

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO  
CURSO DE NUTRIÇÃO**

LISIANE GIUSTI

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: INTERVENÇÕES A PARTIR DO  
MARCO DE REFERÊNCIA**

Porto Alegre, 2018

LISIANE GIUSTI

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: INTERVENÇÕES A PARTIR DO  
MARCO DE REFERÊNCIA

Trabalho de conclusão de curso de graduação  
apresentado como requisito parcial para  
obtenção do título de Bacharel em Nutrição, da  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul,  
Departamento de Nutrição.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Eliziane Nicolodi  
Francesato Ruiz

Coorientadora: M<sup>a</sup> Ana Luiza Sander Scarparo

Porto Alegre, 2018

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: ANÁLISE DE INTERVENÇÕES A  
PARTIR DO PRECONIZADO NO MARCO DE REFERÊNCIA DE EAN

Trabalho de conclusão de curso de graduação  
apresentado como requisito parcial para  
obtenção do título de Bacharel em Nutrição, da  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul,  
Departamento de Nutrição.

Porto Alegre,.....de.....de 2018

Comissão Examinadora, abaixo assinada, aprova o Trabalho de Conclusão de  
Curso, elaborado por Lisiane Giusti, como requisito parcial para a obtenção do grau  
de Bacharel em Nutrição. Comissão Examinadora:

---

Profª. Drª Maurem Ramos

---

Profª. Drª Tania Beatriz Iwaszko Marques

---

Profª. Drª Eliziane Nicolodi Francesato Ruiz

## **AGRADECIMENTOS**

Um agradecimento especial à minha orientadora professora Eliziane Nicolodi Francesato Ruiz e minha coorientadora Ana Luiza Sander Scarparo por aceitarem me orientar. Foram extremamente pacientes e compreensivas, e auxiliaram a construção deste trabalho. E também pelos ensinamentos que contribuíram para minha formação profissional e pessoal.

Ao meu pai, Alexandre, e minha mãe, Janete, que sempre incentivaram uma alimentação saudável. Eles que, também, sempre apoiaram minhas escolhas, incentivaram que eu estudasse e atingisse meus objetivos. Além disso, respeitaram a minha ausência durante tanto tempo. O apoio de vocês foi fundamental para a conclusão de mais este ciclo.

Às minhas irmãs Cristiane e Julia, que são minhas melhores amigas, sempre acreditaram no meu potencial, e fizeram de tudo para ajudar a conquistar objetivos pessoais e profissionais, e que também apoiaram minhas escolhas e incentivaram para que eu fosse ainda mais longe.

Ao meu marido, meu companheiro de tantos anos, que acompanhou toda a trajetória do vestibular até este momento, suportou todas as minhas angústias e receios e foi essencial para eu manter a calma e conseguir finalizar este trabalho. A pessoa que traz luz e alegria para minha vida e que conquistou muitas coisas ao meu lado.

“It is our choices, that show  
what we truly are, far more  
than our abilities.”

(J.K. Rowling)

## RESUMO

O presente trabalho objetivou revisar e analisar produções brasileiras sobre intervenções de Educação Alimentar e Nutricional com adultos após a criação do *Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas*. Realizou-se uma revisão da produção científica considerando como critérios de elegibilidade: intervenções de educação alimentar e nutricional, público alvo de adultos e ações/intervenções realizadas entre o período de 2012 a 2018. Para a análise utilizaram-se os seguintes elementos: o objetivo das ações de EAN, o público-alvo, a metodologia utilizada e os principais resultados dos estudos, a presença dos princípios do Marco de EAN nas intervenções realizadas nos estudos e uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos, que favorecessem o diálogo entre os participantes. Foram encontrados 82 artigos e destes selecionaram-se 10 artigos que responderam aos critérios de elegibilidade. Identificou-se que nove dos estudos apresentaram uma abordagem relacionada com um ou mais dos princípios do Marco. Porém, nenhum dos trabalhos analisados utilizou diretamente o Marco de EAN como referência na descrição metodológica ou o utilizou como uma base teórica. Além disso, quatro dos estudos analisados realizaram as ações com o uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favorecessem o diálogo entre os participantes. Com isso, destaca-se a necessidade de construção de novas perspectivas para as práticas de educação alimentar e nutricional e a necessidade de aperfeiçoar os estudos com a utilização do Marco como referência.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Alimentar e Nutricional. Marco de Referência de EAN

## **ABSTRACT**

The present work is aimed to review and analyze the Brazilian production on Food and Nutrition Education interventions with adults after the creation of Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas [Reference Landmark of Food and Nutrition Education]. A review of the scientific production was carried out considering as eligibility criteria: food and nutritional education interventions, target public of adults and actions / interventions carried out between the period of 2012 to 2018. For the analysis the following elements were used: the objective EAN actions, the target audience, the methodology used and the main results of the studies, which of the principles of the EAN landmark were present in the interventions carried out in the studies and use of problematizing and active educational approaches and resources that favored dialogue between the participants. We found 82 articles and 10 articles were selected that met the eligibility criteria. It was identified that, with 90% of the studies presented an approach related to one or more of the principles of the landmark. However, none of the studies analyzed directly used the EAN landmark as a reference in the methodological description or used it as a theoretical basis in the construction of the text. In addition, 40% of the studies analyzed carried out actions with the use of problematizing and active educational approaches and resources that favored dialogue among the participants. With this, it is necessary to construct new perspectives for the practices of food and nutritional education and also to improve the studies by using the landmark as reference.

**KEYWORDS:** Food and Nutrition Education. EAN Reference Landmark

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> Fluxograma das fases de identificação, triagem e seleção de artigos sobre intervenções de educação alimentar e nutricional.....	21
---	----



## LISTA DE QUADROS

<b>Quadro 1:</b> Princípios e suas abordagens contidas no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, 2 edição, 2014.....	15
<b>Quadro 2:</b> Descritivo objetivo das ações de EAN, o público-alvo, a metodologia utilizada e os principais resultados dos estudos.....	22
<b>Quadro 3:</b> Identificação dos estudos que abordaram o Marco e resumos dos princípios utilizados.....	28

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

**DCNT** -Doenças crônicas não transmissíveis

**EAN** -Educação alimentar e nutricional

**HAS** -Hipertensão arterial sistêmica

**IMC** - Índice de Massa Corpórea

**NASF** -Núcleos de Apoio a Saúde da Família

**PAT** - Programa de Alimentação do Trabalhador

**PNAE** -Programa Nacional de Alimentação Escolar

**PNAN** - Política Nacional de Alimentação e Nutrição

**PNPS** - Política Nacional de Promoção de Saúde

**UFRGS** - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

## SUMÁRIO

<b>1.INTRODUÇÃO</b>	11
1.1 Histórico da Educação Alimentar e Nutricional no Brasil	11
1.2 Contexto Atual da EAN no Brasil: A Implementação do Marco de EAN	13
1.3 Ações Educativas problematizadoras	16
<b>2. JUSTIFICATIVA</b>	
<b>3. OBJETIVOS</b>	19
3.1. OBJETIVO GERAL	19
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	19
<b>4. METODOLOGIA</b>	20
4.1 Critérios de elegibilidade:	20
4.2 Critérios de exclusão:	20
<b>5. RESULTADOS</b>	22
<b>6. DISCUSSÃO</b>	29
<b>7. CONCLUSÃO /CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	36
<b>8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	38

## 1. INTRODUÇÃO

A adoção de um conceito de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) considera aspectos desde a evolução histórica e política de EAN no Brasil, as concepções da alimentação e do alimento e a diversidade de saberes e práticas, confirmando uma ação que incorpore o conhecimento científico ao popular. O termo Educação Alimentar e Nutricional no lugar de Educação Nutricional ou Educação Alimentar vai ao encontro de ações mais amplas que compreendam questões relacionados ao alimento e alimentação, a produção, abastecimento e aspectos nutricionais (BRASIL, 2012a). Com isso, o Marco de Referência definiu a EAN como:

Educação Alimentar e Nutricional, no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, e um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar (BRASIL, 2012a, p.23)

A EAN pode ser desenvolvida por diversos profissionais, exceto em contextos que envolvam grupos ou indivíduos com alguma doença ou agravo que necessite de EAN como recurso terapêutico, pois, nestes casos, há a obrigatoriedade de profissionais com conhecimento técnico (BRASIL, 2012a).

### 1.1 Histórico da Educação Alimentar e Nutricional no Brasil

A EAN, no Brasil, vem passando, nos últimos anos, por diferenças modificações e sua análise histórica tem qualificado o direcionamento para práticas futuras. Olhar para a diversidade de compreensões, pensamentos e experiências vivenciadas por profissionais das mais diversas áreas, como educadores, técnicos,

estudantes e pesquisadores, permite a elaboração de novas práticas e conceitos aplicados à realidade atual do país (BRASIL, 2012a).

Nos anos de 1940 a 1970, as ações de EAN consideravam basicamente as necessidades biológicas. Desse modo, as políticas do governo brasileiro procuravam associar a distribuição de alimentos com as ações de caráter educativo, tendo como objetivo melhorar a nutrição e ampliar os conhecimentos sobre alimentação da população, sendo prevalente o binômio nutrição-educação (BOOG, 1997).

Durante as décadas de 1970 e 1980, se discutia que a renda era o principal problema que impedia a população de ter uma alimentação saudável. Com essa percepção, o governo utilizou programas de distribuição de alimentos (CASTRO; PELIANO, 1985). Na mesma época, ocorreu uma expansão do cultivo de soja e as orientações passaram a considerar o consumo desse alimento e seus derivados, com objetivo de resolver as questões de fome. Entretanto, essa estratégia apresentou resultados mínimos e até negativos. Esse é um exemplo de ação que apenas valoriza a dimensão nutricional dos alimentos e não considera aspectos sensoriais e culturais, evidenciando os interesses econômicos em ações de EAN (BRASIL, 2012a).

Devido às práticas de EAN desenvolvidas até então e que geraram resultados questionáveis, durante a década de 1990, elas foram pouco valorizadas como estratégia pública (BRASIL, 2012a). Porém, foi na sequência daquele período que as doenças crônicas começam a emergir, principalmente a obesidade, como um problema de saúde pública, e com elas a necessidade de se reposicionar as ações de EAN para a população brasileira.

Transformações econômicas, sociais e demográficas na população brasileira, a partir da década de 1990 e início dos anos 2000, promoveram uma diminuição da pobreza e da exclusão social e, conseqüentemente, da fome e da desnutrição. Porém, houve um aumento vertiginoso do excesso de peso, em todas as classes sociais da população, apontando para um novo cenário de problemas relacionados à alimentação e à nutrição, como a obesidade e comorbidades a ela associadas (BRASIL, 2012b).

Com este cenário de mudanças do padrão alimentar e aumento de excesso de peso na população brasileira, a “promoção de práticas alimentares saudáveis” surge em documentos brasileiros como estratégia vital para o enfrentamento dos

problemas alimentares e nutricionais, e as demandas de ações de EAN tornam a ter visibilidade (BRASIL, 2012a).

No início dos anos 2000, houve a implementação do Programa Fome Zero, que contemplava a EAN em duas frentes de atuação: uma delas era no Programa de Alimentação Escolar (PNAE) e a outra no Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT) (BRASIL, 2012a). A partir daquele momento, outros programas e ações governamentais surgiram com o objetivo de garantir alimentação saudável para a população brasileira e tinham, em seu escopo, as ações de EAN como estratégia para a promoção da saúde/alimentação saudável.

O novo Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014a), lançado pelo Ministério da Saúde, em 2014, traz um conceito atual sobre alimentação saudável. Mais do que um instrumento de EAN, o guia se insere dentro da estratégia global de promoção da saúde e do enfrentamento e do excesso de peso, que atinge a população brasileira.

A versão atual do documento orienta as pessoas a optarem por *alimentos in natura*, pelas refeições caseiras e evitem produtos prontos ultraprocessados. Também, há uma atenção especial às circunstâncias que envolvem o ato de comer, aconselhando-se regularidade de horário das refeições, escolher ambientes apropriados e, sempre que possível, comer em companhia. O novo guia dá grande importância às formas pelas quais os alimentos são produzidos e distribuídos, privilegiando aqueles cuja produção e distribuição seja socialmente e ambientalmente sustentável, como os alimentos orgânicos e de base agroecológica (BRASIL, 2014a).

Apesar da promoção de práticas alimentares saudáveis ser, atualmente, prioridade das políticas públicas de saúde, alimentação e nutrição do país, ainda não se conseguiu alcançar resultados satisfatórios na prevenção e no controle da obesidade (PEREIRA, 2015). O enfrentamento dessa situação requer que o Estado adote medidas e ações em todos os setores com o apoio e a participação da sociedade civil (BRASIL, 2014b).

## **1.2 Contexto Atual da EAN no Brasil: A Implementação do Marco de EAN**

Mesmo com a crescente valorização da educação nutricional nos últimos anos, tem-se o consenso da dificuldade de desenvolver intervenções de EAN, em função da escassez de referencial teórico, metodológico e operacional (SANTOS, 2012).

Com o objetivo de enfatizar a teoria e de respaldar a prática, em 2012, a Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional, do Ministério do Desenvolvimento Social do Combate à Fome, construiu, de forma coletiva, o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas.

Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas tem o objetivo de promover um campo comum de reflexão e orientação da prática, no conjunto de iniciativas de Educação Alimentar e Nutricional que tenham origem, principalmente, na ação pública, e que contemple os diversos setores vinculados ao processo de produção, distribuição, abastecimento e consumo de alimentos (Brasil, 2012a, p.15).

O Marco de Referência é considerado um suporte para os diferentes setores do governo utilizarem nas ações de EAN, e, com isso, obter melhores resultados e contribuir para o crescimento na qualidade de vida da população brasileira (BRASIL, 2012a).

De acordo com Cervato-Mancuso (2016), que realizou um estudo de revisão entre os anos de 2000 - 2012, o intuito das intervenções de EAN vem mudando ao longo dos últimos tempos. Antigamente, a EAN estava relacionada à distribuição de alimentos e ao aumento do conhecimento. Atualmente, o foco é a mudança de comportamento alimentar individual, com base científica. Compreendendo o comportamento alimentar como um resultado de relações sociais e culturais, a autora discute a importância das ações de EAN serem realizadas com a incorporação de metodologias baseadas nos documentos existentes, como o Marco (CERVATO-MANCUSO, 2016).

Segundo o Marco (BRASIL, 2012a), a EAN pode ocorrer em diversos setores e deve observar os princípios organizativos e doutrinários no campo na qual está inserida. Com isso, foram estabelecidos nove princípios para ações de EAN(quadro 1).

**Quadro 1:** Princípios e suas abordagens contidas no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, 2 edição, 2014

Princípio do Marco	Abordagem do Princípio
I - Sustentabilidade social, ambiental e econômica	A produção e a comercialização dos alimentos gera impacto social, ambiental e econômico. Este princípio sugere que, quando realizadas, ações de EAN devem promover uma alimentação saudável considerando as necessidades de indivíduos ou de populações, pensando em curto e longo prazo, tendo o menor impacto e sacrifício de recursos naturais renováveis e não renováveis, e que as relações econômicas e sociais sigam parâmetros éticos, justos e de equidade e soberania.
II – Abordagem do sistema alimentar, na sua integridade	Para que o indivíduo possa fazer escolhas mais conscientes, é necessário que uma ação de EAN englobe uma abordagem do sistema alimentar na sua integridade, que inclua o acesso à terra, à água e aos meios de produção, as formas de processamento e de abastecimento, de comercialização e de distribuição, assim a escolhas conscientes podem interferir nas etapas anteriores do sistema alimentar.
III – Valorização da cultura alimentar local e respeito a diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas	O Brasil tem uma particularidade regional no consumo de alimentos. As ações de EAN devem respeitar e valorizar a cultura alimentar, reconhecendo a riqueza e a variedade das preparações e combinações dos alimentos de cada região.
IV – A comida e o alimento como referências; Valorização da culinária enquanto prática emancipatória	Este princípio envolve e sugere que a ação de EAN deve levar em consideração o fato que o ser humano se alimenta não só de nutrientes e sim de preparações e alimentos que envolvem valores individuais culturais, afetivos e sociais. Quando a EAN aborda estes princípios ocorre um melhor vínculo entre o processo de aprendizado e as necessidades daquele indivíduo ou população.
V – A promoção do autocuidado e da autonomia	O autocuidado e a realização de ações dirigidas ao indivíduo ou ambiente com a finalidade de saúde e bem estar. Ações de EAN devem promover o autocuidado fazendo com que as pessoas se tornem agentes produtores de sua saúde, o indivíduo precisa conhecer e identificar o contexto de vida e com isso mudem e mantenham comportamentos que contribuam para sua saúde.
VI – A Educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos	Este princípio sugere que a EAN deve estar presente durante todo o ciclo de vida do indivíduo, pois conhecendo-a e compreendendo-a o indivíduo terá uma capacidade aumentada para interpretação e análise sobre as escolhas alimentares e assim realizando melhores escolhas.
VII – A diversidade nos cenários de prática	As ações de EAN devem ser desenvolvidas com estratégias e conteúdos que utilizem abordagens que se complementam de forma harmônica e sistêmica. Também deve estar disponível para ser utilizada nos mais diversos espaços sociais e para diferentes grupos populacionais.
VIII- Intersetorialidade	Ações que sejam realizadas com intersetorialidade podem ser mais eficientes e produzir soluções inovadoras quando que o convívio com os setores abre caminhos para que os esforços coletivos sejam mais efetivos e eficazes.



- IX- Planejamento,avaliação e monitoramento das ações
- e O planejamento das ações das EAN deve ser um processo organizado de diagnóstico, identificação de prioridades, elaboração de objetivos e estratégias para alcançá-los. Os profissionais e indivíduos precisam estar envolvidos com o processo, com isso as ações participativas tendem a ter melhores resultados, impacto e sustentabilidade das iniciativas,com metas estabelecidas os resultados podem ser alcançados, é imprescindível a participação das pessoas no processo decisório da ação.
- 

Fonte: elaboração própria

### 1.3 Ações Educativas problematizadoras

A educação “problematizadora” parte do princípio de que uma pessoa somente conhece bem algo quando o transforma, e que a mesma também é transformada durante o processo (BORDENAVE e PEREIRA, 2007). A educação problematizadora se baseia na inseparabilidade e dos contextos e das histórias de vida na formação de sujeitos, que ocorre por meio do diálogo e da relação entre alunos e professores, onde, todos os envolvidos são transformados durante o processo de aprendizagem. O autor enfatiza que, o professor deve atuar de forma problematizadora, questionadora, mas com postura respeitosa e gentil, desestimulando qualquer forma de discriminação e respeitando a diversidade entre os alunos. Na concepção freierana, ensinar é uma especificidade humana e ele prioriza a necessidade de o professor saber escutar o educando, sendo o diálogo a sua principal ferramenta de ensino. (FREIRE, 2011)

Santos (2006) conclue que a educação em saúde precisa ter como uma proposta desenvolver no indivíduo a capacidade de analisar de forma crítica sua realidade, como também buscar soluções e modificar situações. As ações de EAN necessitam ser realizadas com base na reflexão e diálogo pois, através do diálogo é possível desafiar os participantes a pensar em sua história e realidade social, mostrando a necessidade de superar determinados saberes que são insuficientes para explicar os fatos e situações (FREIRE, 2004, SCARPARO, 2017).

Ramos e Scarparo (2016) sugerem que, para a realização de uma ação de EAN, é importante problematizar com o grupo a realidade vivida, ou seja, trabalhar com reflexão coletiva, exercitando o questionamento e buscando soluções a serem trabalhadas. A prática problematizadora promove o diálogo entre profissionais e

indivíduos, assim como incentiva estes sujeitos a adotarem uma postura ativa, em seus ambientes políticos e sociais. Além disso, o diálogo e a problematização instigam a reflexão crítica entre os envolvidos, reforçando a pertinência da proposição de práticas mais dialógicas e dinâmicas, que instiguem uma maior participação popular (FERNANDES, 2010).

Cabe referir que, para mudar o comportamento alimentar, é importante desenvolver a capacidade crítica e reflexiva dos indivíduos, para que os mesmos possam identificar e analisar a sua alimentação, bem como os benefícios de uma alimentação saudável, e, assim, desenvolver a capacidade de buscar soluções a partir das dificuldades identificadas (RAMOS e SCARPARO, 2016; BRASIL, 2014a).

## 2. JUSTIFICATIVA

Com a crescente demanda para a realização de ações de educação alimentar e nutricional, houve um aumento na produção de documentos contendo estratégias para prevenção e controle de excesso de peso, assim como, orientações de alimentação saudável para a população brasileira. Um destes documentos é o Marco de Referência de EAN para Políticas Públicas, que constitui um referencial de reflexão e orientação prática.

O Marco de Referência confirma que a EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e os significados que compõem o comportamento alimentar. Neste sentido, destaca-se a necessidade de verificar a existência de produção científica que aborde os princípios, contidos neste documento, para as ações de Educação Alimentar e Nutricional.

### **3. OBJETIVOS**

#### **3.1. OBJETIVO GERAL**

Analisar a atual produção científica, no Brasil, sobre intervenções de Educação Alimentar e Nutricional com adultos, após a criação do *Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas*.

#### **3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

3.2.1 Identificar o objetivo das ações de EAN, o público-alvo, a metodologia utilizada e os principais resultados dos estudos.

3.2.2 Verificar quais dos princípios do Marco de EAN estavam presentes nas intervenções realizadas nos estudos.

3.2.3 Constatar se as ações de intervenção fizeram uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos, que favorecessem o diálogo entre os participantes.

## **4. METODOLOGIA DA PESQUISA**

Trata-se de uma revisão da literatura sobre estudos com intervenção de educação alimentar e nutricional. Os estudos foram identificados na base Portal periódicos CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior). A busca, realizada em 05/06/2018, considerou todos os documentos contendo o descritor “Educação alimentar e nutricional”, uma vez que este é o termo utilizado no MARCO DE REFERÊNCIA EM EAN. A busca limitou-se a artigos brasileiros, publicados entre 2012 e 2018, no idioma português e inglês.

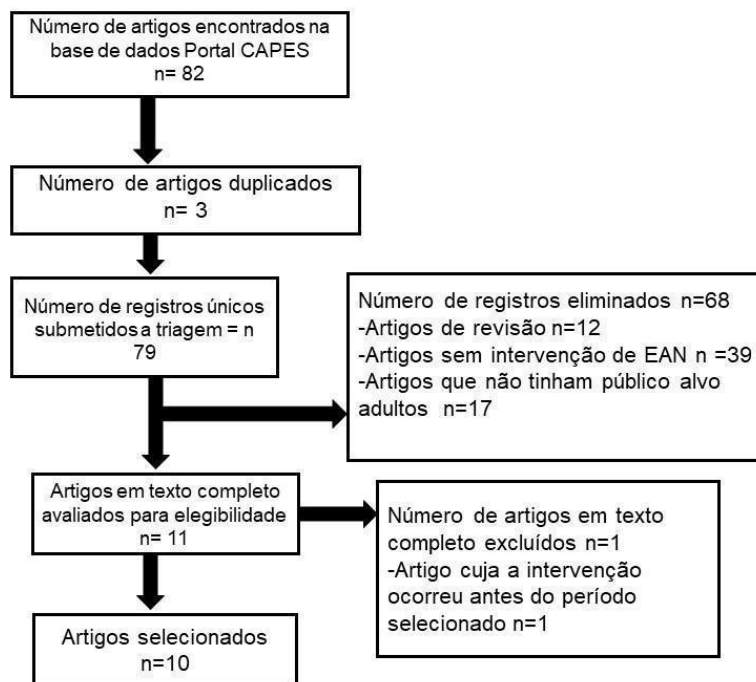
### **4.1 Critérios de elegibilidade**

Foram encontrados 82 estudos, que foram submetidos a um processo de triagem, realizado por meio da leitura de títulos e resumos. Foram selecionados artigos que continham: intervenções de educação alimentar e nutricional, o público alvo de adultos, ações/intervenções realizadas entre o período de 2012 a 2018. Foram selecionados, para a leitura completa do texto, 11 artigos.

### **4.2 Critérios de exclusão**

Na leitura de títulos e resumos, foram excluídos: artigos de revisão, artigos que não realizaram intervenções de EAN, artigos que não tinham adultos como público-alvo e artigos duplicados. Após, foi realizada a leitura dos textos completos, sendo excluído 1 artigo cuja intervenção de EAN ocorreu antes do período selecionado. A *figura 1* apresenta o fluxograma da seleção dos artigos.

**Figura 1** Fluxograma das fases de identificação, triagem e seleção de artigos sobre intervenções de educação alimentar e nutricional



Fonte: elaboração própria

## 5. RESULTADOS

Foram analisados 10 estudos que apresentaram intervenção de Educação Alimentar e Nutricional, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. O quadro 2 apresenta uma sistematização dos artigos quanto aos objetivos do estudo, ao público-alvo, à metodologia utilizada e aos resultados encontrados.

**Quadro 2:** Descritivo do objetivo das ações de EAN, o público-alvo, a metodologia utilizada e os principais resultados dos estudos.

<b>Autor</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Público Alvo</b>	<b>Período</b>	<b>Intervenção realizada</b>	<b>Avaliação da intervenção</b>	<b>Resultados encontrados</b>
<b>Beledelli et al., 2017</b>	Avaliar o perfil nutricional antes e após a aplicação dos Dez Passos da Alimentação Saudável e Dez Passos da Alimentação Adequada e Saudável.	Grupo de 22 praticantes de Pilates em uma academia do Norte do Rio Grande do Sul.	Janeiro a abril de 2016. (4 meses)	Aplicação de orientações dos Dez Passos da Alimentação Saudável no grupo 1 e Dez Passos da Alimentação Adequada e Saudável para o grupo 2.	Foi realizado avaliação antropométrica antes e após a intervenção.	Participantes apresentaram melhores resultados na avaliação antropométrica.
<b>Brito et al., 2017</b>	Relatar a experiência da implantação de práticas de educação alimentar e nutricional, em grupo, para pessoas com doenças infecciosas do Instituto Nacional de Infectologia Evandro Chagas-RJ	12 indivíduos portadores de doenças infecciosas e parasitárias com diagnósticos de excesso de peso e de síndrome metabólica	Abril a novembro de 2015 (8 meses)	Os participantes foram expostos a oficinas e dinâmicas, com atividades interativas, rodas de conversa e distribuição de folhetos explicativos sobre o tema abordado	Após cada encontro eram aferidos peso corporal e circunferência da cintura. No último encontro, por meio de uma dinâmica, os participantes foram questionados sobre hábitos que conseguiram modificar após o processo.	Participantes consolidaram seus conhecimentos e a autonomia para escolhas alimentares saudáveis e sentiram-se mais seguros e motivados em superar as dificuldades durante o tratamento nutricional.
<b>de Melo et al., 2016</b>	Relatar uma experiência de estágio de nutrição no NASF em Unidades de Saúde da Família	Usuários de duas Unidades de Saúde da Família. Palmas-TO	Maio a junho de 2015. (2 meses)	Foram realizadas apresentações participativas sobre alimentação saudável, rodas de conversa e atividades coletivas com grupos variados de usuários da Unidade	Em algumas atividades foi realizado um questionamento informal aos participantes, mas não houve avaliação inicial e final em todas as atividades.	Não foi possível identificar resultados das intervenções.

<b>Deus et al., 2015</b>	Avaliar o impacto de intervenção nutricional, em conjunto com prática de exercício físico, sobre o perfil alimentar e antropométrico de usuárias do Programa Academia da Saúde.	124 mulheres participantes do Programa Academia da Saúde de Belo Horizonte, MG	11 meses	A intervenção nutricional foi realizada com o uso de ilustrações por meio de materiais educativos e lúdicos, como réplicas, fotos de alimentos e medidas caseiras, além de jogos educativos e teatro, bem como de atividade física pelo educador físico.	Para analisar o impacto da avaliação foi considerado a evolução de indicadores dietéticos e antropométricos no início da intervenção e após o período de 11 meses.	Impacto positivo nos indicadores nutricionais, antropométricos e bioquímicos.
<b>Nascimento et al., 2016</b>	Descrever as atividades de Educação Alimentar e Nutricional realizadas com pacientes em Hemodiálise do Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora-MG	41 pacientes renais crônicos em Hemodiálise, antes do procedimento	Outubro a dezembro de 2014 (3 meses)	Foram realizadas oficinas, palestras dialogadas e dinâmicas interativas com a utilização de materiais visuais e lúdicos.	Avaliação subjetiva	As atividades educacionais melhoraram o conhecimento dos pacientes, o que foi comprovado por melhora nos níveis de fósforo sérico nestes pacientes.
<b>Frois et al., 2016</b>	Relatar a experiência da implantação de ações educativas sobre alimentação saudável entre profissionais de saúde na Estratégia Saúde da Família.	50 equipes de Estratégia Saúde da Família integrantes do projeto das Unidades Promotoras de Saúde, na cidade de Montes Claros – MG	Dezembro de 2014 a março de 2015 (4 meses)	Os participantes foram expostos a oficinas e dinâmicas que proporcionam participação ativa dos indivíduos.	Para avaliar o aprendizado adquirido foram aplicados questionários individuais sobre todas as atividades realizadas.	Esta ação proporcionou a construção de novos conceitos sobre alimentação saudável entre os profissionais de saúde.



<b>Machado et al., 2014</b>	Comparar o efeito de três estratégias de educação em saúde e nutrição sobre a adesão ao tratamento não farmacológico da hipertensão arterial sistêmica (HAS).	212 indivíduos com diagnóstico médico de HAS, acompanhados pelo Programa HIPERDIA.	julho de 2012 a setembro de 2013 (14 meses)	Foram realizadas oficinas, palestras dialogadas e dinâmicas interativas com a utilização de recursos diversos como cartazes, vídeos e demonstrações práticas. Nas visitas domiciliares, eram realizadas orientações práticas de acordo com a realidade de cada família.	Avaliação dietética, variáveis antropométricas, bioquímicas, pressão arterial, atividade física e informações sobre o consumo de alimentos, foram coletadas antes e depois das intervenções.	As três intervenções educativas obtiveram resultados positivos. Os resultados indicaram melhora nos parâmetros antropométrico, bioquímicos e dietéticos em todos os grupos.
<b>Gomes et al., 2013</b>	Avaliar o impacto de um programa de educação nutricional sobre o estado nutricional e conhecimento alimentar de pacientes com excesso de peso.	15 pacientes frequentadores de um grupo de educação alimentar para pessoas com excesso de peso.	Setembro a outubro de 2012 (2 meses)	Desenvolveram a educação nutricional por meio de aulas expositivas e conversas em grupo, discutindo diferentes temas referentes à alimentação saudável e aplicação de questionários para avaliar o nível de conhecimento dos pacientes.	Medidas antropométricas foram realizadas no início e no final da intervenção, bem como aplicação de um questionário para avaliar o nível de conhecimento antes e após cada encontro.	Redução das medidas antropométricas, com redução de peso, evolução no estado nutricional e melhoria no conhecimento sobre alimentação saudável.
<b>Pereira et al., 2015</b>	Relatar a experiência das atividades de educação alimentar e nutricional (EAN) desenvolvidas em pacientes com sobrepeso e obesidade.	46 pacientes com sobrepeso e obesidade graus I e II atendidos no ambulatório do Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora integrantes do projeto de extensão "Saúde na Balança".	Setembro de 2012 a setembro de 2013 (12 meses)	Os temas foram abordados nos encontros utilizando recursos materiais tais como réplicas e rótulos de alimentos, fotos, jogos de tabuleiro, competição, cruzadinha, memória e elaboração de receitas saudáveis.	Ao final de cada encontro os participantes recebiam uma ficha de avaliação para que pudessem dar a sua opinião sobre o conteúdo e estratégias utilizadas.	Os resultados foram positivos no que se refere à melhor compreensão das orientações nutricionais dadas nas consultas individuais dos participantes.

<b>Rosa et al., 2016</b>	Identificar e ampliar os conhecimentos sobre alimentos para contribuir na mudança de hábitos e práticas alimentares inadequadas de adultos jovens residentes de moradia estudantil em Porto Alegre RS	8 universitários de diferentes cursos da UFRGS, residentes da casa do estudante em Porto Alegre RS	3 meses	Foram realizados encontros semanais com o uso de materiais didáticos e conversas participativas sobre educação alimentar e nutricional.	Ao final do processo de intervenção foram aplicados questionários do comportamento alimentar, autoavaliação e avaliação do projeto para avaliar efetividade.	Foi possível identificar e ampliar os conhecimento sobre alimentos/alimentação o que contribuiu na mudança de alguns hábitos e práticas inadequadas dos participantes.
--------------------------	---	--	---------	---	--	--

---

Fonte: elaboração própria

Observou-se diversidade nos objetivos das intervenções de EAN. Três estudos (Brito et al., 2017; Do Nascimento et al., 2016; Pereira et al., 2015) tinham como objetivo relatar a experiência de implantação de práticas de EAN com grupos específicos. Frois et al. (2016) relataram a experiência da implantação de ações educativas sobre alimentação saudável entre profissional de saúde na Estratégia Saúde da Família; enquanto o trabalho de Melo et al. (2016) relatou a experiência de estágio de nutrição nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família, no qual o principal método utilizado foi a educação alimentar e nutricional.

Outros três estudos (Beledelli et al., 2017; Deus et al., 2015; Gomes et al., 2013) tinham como objetivo avaliar o impacto de intervenções de EAN com o grupo estudado. O trabalho de Rosa et al. (2016) teve como objetivo identificar e ampliar os conhecimentos sobre alimentos para contribuir na mudança de hábitos e prática alimentares inadequadas no grupo em estudo. O estudo de Machado et al. (2014) comparou e analisou 3 estratégias de educação em saúde para o grupo em estudo, Cabe referir que três estudos (Beledelli et al., 2017; Deus et al., 2015; Gomes et al., 2013) tiveram como proposta aliar a intervenção de EAN com a prática de exercícios físicos, durante o período analisado.

Ao analisar o público alvo das intervenções, verificou-se que os estudos trabalharam a EAN com grupos diversos, tais como: portadores de doenças infecciosas e parasitárias; pacientes com diagnóstico de excesso de peso e síndrome metabólica; participantes de um programa chamado Academia Saúde; pacientes renais crônicos em hemodiálise; profissionais de saúde que atuam na Estratégia Saúde na Família; indivíduos com diagnóstico de HAS; pacientes com

doenças crônicas não transmissíveis tais como excesso de sobrepeso e obesidade; indivíduos com excesso de peso; grupo de praticantes de Pilates; usuários de duas Unidades de Saúde da Família; e adultos - jovens universitários residentes em moradia estudantil. Essa diversidade no público alvo das intervenções, bem como nas regiões onde os trabalhos foram realizados, possibilitou analisar se as práticas da EAN, nestes diferentes cenários, utilizaram o Marco como referência para o seu desenvolvimento.

Quanto ao desenvolvimento da ação educativa, constatou-se que o período de duração variou de 2 meses a 14 meses e que a metodologia apresentada nos estudos foram realizadas de diferentes formas.

Observa-se que na grande maioria dos estudos, as ações de EAN foram realizadas no modelo de oficinas participativas, utilizando dinâmicas em grupo, como por exemplo as atividades de “verdadeiro ou falso” (Rosa et al., 2016 ) e “mitos e verdades” (Do Nascimento et al., 2016 e Rosa et al., 2016) sobre alimentação saudável. Constata-se que foram utilizados recursos audiovisuais, como slides e projeção multimídia e, também, uso de materiais, como, por exemplo, réplicas de alimentos e rótulos de produtos alimentícios. Além disso, foram utilizados cartazes informativos, atividades lúdicas, como cruzadinhas e jogos, e, ainda, elaboração de receitas saudáveis, na qual cada participante preparou uma receita saudável, com base nos aprendizados ao longo do processo, para confraternização ao final do último encontro.

As avaliações das intervenções ocorreram no pré e pós-intervenção, ou seja, foi avaliado o perfil antropométrico, perfil dietético (através de questionários de hábito alimentar) e perfil bioquímico, antes e após o período estudado, Gomes et al., 2013 e Machado et al., 2016 realizaram aferição da pressão arterial além dos demais indicadores. Dois estudos (Pereira et al., 2015 e Gomes et al., 2013) aplicaram um questionário ao final de cada encontro para analisar a efetividade da intervenção. Pereira et al. (2015) entregaram uma ficha de avaliação ao final de cada encontro com o intuito de que os participantes pudessem avaliar o conteúdo e as estratégias de educação utilizadas bem como sugestões para melhoria do projeto. Brito et al. (2017) realizaram aferição de peso e circunferência da cintura ao final de cada encontro para o acompanhamento da evolução dos participantes.

Quanto aos resultados, com exceção de um estudo (de Melo et al., 2016), todos os outros analisados referiram resultados positivos após a intervenção, com o impacto positivo nos indicadores nutricionais, antropométricos e bioquímicos. Além disso, relatam melhoria na adesão ao tratamento de indivíduos diagnosticados com sobrepeso, obesidade, hipertensão, doença renal crônica e síndrome metabólica. Pode-se também observar um impacto positivo no conhecimento e autonomia para escolhas alimentares mais saudáveis. Brito et al. (2017), por exemplo, destacam que os participantes consolidaram seus conhecimentos sobre alimentação, puderam desenvolver a autonomia para escolhas alimentares saudáveis e sentiram-se mais motivados a superar as dificuldades durante o tratamento nutricional.

Quanto ao uso de abordagens educacionais ativas e problematizadoras, identificou-se que em Brito et al. (2017) houve uma preocupação em estimular os participantes a refletir sobre as questões problematizadoras e limitações que impedem uma alimentação saudável, e com estes dados identificados, foi trabalhada a EAN sobre as perspectivas dos integrantes do grupo. Também foi identificado que Machado et al. (2014) trabalhou a EAN com um modelo de educação em saúde baseado na interatividade, no diálogo e na problematização da realidade dos indivíduos. Em Rosa et al. (2016) a intervenção baseou-se na teoria da dialogicidade descrita por Paulo Freire, considerando as características dos indivíduos, de maneira que a reflexão e o diálogo estivessem presentes em todos os encontros.

Frois et al. (2016), que trabalharam com profissionais de saúde na Estratégia Saúde da Família, ressaltou a importância de considerar o meio em que o indivíduo está inserido e utilizar estratégias para promover uma aprendizagem efetiva, embasada no pensamento reflexivo, dialógico, contextual, colaborativo e construtivo. Durante os encontros foi estimulado nos participantes um pensamento crítico na construção do conhecimento.

Com relação à análise dos princípios do Marco de EAN que estavam presentes nas intervenções realizadas, identificou-se que, com exceção de um estudo (Beledelli et al., 2017), todos os outros apresentaram uma abordagem relacionada com um ou mais dos princípios do Marco. Porém, nenhum dos trabalhos analisados utilizou diretamente o Marco de EAN como referência na descrição metodológica ou o utilizou como uma base teórica na construção do texto. O quadro 3 discrimina os dados identificados com relação aos princípios do Marco.

**Quadro 3:** Identificação dos estudos que abordaram o Marco e resumos dos princípios utilizados

Autor	Princípio(s) do Marco utilizados
Beledelli et al., 2017	Não utilizou o Marco
Brito et al., 2017	<p><b>Princípio III:</b> Durante as oficinas de EAN foi solicitado aos participantes que trouxessem receitas de preparações caseiras, assim valorizando especificidades culturais de cada participante.</p> <p><b>Princípio IV:</b> Os participantes foram estimulados que trouxessem receitas de preparações caseiras que consideravam saudáveis, estimulando a culinária como recurso para alimentação saudável.</p> <p><b>Princípio VI:</b> Os participantes foram estimulados a refletir sobre os principais fatores limitantes na adesão às orientações nutricionais.</p> <p><b>Princípio VII:</b> Os temas de encontro eram conduzidos de forma coordenada e as abordagens eram complementares às particularidades do grupo em estudo.</p> <p><b>Princípio IX :</b> Os temas das ações de EAN foram planejados em conjunto, e foram estabelecidas metas para serem alcançadas ao final da intervenção e ocorreu uma avaliação do processo.</p>
Melo et al., 2016	<p><b>Princípio VI:</b> Nas atividades realizadas os participantes foram incentivados a participar de maneira ativa com questionamentos e reflexões sobre o tema abordado.</p>
Deus et al., 2015	<p><b>Princípio IX:</b> Os temas das ações de EAN foram planejados em conjunto, respeitando o perfil dos participantes, o objetivo da intervenção era claro e ao final da intervenção e ocorreu uma avaliação do processo.</p>
Nascimento et al., 2016	<p><b>Princípio VII:</b> Os temas dos encontros realizados eram adequados ao cenário e à especificidades do grupo de participantes.</p>
Frois et al., 2016	<p><b>Princípio VI:</b> Durante as oficinas foi criado um espaço que propiciava a socialização e troca de experiências entre os participantes, estimulou-se o pensamento crítico na construção do conhecimento para garantir o empoderamento do sujeito.</p>
Machado et al., 2014	<p><b>Princípio VI:</b> A troca de vivências e experiências entre os participantes foi estimulada, o modelo de educação em saúde utilizado foi baseado na interatividade e no diálogo.</p> <p><b>Princípio VII:</b> A temática da intervenção levou em consideração a realidade da população atendida.</p>
Gomes et al., 2013	<p><b>Princípio VI:</b> Os integrantes do grupo foram estimulados a relatar os temas de interesse e foram trabalhados aspectos emocionais dos participantes, com o intuito de que a convivência e apresentação de vivências facilitem o aprendizado.</p>
Pereira et al., 2015	<p><b>Princípio VI:</b> Os temas abordados durante os encontros buscou uma participação efetiva dos participantes.</p> <p><b>Princípio IX:</b> O estudo realizou um diagnóstico para identificar quais aspectos relacionados à alimentação e à saúde eram de interesse dos participantes.</p>
Rosa et al., 2016	<p><b>Princípio IX:</b> Identificou-se que o estudo realizou um diagnóstico sobre temas de interesse dos participantes, foi aplicado um questionário para identificação do comportamento alimentar do grupo. Com estes dados levantados no diagnóstico, foi realizado um planejamento para que a intervenção abordasse os temas sugeridos pelos participantes.</p>

Fonte: elaboração própria

## 6. DISCUSSÃO

A seleção de artigos com a temática da EAN com adultos, no período de 2012 a 2018, partiu da necessidade de identificar e configurar as intervenções realizadas após a criação do *Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas*, no Brasil, bem como de verificar quais dos princípios do Marco de EAN estavam presentes nessas intervenções e constatar se as ações fizeram uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos, que favorecessem o diálogo entre os participantes. Neste sentido, visto o reduzido número de publicações encontradas que abordaram o conceito “Educação Alimentar e Nutricional” no período analisado, identifica-se a necessidade deste tema ser mais amplamente discutido.

É indiscutível a crescente importância da EAN e o aumento de produção de referenciais teóricos norteadores como o Marco de Referência (BRASIL, 2012a). Entretanto, mesmo que 9 dos 10 dos trabalhos analisados tenham indiretamente uma abordagem relacionada um ou mais dos princípios do Marco, chama atenção que nenhum deles utilizou o documento como referência.

Na maioria dos estudos identificou-se a utilização do **princípio VI**, o que sugere a educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos. Assim, acredita-se que estes estudos tiveram uma preocupação em fortalecer a participação ativa dos indivíduos incentivando a reflexão construtiva entre os mesmos, como identificou-se em Frois et al. (2016). No trabalho desses autores, foi criado um espaço que propiciava a socialização e troca de experiências entre os participantes, estimulando-se o pensamento crítico na construção do conhecimento para garantir o empoderamento do sujeito.

Não foi identificada a utilização dos **princípios I, II, V e VIII** do Marco nos trabalhos avaliados. **O princípio I**, que fala sobre sustentabilidade social, ambiental e econômica, sugere que, quando realizadas, ações de EAN, deve-se promover uma alimentação saudável considerando as necessidades individuais de indivíduos ou populações, pensando em curto e longo prazo, tendo o menor impacto e sacrifício de recursos naturais renováveis e não renováveis, e que as relações econômicas e

sociais sigam parâmetros éticos, justos e de equidade e soberania (BRASIL, 2012a). Em nenhum dos estudos o tema sustentabilidade foi discutido o que reflete uma deficiência no planejamento das ações, pois este é um tema atual e há uma necessidade de ser utilizado em diversos setores.

Com relação ao **princípio II** que sugere abordagens que discutam o sistema alimentar na sua integridade, não foi possível identificar que as ações educativas trabalharam este tema como um processo que abrange desde o acesso à terra, a água e aos meios de produção, processamento, abastecimento, comercialização e distribuição dos alimentos e a produção de resíduos (BRASIL, 2012a). Ou seja, não se verificam discussões em torno da alimentação saudável em uma concepção mais ampla e que poderiam orientar novas práticas e escolhas individuais mais conscientes.

O **Princípio V** também não abordado por nenhum dos estudos, segundo ele as ações de EAN devem promover o autocuidado, fazendo com que as pessoas se tornem agentes produtores de sua saúde. Intervenções com o tema autocuidado, precisam atuar de forma autêntica, revendo valores e princípios através da autorreflexão e exibindo comportamentos de cuidar (BRASIL, 2012a). Dessa forma, o cuidado de si, considerando a integralidade das dimensões corporais (física, mental e espiritual), passa a ser existencial e passa a ser sentido e vivido, passa a ser refletido no ambiente, pois ele expressa nossa forma de atuar, nossa atitude frente ao mundo, comunicando nossa forma de ser (SILVA, 2010). Com isso, se faz necessário, uma revisão das abordagens usuais no contexto de EAN, no sentido de promover o autocuidado dos indivíduos.

Notou-se, que em 6 dos 10 estudos analisados, a equipe que realizou a ação de EAN era composta somente por nutricionista e estudantes de nutrição. Já em Deus et al., 2015 e Pereira et al., 2015 houve participação de educadores físicos durante a ação. Esse dado faz refletir sobre o **Princípio VIII**, que sugere que as ações que são realizadas de forma intersetorial/interprofissional podem ser mais eficientes e produzir soluções inovadoras, pois o convívio com os diversos setores abre caminhos para que os esforços coletivos sejam mais efetivos e eficazes (BRASIL, 2012a). A Política Nacional de Promoção de Saúde (PNPS) reforça que a promoção da saúde como prática social intersetorial está diretamente relacionada à qualidade de vida e ao equilíbrio do processo saúde-doença. Esse documento

destacou que a promoção da saúde legitima a articulação sujeito/coletivo, público/privado, estado/sociedade, clínica/política, setor sanitário/outros setores, proporcionando rompimento com a fragmentação da abordagem do processo saúde-doença, suprimindo vulnerabilidade, riscos e danos que nela se produzem (BRASIL, 2006).

Ao se identificar que somente quatro dos estudos analisados realizaram as ações com o uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favorecessem o diálogo entre os participantes, destaca-se que esta abordagem ainda é incipiente, o que demonstra uma fragilidade metodológica e de planejamento das ações, pois, como é preconizado por Paulo Freire, o diálogo é fundamental para fazer com que os participantes possam refletir sobre sua história e realidade e assim buscar soluções (FREIRE, 2004). Esperança e Galisa (2014) consideram importante que o educador trabalhe com atividades em que os participantes sejam estimulados a refletir sobre os benefícios da adoção voluntária de práticas alimentares saudáveis. Considerando o atual papel da EAN, destaca-se a necessidade do favorecimento do diálogo nas ações propostas, uma vez que ele oferece sentido para as ações educativas e para o processo de mudança na alimentação das populações (SCARPARO, 2017).

Desse modo, demonstra-se a urgência para a construção de novas perspectivas para as práticas de educação alimentar e nutricional, considerando a EAN como um dispositivo de ações coordenadas (SANTOS, 2012).

Quanto aos objetivos dos artigos selecionados, cinco deles tinham por propósito a intervenção com base na adesão ao tratamento de doenças como a hipertensão arterial sistêmica e o excesso de peso, ou também trabalhar EAN com participantes renais crônicos em hemodiálise e participantes com doenças infecciosas. Nesses trabalhos, as ações de EAN foram fundamentais no tratamento e melhora nos níveis bioquímicos, antropométricos e dietéticos. Em outros cinco dos artigos selecionados, a intervenção foi realizada em grupo, sem necessariamente uma patologia associada, tendo como objetivo identificar e contribuir para mudança de hábitos e práticas alimentares e promoção da saúde.

Cervato-Mancuso (2013) confirma que a seleção adequada dos objetivos é o ponto fundamental para o êxito do programa de EAN, o que exige um conhecimento do público-sujeito, seus hábitos alimentares e todo contexto que vivem, realizado por



meio do diagnóstico educativo. Corroborando essa constatação, Esperança Galisa (2014) afirmam que é necessário ter claramente definido o que se espera atingir com ação, ou seja o objetivo, antes de iniciar o processo de EAN. Porém, a partir dos resultados encontrados nos artigos, também é possível afirmar que são necessárias mais ações e estudos que abordem a EAN para públicos sem patologias associadas e com o intuito de se trabalhar a promoção de saúde contextualizada na realidade dos indivíduos (FRANÇA, 2017).

Partindo-se do pressuposto que toda ação educativa deveria ser realizada com base no planejamento, ou seja, em um procedimento organizado de diagnóstico, identificação de prioridades, elaboração de objetivos e estratégias para alcançá-los. Um aspecto importante do planejamento de ações de EAN é a definição dos objetivos, pois estas serão as diretrizes que guiarão as atividades que serão realizadas (SCARPARO, 2017). O **princípio IX** do Marco de EAN (BRASIL, 2012a) reforça a pertinência do planejamento, da avaliação e do monitoramento das ações.

Nos trabalhos avaliados, observa-se a despreocupação com o processo como um todo, na medida que apenas três estudos utilizaram o princípio IX de forma explícita. Esse princípio reforça que seria necessário, também, que todos os envolvidos na ação (profissionais e público-alvo) estivessem envolvidos com o processo, pois as ações com metas estabelecidas de forma participativa tendem a ter melhores resultados, impacto e sustentabilidade das iniciativas (BRASIL, 2012a).

Para se executar um planejamento de intervenções educativas com o intuito de realizar uma intervenção de EAN é necessário primeiramente haver um diagnóstico, ou seja, uma demanda. O segundo ponto do planejamento é o que se pretende mudar com essa intervenção. O terceiro ponto é a definição do conteúdo abordado para alcançar os objetivos, a elaboração da metodologia e as estratégias. Por fim, a última etapa é a realização de tudo que foi planejado (FAGIOLI, 2006). Durante a elaboração do programa de EAN, alguns determinantes devem ser considerados, quais sejam: fatores individuais, sociais, econômicos e culturais. Tais determinantes influenciam diretamente as práticas alimentares (BRASIL, 2014c). Nota-se que esse pensamento vem crescendo, porém ainda se faz necessário mais publicações na área para que isso seja concretizado, bem como o fornecimento de ações de formação para os atores envolvidos com o planejamento e desenvolvimento das ações de EAN.

Quanto ao público alvo dos estudos, observou-se uma faixa etária variada, com indivíduos com idade igual ou maior de 18 anos e, em somente 2 dos estudos idosos estavam entre os participantes. As intervenções podem e devem ser específicas para as diferentes faixas etárias, pois sabe-se que isso proporcionará maior compreensão por parte dos indivíduos (FRANÇA, 2017). Porém, o que chama a atenção é que em nenhum dos estudos o foco principal era os sujeitos e sim a patologia associada. Outro elemento observado é que o sexo feminino teve destaque entre os participantes. Gomes et al. (2013) justificam a participação maior de mulheres pelo fato de serem as principais usuárias de serviços de saúde, em diferentes fases da vida, bem como por terem uma preocupação maior com a saúde quando comparadas ao sexo masculino.

Identificou-se que três estudos contemplam o preconizado no **princípio VII** que refere que as estratégias e os conteúdos das ações de EAN devem ser desenvolvidos de forma coordenada, por meio de abordagens que se complementem, e ainda devem estar disponíveis para serem utilizadas nos mais diversos espaços sociais e para diferentes grupos populacionais, ou seja, que condiz com o fato de que há uma necessidade de mais ações que abordem a temática. No trabalho de Do Nascimento et al. (2016) os temas dos encontros eram adequados ao cenário e especificidades do grupo de participantes. O desenvolvimento de ações e estratégias adequadas às especificidades dos cenários de práticas é fundamental para alcançar os objetivos de EAN (BRASIL, 2012a).

Na metodologia dos artigos analisados, identificou-se o predomínio do uso de palestras e métodos expositivos, e também oficinas. Além disso, constatou-se a utilização de recursos como cartazes, folhetos, réplicas de rótulos e alimentos, assim como a utilização de dinâmicas como “mitos e verdades” e “verdadeiro e falso”. Segundo Santos (2012), o uso de tais artifícios busca melhorar a interação do grupo com o tema exposto, porém acabam caindo em tipos de técnicas associadas a um modelo de educação tradicional, de transmissão de conhecimentos e verticalidade na relação entre educador e educando.

Em boa parte dos estudos, as ações realizadas não foram descritas em detalhes, dificultando o entendimento e análise das mesmas, o que corrobora o estudo de Santos (2012), quando discute que os estudos em EAN não costumam

descrever, de forma aprofundada, as atividades desenvolvidas no processo educativo.

Em apenas um dos estudos foi identificado o **princípio III**, que refere a importância de se inserir a cultura alimentar local nas ações de EAN, valorizando a diversidade étnica e cultural do Brasil. A alimentação faz parte da identidade e da cultura de uma população e discutir essa temática em uma ação de EAN enriquece os saberes e proporciona seu compartilhamento (BRASIL, 2012a). A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) chama a atenção para a importância do respeito à diversidade e à cultura alimentar, pois a alimentação brasileira, com suas particularidades regionais, é a síntese do processo histórico de intercâmbio cultural (BRASIL, 2012b). Há uma diversidade sociocultural no Brasil, reflexo de influências de práticas e saberes alimentares dos diferentes povos que constituíram nossa população, que precisam ser respeitadas nas ações de EAN.

Identificou-se que apenas um dos estudos abordou o **princípio IV**, que traz a temática da comida e do alimento como referência no lugar dos nutrientes e a valorização da culinária. Esse princípio vai ao encontro do que preconiza o Guia Alimentar para a População, ao orientar às pessoas a optarem por alimentos *in natura*, refeições caseiras no lugar de produtos prontos ultraprocessados. Também há uma atenção especial às circunstâncias que envolvem o ato de comer, aconselhando-se a regularidade de horário, ambientes apropriados e, sempre que possível, companhia (BRASIL, 2014a).

Nos estudos, a avaliação da intervenção se deu a partir de uma avaliação dietética (questionários), antropométrica e bioquímica, o que sugere que a intervenção induziu mudanças e isso pode ter sido comprovado através desses parâmetros. Porém, acredita-se que estas ações isoladas demonstram um resultado com durabilidade questionável, pois, segundo Friedrich, Schuch e Wagner (2012), intervenções isoladas não promovem mudanças no Índice de Massa Corporal (IMC).

Nos estudos analisados, o período da intervenção variou de 2 a 14 meses, sendo necessário, para avaliar mudanças mais duradouras, um acompanhamento por um período maior de tempo. França et. al. (2017) sugerem também que a simples avaliação do conhecimento adquirido por si só não leva à confirmação de mudança de comportamento alimentar dos sujeitos, sendo necessária uma

avaliação mais crítica da intervenção, partindo da complexidade dos sujeitos, não se apoiando apenas em resultados objetivos.

Os estudos apontam para intervenções com resultados positivos, destacando as mudanças relatadas quanto ao perfil alimentar, mudanças nos parâmetros bioquímicos e perfil antropométrico. Porém, questiona-se se estes resultados serão duradouros, considerando-se que não sinalizam para avaliações posteriores ao período das intervenções. Boog (2013) também refere que em boa parte dos estudos, os resultados apresentam apenas a mensuração de conhecimentos sobre nutrição ou a mudança de práticas alimentares. A autora critica esses dados, apontando a necessidade de avaliar dados não mensuráveis, visto que a alimentação é complexa e envolve outros fatores, como sentimentos e valores, muito além do alimento.

Por fim, a partir das análises, apreende-se que há uma necessidade de mais ações e estudos com o enfoque do Marco de Referência em EAN e em práticas problematizadoras. Cervato-Mancuso et al. (2016) sugerem que pensar em intervenção grupal é pensar em prática social, o que exigiria, assim, um profissional mais preparado e hábil para a realização da ação, bem como a utilização de referências reconhecidas tal como o Marco de EAN.

## 7. CONCLUSÃO /CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente texto buscou traçar o panorama atual da educação alimentar e nutricional após a criação do Marco de Referência. No passado, o intuito das políticas públicas e intervenções se centrava em distribuir alimentos e garantir que a população tivesse acesso a eles. Com o passar dos anos ocorreu uma inversão no padrão alimentar da população brasileira e viu-se a necessidade de trabalhar EAN com a finalidade de promoção da saúde e prevenção de surgimento de doenças relacionadas à má alimentação.

Com este cenário, em 2012, foi lançado o Marco de Referência de Educação Nutricional e Alimentar para Políticas Públicas, com o intuito de ser um documento de orientação prática para planejamento de ações de EAN. Nesse sentido, Identificou-se nas análises que, com exceção de um estudo (Beledelli et al., 2017), todos os outros apresentaram uma abordagem relacionada com um ou mais dos princípios do Marco.

Porém, nenhum dos trabalhos analisados utilizou diretamente o Marco de EAN como referência na descrição metodológica ou o utilizou como uma base teórica na construção do texto. Com isso é possível evidenciar, que para o planejamento das intervenções, não se demonstra a valorização do documento enquanto uma referência da área. Ou seja, não houve uma preocupação dos responsáveis pela ação de que a mesma abordasse, de forma mais ampla, as mais atuais diretrizes do Marco de Referência de EAN. Além disso, também não foram abordados temas emergentes na ciência da Nutrição como a sustentabilidade social, ambiental e econômica, a abordagem do sistema alimentar na sua integralidade, a cultura alimentar e valorização da culinária, bem como a reflexão, a autonomia e o conhecimento sobre alimentação entre os participantes..

Evidencia-se, também, que, embora haja uma preocupação crescente em relação às bases teórico-metodológicas que regem as ações educativas em alimentação e nutrição, elas também se situam em modelos tradicionais não abordando questões educacionais problematizadoras que façam o indivíduo refletir e agir frente a problemas.

Com isso, destaca-se a necessidade de construção de novas perspectivas para as práticas de educação alimentar e nutricional e a necessidade de aperfeiçoar os estudos mediante a utilização do marco como referência.

## 8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BELEDELLI, S.; SANTOLIN, M. Aplicação dos Dez Passos da Alimentação Saudável e Dez Passos da Alimentação Adequada e Saudável e Avaliação Antropométrica em praticantes de Pilates em uma academia do Norte do Rio Grande do Sul. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v.11 n. 67, Suplementar 1 p.910 -915. jan.-Dez.2017.

BOOG, M.C.F. Educação em Nutrição: integrando experiências. 1. ed. Campinas - Sp: **Komedi**, 2013. p.286

BOOG, M.C.F. Educação nutricional: passado, presente e futuro. **Revista de Nutrição**, v. 10, n. 1, p. 5-19, 1997.

BORDENAVE, J.D; PEREIRA, A.M. Estratégias ensino-aprendizagem. 28a ed. **Petrópolis**: Vozes; 2007.

BRASIL. Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional. **Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade: recomendações para estados e municípios** - Brasília, DF: CAISAN, 2014c 39 p.; 1. Política social. 2.

BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria da Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014a

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação- Geral de Alimentação e Nutrição. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2012b.

BRASIL. Ministério da Saúde MS. **Política Nacional de Promoção da Saúde**. Brasília: MS; 2006.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar Nutricional. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília- DF: Ministério da Saúde, 2012a.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Educação Alimentar e Nutricional: uma estratégia para promoção do Direito Humano à Alimentação Adequada**. Brasília: MDS, 2014c

BRITO, P. D.; GONÇALVES, J. L.; SILVA, P. S.; CARDOSO, C. S. A.; SILVA, M. P.; BACELO A. C.; ALMEIDA, C. F. Educação alimentar e nutricional para o controle de comorbidades em pessoas com doenças infecciosas. **Revista Brasileira de Promoção em Saúde**, Fortaleza, v. 30 p. 141-148 jan-mar 2017.

CASTRO, C.; PELIANO, A. M. Novos alimentos, velhos hábitos e o espaço para ações educativas. *In*: CASTRO; COIMBRA (Orgs.). **O problema alimentar no Brasil**. 1. ed. São Paulo: Unicamp, 1985. p. 195 -213

CERVATO-MANCUSO, A.M. et al. Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 26, p225-249, 2016

CERVATO-MANCUSO, A. M. Elaboração de Programa de Educação Nutricional. *In*: GARCIA, Rosa Wanda Diez; MANCUSO, Ana Maria Cervato (cord.). **Nutrição e Metabolismo: Mudanças Alimentares e educação nutricional**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013. p. 187 -197

DE MELO, M. P. F; BARBOSA, M. I. C.; SCHOTT E., MARTINS M. L. B. Núcleo de Apoio à Saúde da Família - NASF: Práticas de um acadêmico de nutrição. **Revista Eletrônica de Extensão**, v. 13, n.24, , 2016.

DEUS, R. M.; MINGOTI, S. A.; JAIME, P. C.; LOPES, A. C. S. Impacto de intervenção nutricional sobre o perfil alimentar e antropométrico de usuárias do



Programa academia da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, p. 1937-1946, jun. 2015.

Do NASCIMENTO, R. P.; AVARENGA, L. A.; DANELON ANDRADE, B.; DARIÚ, I. M.; DE AGUIAR, A. S. Relato de experiência: educação alimentar e nutricional com pacientes renais crônicos em hemodiálise. **Revista Nutrição Clínica die. Hosp.** p. 31-37, 2016.

ESPERANÇA, L.M.B., GALISA, M.S. Programa de Educação Alimentar e Nutricional: diagnóstico, objetivos, conteúdo e avaliação. *In*: GALISA, M.S., NUNES, A.P.O., GARCIA, L.S., CHEMIN, S.M. **Educação Alimentar e Nutricional: da teoria à prática**. Vila Mariana, SP: Roca, 2014.

FAGIOLI, D.; NASSER, L. **Educação Nutricional na infância e na adolescência: planejamento, intervenção, avaliação e dinâmicas**. São Paulo: RCN Editora, p. 31-41, 2006.

FERNANDES M.C.P.; BACKS, V.M.S. Educação em saúde: perspectivas de uma equipe da Estratégia Saúde da Família sob a óptica de Paulo Freire. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.63 P. 567-573, Julho-Agosto, 2010

FRANÇA C. J. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. **Saúde Debate**. Rio de Janeiro, v. 41, n. 114, p. 932-948, jul-set, 2017.

FREIRE P. *Pedagogia da Autonomia*. São Paulo: Editora **Paz e Terra**; 2011.

FREIRE, P. *Pedagogia da Autonomia*. São Paulo: **Paz e Terra**, 2004 (1996).

FREIRE P. *Pedagogia do oprimido*. 49a ed. Rio de Janeiro: **Paz e Terra**; 2005

FRIEDRICH, R. R.; SCHUCH, I.; WAGNER, M. B. Efeito de intervenções sobre o índice de massa corporal em escolares. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, n. 3, p. 551-560, jun. 2012.

FROIS S. F. B.; DOURADO, L. M.; PINHO, L. Promoção da alimentação saudável entre profissionais de saúde na atenção primárias. **Revista Brasileira de Promoção da Saúde, Fortaleza**, v. 29, p. 621-626, out-dez., 2016

GOMES, A.C.M.; PAUDARCO, C.D.; OLIVEIRA, R. G.; MORAIS, V. L.A. S. Impacto de estratégias de educação nutricional sobre variáveis antropométricas e conhecimento alimentar. **Revista Brasileira de Promoção em Saúde**, Fortaleza, v. 26, n. 4, p. 462-469, out.-dez. 2013.

MACHADO, J.C.; COTTA R.M.M; MOREIRA T.R; SILVA L.S Análise de três estratégias de educação em saúde para portadores de hipertensão arterial. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p. 611-620, fev. 2016.

PEREIRA M.A.; PEREIRA, A.A.; LEÃO, J.M.; LISBOA, L.C.V.; ELIAS, M.A.R.; GHETTI, F.F.; AGUIAR, A.S.; LUQUETTI, S.C.P.D. Desafios e reflexões na implantação de um programa de educação alimentar e nutricional (EAN) em indivíduos com excesso de peso. **Rev Bras Promoção Saúde**, Fortaleza, v 28, p 290 – 296, abri-jun, 2015.

RAMOS, M.; SCARPARO, A.L.S. Proposta Metodológica para o Planejamento de Programa de Educação Alimentar e Nutricional de acordo com os pressupostos de Paulo Freire. **X Seminário Nacional: Diálogos Paulo Freire - Democracia, sujeitos coletivo e a Pedagogia da Esperança [anais do evento]**. Porto Alegre - RS, 2016.

ROSA, P.B.Z.; GIUSTI, L., RAMOS, M. Educação alimentar e nutricional com universitários residentes de moradia estudantil. **Revista Ciência e Saúde**. p. 15-20 jan -abr., 2016.

SANTOS, L. A. S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 453-462, fev. 2012.

SANTOS A. S. Educação em saúde: reflexão e aplicabilidade em atenção primária à saúde. **Online Brazilian Journal of Nursing**, v. 5, n. 2 , 2006

SCARPARO, A.L.S. **Crenças sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde [tese]. Porto Alegre (RS), junho de 2017.

SILVA A. C. S, Promoção do Autocuidado de Idosos para o envelhecer saudável: Aplicação da Teoria de Nola Pender. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v.19 p. 745-53, out-dez, 2010.

SOUZA, E.B. Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. **Cadernos UniFOA**. v. 23, p 49-53, 2010.