis. Alguns deles são financiados pelas autoridades locais, enquanto outros são custeados por organizações sem fins lucrativos. Os programas bem-sucedidos são os que oferecem apoio holístico com base na perspectiva de "escola integral." Esses programas permitem que as escolas participem de iniciativas nacionais, implementem atividades de promoção da saúde e desenvolvam competências. Para gerar mudanças fundamentais, a educação nutricional deve estar integrada ao núcleo do currículo escolar e fazer parte das principais métricas de desempenho relativas a alunos, professores e escolas, de modo a possibilitar que esse conhecimento sobre saúde faça a diferença na vida das crianças.

**A educação sobre alimentação e nutrição deve ser obrigatória em todas as escolas. Os professores devem receber apoio profissional durante sua carreira e os indivíduos envolvidos no apoio à educação nutricional devem trabalhar em conjunto para tornar duradoura a diferença.**

## Esforços comunitários de educação e desenvolvimento de políticas de melhoria da saúde nutricional

**Patricia Crawford (Universidade da Califórnia, Berkeley) resumiu três estratégias principais que facilitam o acesso aos alimentos saudáveis.**

São necessárias mudanças fundamentais para melhorar o atual cenário nutricional e permitir que toda a população tenha acesso aos alimentos saudáveis. Diversas estratégias comunitárias se mostraram promissoras na promoção do aumento ao acesso da população aos alimentos saudáveis e na redução da disponibilização de alimentos menos saudáveis.

A primeira estratégia envolve a taxação de alimentos e de bebidas para desencorajar o consumo de opções menos saudáveis. Essa medida começou a ser implementada em muitos países há dez anos. Dados de estudos de avaliação feitos no México e na Califórnia documentaram redução significativa da compra de bebidas açucaradas, e o maior impacto foi observado nos lares de famílias de renda mais baixa.

A segunda estratégia baseia-se nos mesmos princípios, mas opera por meio de programas alimentares que atendem populações de baixa renda, como os programas de almoço escolar e os bancos de alimentos. Ainda recentemente os bancos de alimentos, por exemplo, redirecionavam itens alimentares às populações pobres sem considerar as orientações nutricionais. O entendimento maior dos benefícios dos alimentos nutritivos resultou na melhora da qualidade dos itens alimentares oferecidos através desses canais.

A terceira categoria de medidas envolve o ambiente de varejo dos alimentos. Essas medidas dividem-se, de modo geral, em três categorias: intervenções de preço na forma de incentivos, vouchers, cupons e descontos; iniciativas de acesso aos alimentos, inclusive a abertura de lojas novas e diversos programas de oferta de itens alimentares; e ações realizadas nas lojas, incluindo-se educação nutricional, disposição dos produtos e mudanças no estoque de alimentos e bebidas. O sucesso dessas medidas depende, em grande parte, da forma como são empregadas para aumentar o acesso dos consumidores aos alimentos saudáveis.

**Há evidências crescentes de que a mudança de ambiente do local de nutrição pode ser fator determinante do status de peso da população.**

## Filipinas: políticas governamentais de educação nutricional

**Com a implementação de mudanças das políticas relevantes, o governo das Filipinas avançou no combate à má nutrição da população do país. Mario Capanzana (Instituto de Pesquisa de Alimentos e Nutrição) explicou como isso aconteceu.**

Realizaram-se nas Filipinas, nas últimas décadas, mudanças importantes no sistema e no ambiente de nutrição. As taxas crescentes de obesidade e de má nutrição persistente destacaram a necessidade de medidas políticas que ajudassem as pessoas a fazer escolhas alimentares saudáveis.

O governo filipino implementou diversas políticas com o objetivo de incentivar a alimentação saudável. O Plano de Ação Filipino para a Nutrição (PPAN, do inglês *Philippine Plan of Action for Nutrition*), de 2017 a 2022, consiste em um plano de ação integrado e desenvolvido pela comunidade de nutrição nacional em diversos setores. O Ato da República (R.A.) nº 11.037 foi desenvolvido especificamente para combater a fome e a má nutrição entre as crianças filipinas. Por sua vez, as taxas crescentes de obesidade levaram ao desenvolvimento de diretrizes de incentivo a escolhas saudáveis de alimentos e bebidas em escolas e instituições de ensino de todo o país. A estratégia envolveu a criação de imposto sobre bebidas açucaradas para limitar o consumo de alimentos não saudáveis.

A indústria de alimentos também desempenhou papel importante na educação nutricional das Filipinas. Campanhas, como *NutritionSchool.ph* e *United for Healthier Kids* (U4HK), foram lançadas para promover a conscientização sobre nutrição e combater a má nutrição entre as crianças. A possibilidade de fazer a diferença em nível populacional depende do desenvolvimento de políticas realistas que permitam a participação de todas as partes envolvidas, inclusive do governo, da indústria privada e dos consumidores. Os casos de sucesso na superação de problemas complexos (como a redução do tabagismo) podem ser usados como exemplo de combate à má nutrição se envolverem os consumidores, o produto (commodities agrícolas, alimentos), o ambiente (varejistas, restaurantes) e a cultura (alimentação não saudável, *marketing*).

**Uma política governamental forte é crucial na implementação de um sistema de nutrição saudável, justo e sustentável que beneficie a todos.**