



7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



Coletivo Nutrição

Área Temática: Saúde

Silvia Mara Silva França ¹, Júlio O. F. Melo ¹, Gabriel D. dos Reis ¹, Hosane A. Tarôco ¹,
Eric M. Garcia ¹, Amauri G. Souza Garcia ¹.

Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ)

Resumo: O artigo apresenta o projeto de extensão *Coletivo Nutrição*, da Universidade Federal de São João del Rei. O presente projeto justifica-se pela facilidade de veiculação das informações sobre nutrição em transportes públicos coletivos no município de Sete Lagoas-MG e pelo grande número de pessoas que interagirão com essas informações. Com isso, novos hábitos alimentares poderão ser assumidos pelos indivíduos que absorverem tais informações e diversas enfermidades associadas a aspectos nutricionais inadequados poderão ser controladas ou evitadas.

Palavras chaves: Nutrição, saúde, transporte coletivo.

Abstract

This article presents the extension project *Collective Nutrition*, from Universidade Federal de São João Del Rei. The present project is justified by the ease of divulgation of information on nutrition in collective public transport in the municipality of Sete Lagoas and by the large number of people who will interact with the information. Therefore, new food habits can be assumed by individuals who absorb such information and various illnesses associated with inadequate nutritional aspects can be controlled or avoided.

Keywords: Nutrition, health, collective transport.

1. Introdução

Nutrição é o processo pelo qual os organismos vivos utilizam as substâncias necessárias para a manutenção da vida [1]. Uma alimentação adequada é necessária para

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



suprir a necessidade energética dos organismos vivos para realizarem suas atividades vitais e manter uma boa saúde. Os hábitos alimentares dos humanos estão inteiramente relacionados a fatores culturais, políticos, sociais e econômicos [2]. Diversos problemas de saúde como anemia ferropriva, diabetes, hipertensão, xerofthalmia, desnutrição, doenças cardiovasculares, estão associados a inadequados hábitos alimentares.

Estudos realizados pelo ministério da saúde demonstram uma situação preocupante que a obesidade cresceu no país, atingindo o percentual de 17% da população. Em 2006, quando os dados começaram a ser coletados pelo Ministério, o índice era de 11%. O aumento atinge tanto a população masculina quanto a feminina. Na primeira edição da pesquisa, 11% dos homens e 11% das mulheres estavam obesos. Atualmente, 18% das mulheres estão obesas, entre os homens, a obesidade é de 16% [3]. As doenças cardiovasculares apresentam também uma grande preocupação, pois a cada dia apresenta um crescimento significativo; dados de 1988 demonstram que as doenças cardiovasculares (DCV) foram responsáveis pela maior proporção de óbitos no país [4].

Apesar de algumas doenças estarem relacionadas a fatores genéticos, há uma grande influência do sedentarismo, de hábitos alimentares inadequados ou da ingestão em menor quantidade necessária de determinados nutrientes [5]. Os padrões modernos da sociedade atual estão influenciando grande maioria da população a práticas alimentares inadequadas como excesso no consumo de açúcares simples, sódio, gorduras saturadas; sendo, portanto classificado como fome gorda.

Segundo os padrões veiculados de modo ordinário pelas mídias de comunicação em saúde e nutrição, os alimentos são tratados do ponto de vista nutricional como meros fornecedores de energia; é ensinada a nutrição irresponsável do “contar calorias”, sem se atentar para a qualidade nutricional dos alimentos. Desse modo muitos falsos negativos são exacerbados como dogmas na concepção da nutrição coletiva e isso acarreta uma série de problemas de saúde pública relacionados à nutrição.

O conhecimento sobre nutrição apresenta extrema importância, pois poderá auxiliar para diminuir os índices de doenças ocasionadas por hábitos alimentares inadequados [6]. Sendo assim o conhecimento nutricional representa o processo cognitivo individual relacionado à informação sobre alimentação e nutrição e, ao ser avaliado, permite mensurar

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



a aquisição de informações, possibilitando a elaboração de intervenções que visam a melhorar os conhecimentos e, conseqüentemente, os hábitos alimentares e atitudes [7, 8].

Considerando o exposto acima, este trabalho teve como objetivos informar à população usuária do transporte público no município de Sete Lagoas, aspectos bioquímicos e nutricionais da alimentação através de textos rápidos e didáticos expostos nas poltronas dos coletivos, promover a apropriação do conhecimento básico de química de alimentos, desmistificar conceitos enviesados sobre nutrição, reduzir e controlar enfermidades diversas. E por fim emponderar um grande número de pessoas com informações sobre nutrição e bioquímica através das possibilidades de ampliação do conhecimento ocasionadas pelo sistema de transporte público coletivo.

2. Metodologia

Para a execução do projeto primeiramente realizou-se uma reunião com o gerente da empresa responsável pelas linhas de ônibus do transporte público na cidade de Sete Lagoas apresentando o projeto para realizar uma parceria com a empresa e o mesmo foi aceito com êxito. Os textos foram elaborados de forma didática, breves, de fácil entendimento e utilizou-se grandes caracteres para facilitar a leitura, contendo informações sobre saúde, nutrição, alimentação e bioquímica, os textos foram trocados uma vez por mês e todos os meses anexados com novos temas e os mesmos foram impressos em formato A4. Os temas abordados sobre nutrição durante este período foram: Vitaminas e minerais, carboidratos e proteínas, digestão, absorção, transporte de nutrientes, lipídeos, produtos de origem animal e vegetal, compostos bioativos, frutos do cerrado, alimentos funcionais para fins especiais, alimentos industrializados, alimentos orgânicos, agrotóxicos, alimentos para atletas e nutrição e saúde.

As informações foram ilustradas para chamar mais atenção das pessoas que utilizam o transporte coletivo, os textos foram afixados nos ônibus de alguns bairros estratégicos de forma a abranger um número maior de usuários.

O material foi protegido em envelopes plástico transparente e afixados atrás das poltronas dos passageiros. Foram fixadas em média 23 cópias em cada ônibus, sendo que

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

as informações de cada cópia foram diversificadas. Assim, as informações nutricionais ficaram disponíveis para a leitura dos usuários do transporte coletivo do município de Sete Lagoas.

Para avaliar o resultado das informações veiculadas, foi aplicado questionários estruturados à população que utiliza o transporte público coletivo no município de Sete Lagoas esse o mesmo foi aplicado para uma amostra de 100 pessoas para realizar os estudos com base em análises estatísticas.

3. Resultados e discussão

Para melhor veiculação das informações o material foi afixado aos coletivos de forma alternada sobre os conteúdos dispostos em cada mês, de forma que uma pessoa que sentasse em bancos diferentes observavam algo diferente, figura 1 e 2.

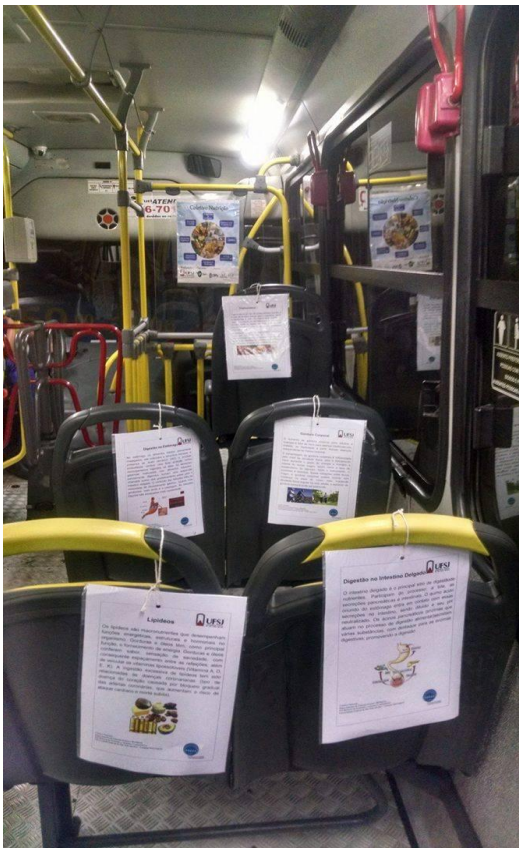


Figura 1: divulgação de informações nutricionais no ônibus coletivo. Fonte: Sílvia

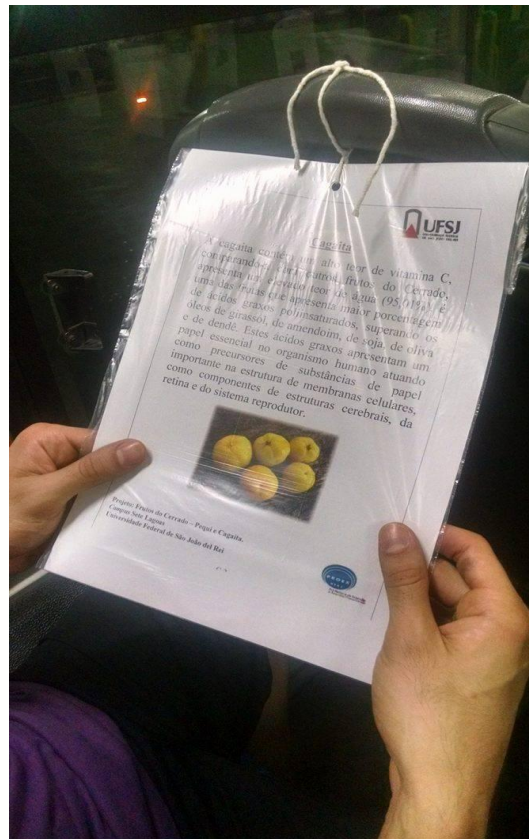


Figura 2: Usuário do transporte coletivo lendo informações nutricionais presente no ônibus.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

Para avaliar os resultados obtidos com o presente projeto, foi realizado um estudo com base no questionário aplicado a uma amostra da população que utiliza o transporte público do município de Sete Lagoas. Analisando o questionário aplicado aos usuários do transporte público coletivo municipal foi obtido os seguintes resultados:

A primeira pergunta do questionário foi a respeito de seu grau de formação: “Qual a sua formação?”. Como demonstrado no gráfico 1, a maior parte do público alvo que utiliza o transporte público tem um nível de escolaridade de ensino médio completo, são mais de 50% dos entrevistados.

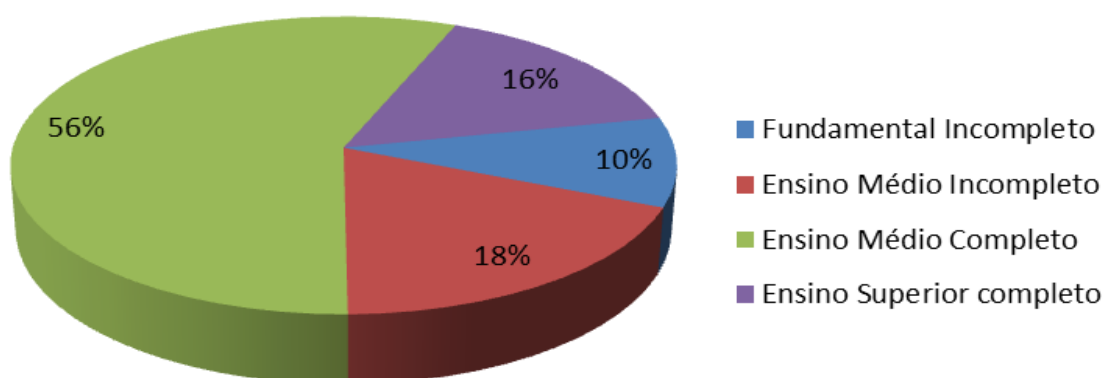


Gráfico 1: Índice de escolaridade dos

Outra pergunta que vale ressaltar foi “Sua alimentação é saudável?”, e como demonstrado no gráfico 2, a maioria dos usuários (82%) do transporte coletivo entrevistado adquirem um hábito alimentar que é considerado inadequado, mediante os seus conceitos essa é uma situação muito preocupante tendo em vista que uma alimentação inadequada pode influenciar uma grande preocupação de saúde pública pois desencadeia uma série de enfermidades.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016

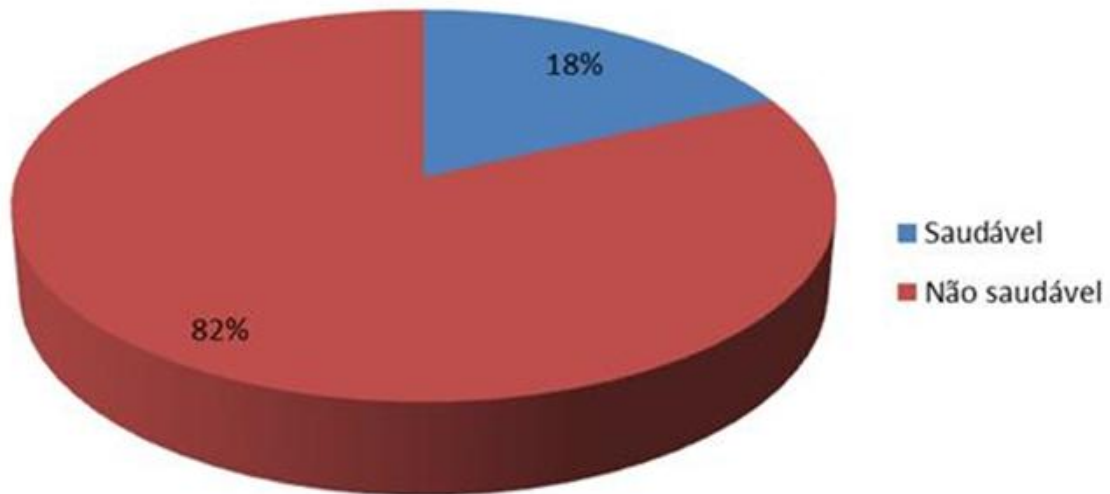


Gráfico 2: Como as pessoas consideraram seu hábito alimentar.

Os entrevistados foram questionados sobre a observação das informações e devido a recursos do projeto as informações veiculadas foram contempladas com apenas algumas linhas de ônibus estratégicas, mediante isto uma parte da população não observou os textos presentes nos mesmos. Mesmo assim foi uma quantidade considerável, em torno de 73%, gráfico 3, das pessoas entrevistadas observaram os anexos nas poltronas.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016

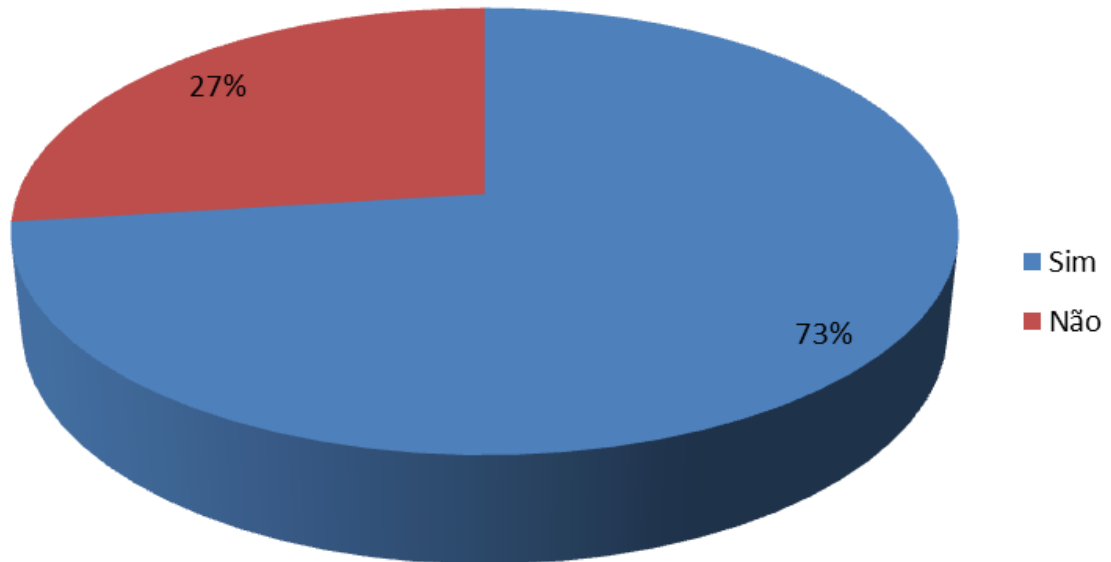


Gráfico 3: Índice das pessoas entrevistadas que observaram as informações presentes nos ônibus Coletivo.

E quanto a leitura, e mediante grande parte das pessoas utilizarem o transporte público em horários de pico, e mesmo com excesso de passageiros, foi proporcionado uma porcentagem relevante, 74% das pessoas conseguirem ler as informações veiculadas. Sendo que, este dado referente a frequência com que as pessoas utilizaram o transporte público, conforme gráfico 4.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016

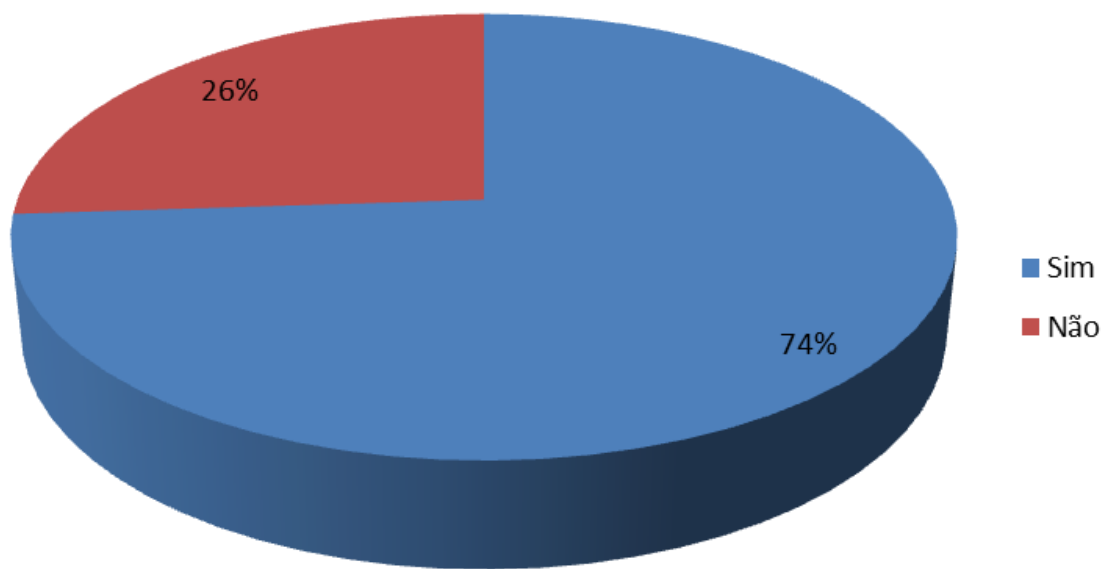


Gráfico 4: Índice das pessoas entrevistadas que conseguiram ler os textos.

A continuidade do questionário se procedeu para as pessoas que conseguiram ler as informações veiculadas, que foi constatado um pequeno índice de pessoas com um prévio conhecimento das informações divulgadas referente a nutrição apenas, aproximadamente 28%, tinham conhecimento sobre as informações, gráfico 5. Sendo que a maior parte 72% como foi relatado anteriormente, nunca tiveram acesso a esse tipo de informação antes; apesar de considerarem o conhecimento importante referente a nutrição, mas a maioria dos entrevistados até o momento não haviam procurado uma outra forma de se informarem sobre o assunto.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016

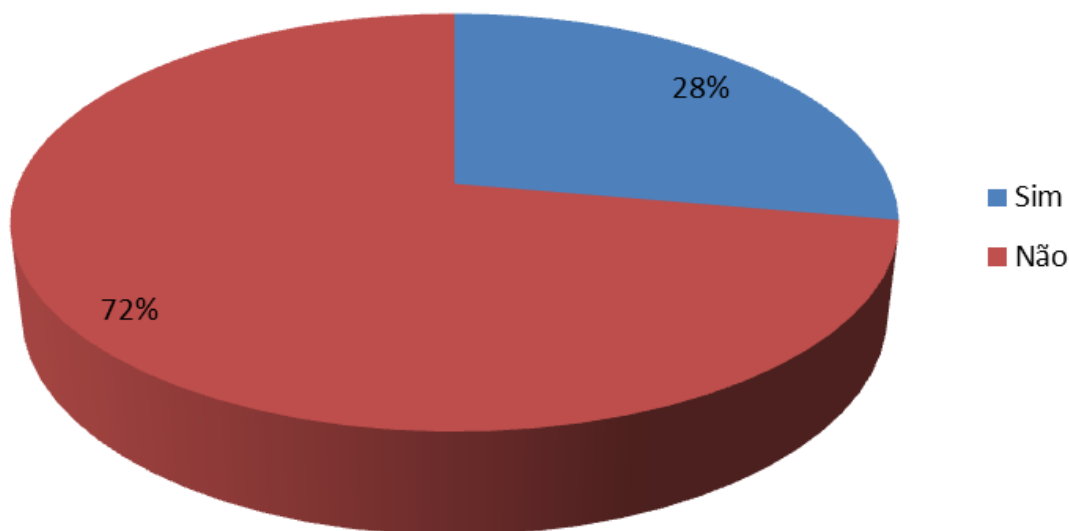


Gráfico 5: Índice das pessoas entrevistadas que já tinham prévio conhecimento aos assuntos presentes nos ônibus.

Dando continuidade ao questionário, esta foi unânime, 100% das pessoas acharam as informações veiculadas muito importantes, sendo que passaram a ver a necessidade para tal conhecimento, pois até então não haviam tido interesse para com o mesmo, gráfico 6.

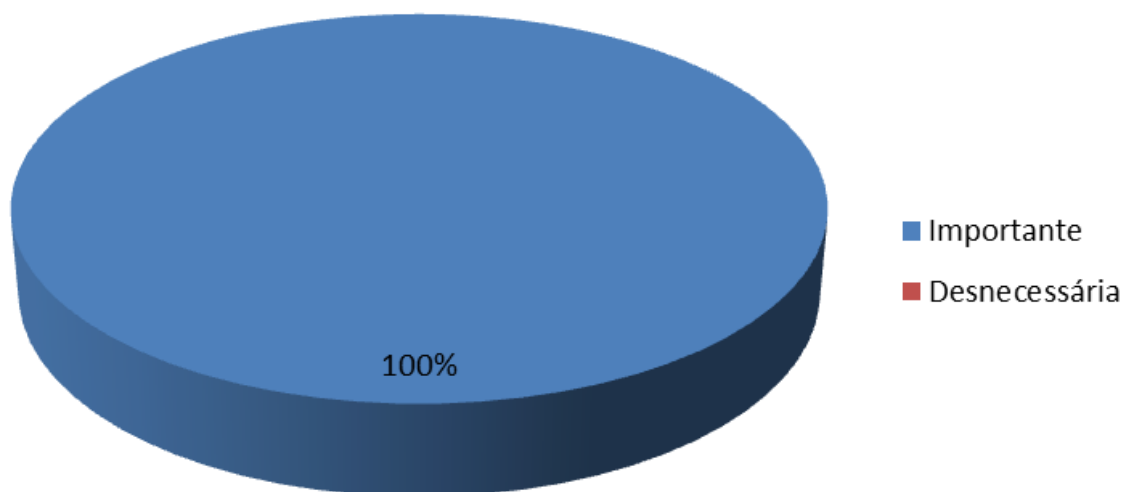


Gráfico 6: Como os entrevistados avaliaram as informações presentes nos ônibus.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

A partir do momento que passaram a ter contato com o conhecimento disseminado nas poltronas dos coletivos, foi que passaram a utilizar o seu tempo “vago” com um pouco de conhecimento referente a nutrição. Isto foi observado no gráfico 7 e 8, que se refere aos questionamentos, se estas informações influenciaram em seus hábitos alimentares, assim e que essas pessoas passaram a ver necessidade de obter melhores hábitos alimentares e consequente uma visão crítica referente as informações nutricionais presentes nos alimentos.

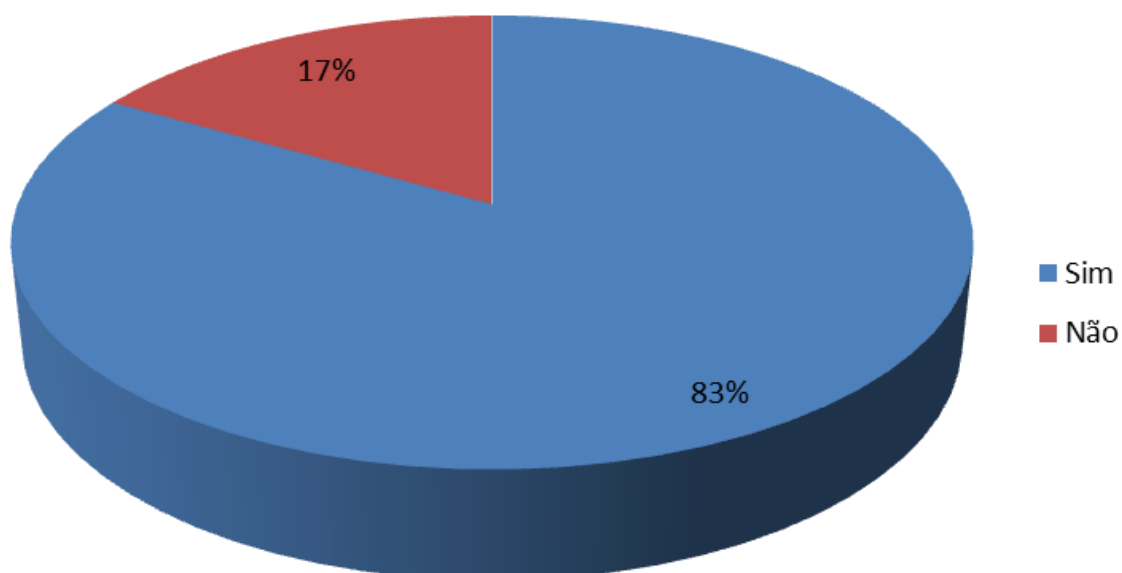


Gráfico 7: Influencia das informações em novos hábitos alimentares.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016

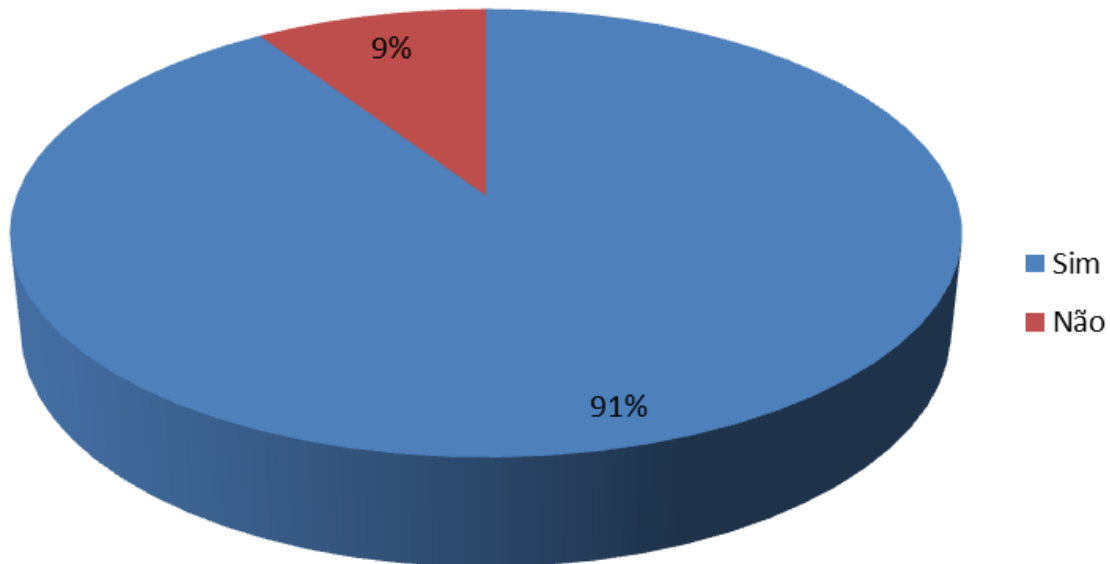


Gráfico 8: Impacto de observação em informações nutricionais.

Contudo o impacto das informações veiculadas foram muito satisfatórias e a reação das pessoas muito motivadora mediante aos dados obtidos no questionário e a análise do gráfico 9, em que 100% das pessoas relataram que o projeto deve ter continuidade.

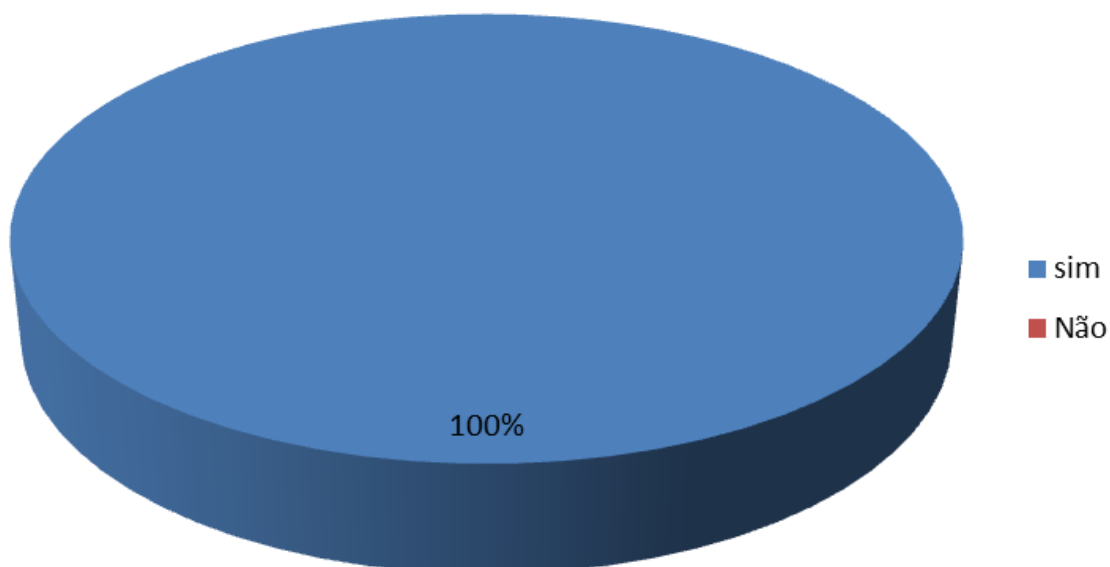


Gráfico 9: Opinião do público entrevistado se o projeto deve

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



Contudo a idéia do projeto que se iniciou é sempre idealizada por parte dos autores, por isso, pode-se dizer que na fase inicial foi um pouco difícil até o momento de acertar todos os detalhes, conseguir firmar as parcerias e etc.

Mas foi muito promissor depois de analisar os resultados e entrevistar alguns usuários dos coletivos, porque foi possível diagnosticar uma dificuldade, ou falta de conhecimento da população atingida sobre os aspectos nutricionais.

Tornando-se extremamente importante dar continuidade a este trabalho com outros tipos de informações sobre tratamento de água, conservação do meio ambiente, prevenção de doenças, limpeza de alimentos e etc.

4. Conclusão

O Coletivo Nutrição, esta na sua primeira edição e superou todas as expectativas de acordo com os resultados obtidos, foi possível identificar qual o grau de conhecimento dos usuários de ônibus em relação ao aspecto nutricional. Como um dos objetivos do projeto foi de veicular informações nutricionais, o mesmo cumprido com êxito, devido aos depoimentos que foram relatados por cada usuário dos ônibus e comentários que foram feitos a respeito. Alguns dos responsáveis e / ou envolvidos no projeto andavam nos ônibus e alguns colegas, percebiam que as pessoas sentadas começavam a ler, outras mudavam de poltrona para acessar nova informação...

Além de trazer algo diferente e de fácil acesso aos leitores, com uma linguagem adequada de fácil compreensão e comum no seu dia-a-dia.

Os resultados foram satisfatórios e todos os objetivos alcançados pelo questionário percebeu-se que todas as 100 pessoas que participaram da pesquisa, tinham algo a dizer, mesmo que não conseguiram ler, por falta de tempo, oportunidade, tinham tido o contato ou visto no ônibus coletivo. Foi possível perceber que aproximadamente acima de 80% dos entrevistados relataram mudanças em seus hábitos alimentares, e 93% acharam estas informações pertinentes que o projeto devia ter continuidade.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



5. Referências Bibliográficas

1. COSTA, B. Maria Neuza; PELUZIO, G. C. Maria. *Nutrição Básica e Metabolismo*. 1 ed. Viçosa: UFV, 2012.
2. Gaglianone CP; Taddei JAAC; Colugnati FAB; Magalhães CG; Davanço GM; Macedo L; Lopez FA. Nutrition Education in Public Elementary Schools of São Paulo, Brazil: The Reducing Risks of Illness and Death in Adulthood Project. *Revista de Nutrição*. 2006; 19(3):309-320.
3. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/index.php/o-ministerio/principal/portal-dent/mais-sobre-portal-dcnt?start=10>. Acesso em: 27 Fevereiro 2016.
4. Chor D, Fonseca MJM, Andrade CR, Waismann W, Lotufo PA. Doenças cardiovasculares: panorama da mortalidade no Brasil. In: Minayo MC, editor. Os muitos Brasis. 2a ed. Rio de Janeiro: Hucitec-Abrasco, 1999; 57-86.
5. Gaglianone CP; Taddei JAAC; Colugnati FAB; Magalhães CG; Davanço GM; Macedo L; Lopez FA. Nutrition Education in Public Elementary Schools of São Paulo, Brazil: The Reducing Risks of Illness and Death in Adulthood Project. *Revista de Nutrição*. 2006; 19(3):309-320.
5. Ramalho RA; Saunders C. O Papel da Educação Nutricional no Combate às Carências Nutricionais. *Revista de Nutrição*. 2000; 13(1):11-16.
6. Triches RM, Giugliani ERJ. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. *Rev Saude Publica* 2005; 39 (4): 541-7.
7. Nicastro H, Dattilo M, Santos TR, Padilha HVG, Zimberg IZ, Crispin CA, et al. Aplicação da escala de conhecimento nutricional em atletas profissionais e amadores de atletismo. *Revista brasileira de medicina do esporte* 2008; 14(3): 205-8.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



8. Candeias NMF. Conceitos de Educação e de Promoção em Saúde: Mudanças Individuais e Mudanças Organizacionais. *Revista de Saúde Pública*. 1997; 31(2):209-13.
9. Laurenti R, Buchalla CM, Caratin CVS. Doença isquêmica do coração. Internações, tempo de permanência e gastos. Brasil, 1993 a 1997. *Arq Bras Cardiol* 2000;74:6:483-7.
10. Wang Y, Monteiro CA, Popkin BM. Trend of obesity and underweight in older children e adolescents in the USA, Brazil, China and Russia. *Am J Clin Nutr* 2002;75:971-7.
11. Escrivão MAMS, Oliveira FLC, Taddei JAAC, Lopez FA. Obesidade exógena na infância e na adolescência. *J Pediat (Rio J)* 2000;76 Suppl 3:305-10.
12. Halsted CH. Alcohol: efectos clínicos y nutricionales. In: Ziegler EE, Filler JLJ, editors. *Conocimientos actuales sobre nutrición*. 7th ed. Washington: International Life Sciences Institute Press, 1997;584-93.
13. Santos LAS. Educação Alimentar e Nutricional no Contexto da Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis. *Revista de Nutrição*. 2005; 18(5):681-92.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:

