

## **NUTRIÇÃO NA ESCOLA: ações do PET para prevenção das DCNT com adolescentes.**

Autora : Lessandra de Oliveira Pereira (lessandraoliveira16@gmail.com)

Orientadora: Heloisa Helena Duval de Azevedo

Programa de Educação Tutorial Grupo de Ação e Pesquisa em Educação Popular

Universidade Federal de Pelotas (PET GAPE / UFPel)

**Palavras-chave:** Saúde pública, Doenças crônicas, Nutrição, Educação Popular, Adolescentes

**Área de trabalho:** Bem-estar e saúde.

### **Resumo:**

O objetivo deste trabalho é apresentar a ação “NUTRIÇÃO NA ESCOLA: ações do PET para prevenção das DCNT com adolescentes”, cujo propósito é promover informações para adolescentes de 14 a 16 anos, em uma escola no município de Pelotas - RS, sobre as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), baseando-se nos propósitos da educação popular para a execução das atividades.

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são problemas de saúde de grande magnitude no Brasil, dentre as quais destacam-se as doenças do aparelho circulatório, câncer, diabetes e doença respiratória crônica, tendo estas como principais fatores de risco o tabagismo, consumo de álcool, inatividade física e alimentação inadequada (BRASIL, 2011).

Segundo os dados divulgados no Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das DCNT no Brasil 2011-2022, cerca de 72% das causas de morte são em virtude de tal incidência, sendo a população de baixa renda é a mais acometida em razão da desigualdade no acesso à informação.

O comportamento da população está em constante transição. Segundo Bezerra et.al (2018, p. 114) é durante a adolescência, com as diversas mudanças biopsicossociais e comportamentais dessa fase, que há uma maior vulnerabilidade para a inserção de comportamentos de risco de forma precoce podendo se estender por todo o ciclo vital, tendo em vista que os jovens adotam comportamentos de risco, com o avançar da idade tendem a ter uma maior predisposição às DCNT.

A alimentação saudável com adequado consumo de frutas, legumes e verduras reduz o risco das principais doenças crônicas não transmissíveis, e a alimentação quando inadequada, com alto consumo de gorduras, sal e açúcar eleva os riscos de obesidade e excesso de peso, problemas de saúde que cada vez mais afetam crianças e adolescentes (BRASIL, 2011).

De acordo com o art. 4º do Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990) é dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação (...). Complementando, o art. 71 cita que a criança e o adolescente têm direito à informação (...) que respeite sua condição peculiar de pessoa em desenvolvimento (BRASIL, 1990).

Com isso, a ação tem como propósito, a partir da problemática apresentada, informar aos adolescentes sobre as DCNT baseando-se nos conceitos da educação popular, a saber: dialogicidade para a construção da autonomia, educação crítica como caminho fundante e reforço a ação comunitária (CRUZ, NETO, 2014).

Baseando-se nisso é que a metodologia das ações irão acontecer em 4 etapas, a fim das informações gerarem diálogo, participação, dúvidas e autonomia quanto ao assunto. Será escolhido aleatoriamente uma turma com faixa etária entre 14 e 16 anos. Cada encontro terá uma hora e trinta minutos de duração equivalente a duas aulas ou períodos, em que no

primeiro encontro será aplicado um questionário com o objetivo de conhecer os adolescentes, saber seus hábitos e encontrar dúvidas à respeito das DCNT e seus fatores de risco.

O segundo encontro visa informar o que são as DCNT, as principais doenças e fatores de risco, com enfoque na prevenção através da alimentação adequada, usando como material PowerPoint e folhetos impressos com um resumo do material abordado. Com isso, o objetivo é sanar as dúvidas do primeiro encontro e abrir espaço para diálogo.

Já no terceiro encontro, com base nos 10 passos para uma alimentação saudável e adequada, será apresentado o que é uma alimentação adequada, o que são os industrializados, leitura dos seus rótulos e noções da quantidade de sal, gordura e açúcar nesses alimentos.

No final da ação, totalizando um mês de atividade, será aplicado outro questionário com perguntas semelhantes a do questionário inicial, com o objetivo de avaliar se as informações foram compreendidas e os jovens encontram-se em certo estado de autonomia para dialogar sobre o assunto, saber seus pontos de vista e relevância da ação em suas rotinas.

O projeto “NUTRIÇÃO NA ESCOLA: ações do PET para prevenção das DCNT com adolescentes” será aplicado a partir de março e a escola será escolhida de acordo com as atividades do PET GAPE logo no início do ano letivo.

O PET Grupo de Ação e Pesquisa em Educação Popular é um grupo multidisciplinar, constituído por diferentes cursos da Universidade Federal de Pelotas. Atualmente, esse é o primeiro projeto em que há uma acadêmica do curso de Nutrição, inclusive a primeira na área a integrar o grupo, com a inserção no programa no final de 2019 e ainda apropriando-se das questões de educação popular.

Em uma discussão com o grupo chegou-se ao consenso de inserir questões de educação popular, a fim de difundir os assuntos. Com isso, estima-se que o mesmo seja efetivo em seus objetivos, por ter uma metodologia ampla e didática. E a partir do questionário aplicado sua análise dará um respaldo referente aos comportamentos desses adolescentes, onde seus hábitos alimentares, familiares e outros cotidianos serão essenciais para a avaliação.

Portanto, em virtude dos assuntos mencionados, é de suma importância a promoção da saúde com jovens e adolescentes. Considerando que modificar maus hábitos de saúde já instalados na vida adulta são objetivos difíceis de serem atingidos. Porém, hábitos saudáveis adquiridos na infância e adolescência que se perpetuam na vida adulta podem contribuir para a prevenção primária das DCNT (Bezerra, 2018).

### **Referências:**

1. Brasil. Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. Brasília: MS; 2011.
2. Bezerra M., Lyra M., Santos M., Colares V., Menezes V. Fatores de Risco Modificáveis para Doenças Crônicas não Transmissíveis em Adolescentes: Revisão Integrativa. *Adolescência e Saúde*. 2018;15(2):113-120
3. Carvalho D., et.al. Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), Brasil, 2009 *Ciência & Saúde Coletiva*, vol. 15, núm. 1, 2010, pp. 3009-3019
5. Cruz PJSC, Melo Neto JF. Educação popular e nutrição social: considerações teóricas sobre um diálogo possível. *Interface (Botucatu)*. 2014;18 Supl 2:1365-1376.
6. BRASIL. Lei no 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br/>>. Acesso em: 29 fev. 2020.