EDUCAÇÃO CRÍTICA EM SAÚDE: UM CAMINHO PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE E DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

AUTORES: Odaleia Barbosa Aguiar (Orientador), Susana Moreira Padrão (Co-Orientador), Francielle de Aguiar Xavier (Colaborador)

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação Saudável. Educação em Saúde. Promoção da Saúde.

RESUMO:
Uma alimentação saudável considera a variedade e a quantidade adequada dos alimentos consumidos, além do respeito ao hábito alimentar. Segundo o Guia Alimentar Para População Brasileira, deve ter como base alimentos in natura, recomendação em consonância com diretrizes da Organização Mundial da Saúde. Trabalhadores de restaurantes populares, local privilegiado para a realização de práticas educativas, estão regularmente expostos a informações sobre alimentação saudável. Entretanto, esses trabalhadores apresentam dificuldades para um consumo alimentar preconizado como saudável, o que pode justificar a prevalência de excesso de peso que vem aumentado no grupo. O objetivo deste estudo foi identificar a apreensão de informações sobre alimentação saudável e a percepção sobre o próprio consumo, após a realização de práticas educativas. Trata-se de um estudo qualitativo, realizado em um restaurante popular. Utilizou-se a técnica de entrevista semi-estruturada, e a partir de um roteiro com questões-guia foram discutidas as orientações sobre alimentação saudável e suas consequências para as práticas alimentares cotidianas. Procedeu-se a transcrição e a leitura do material, identificando-se se as orientações alimentares discutidas estavam presentes nas narrativas dos trabalhadores. Os trabalhadores referiram não se lembrar das orientações, sendo comum o comentário, “não me lembro”, “agora me foge”, ou então, as recomendações eram reproduzidas de forma automática: “comer de 3 em 3 horas”, “cuidado com a higiene”, não sendo relatadas alterações no consumo, como consequência das ações. É possível que o tipo de trabalho, que facilita o consumo, associado às condições socioeconômicas e aos hábitos alimentares, contribuam para a dificuldade identificada. Entretanto, considera-se que as ações educativas devem ser repensadas, sendo fortalecidos os pressupostos da educação crítica em saúde, que valoriza o diálogo, a problematização, a reflexão e a realidade concreta do educando.

Instituição de Ensino: Universidade do Estado do Rio de Janeiro

ISBN: 978-85-93416-00-2