

Uma análise do conceito de alimentação saudável no documento “Guia Alimentar para a População brasileira”.

Patricia Soares da Silva Lima¹

Petronildo Bezerra²

Resumo: A pesquisa trata-se de uma análise documental, de abordagem qualitativa, do “Guia Alimentar para a População brasileira” buscou investigar a contribuição da dimensão científica, cultural e socioeconômica no conceito de alimentação saudável presente no documento, apresentou uma discussão sobre como o conceito analisado pode ser ensinado nas escolas para tratar de alimentação saudável na perspectiva que ele propõe, além de uma discussão acerca da dificuldade de ensinar alimentação saudável nas escolas públicas para aquelas que não possuem ações que promovam uma qualidade e variedade nas merendas escolares.

Palavras-Chave: Análise documental, Alimentação Saudável, Guia.

1. Introdução

A pesquisa trata-se de uma análise documental, buscou trazer, evidenciadas, três das dimensões que baseiam o conceito de alimentação saudável proposto no Guia Alimentar para a população brasileira, foram elas, a dimensão científica, cultural e socioeconômica, bem como as conexões entre elas e as proposições apresentadas nele. Contemplou algumas das políticas públicas existentes no Brasil sobre alimentação, que se referem aos direcionamentos criados pelo governo para promover ações que reflitam diretamente na melhoria da saúde e qualidade de vida da população brasileira, apresentou também uma discussão a cerca de, como podemos utilizar o conceito de alimentação saudável do guia e as proposições contidas nele para embasar atividades no âmbito escolar, com o objetivo de refletir sobre hábitos

¹ Graduanda do Curso de Pedagogia- Centro de Educação- UFPE-paty_soares1993@hotmail.com

² Prof^o. Dr^o. do Departamento de Métodos, técnicas e fundamentos do ensino - UFPE- npk@uol.com.br

saudáveis, e abordá-lo na perspectiva que o documento propôs, ampliando o nosso olhar através de um novo direcionamento, sugerido no documento.

O guia pesquisado foi elaborado pelo Ministério da Saúde (MS), em conjunto com a Organização Pan- Americana da Saúde (OPAS), da OMS Brasil (Organização Mundial de Saúde- Brasil), que estabelece proposições que visam informar sobre hábitos alimentares considerados saudáveis, traçando recomendações para a seleção de alimentos, modo de preparo e de práticas que envolvem alimentação, como o tempo destinado a uma refeição, com o intuito de obter-se uma dieta tida como ideal (BRASIL, 2014).

No guia podemos observar algumas recomendações como: Diversifique os alimentos, reduza o consumo dos gordurosos e ultraprocessado³, trocando-os por alimentos *in natura*⁴, procure se alimentar acompanhado, cozinhe sua própria refeição, alimente-se em um ambiente tranquilo, crie hortas em sua casa ou apartamento (BRASIL, 2014), essas são algumas das proposições para a obtenção de uma vida mais saudável. Destacamos que, estas recomendações estão contempladas posteriormente na pesquisa.

Também foi investigada a questão socioeconômica abordada no guia, observou-se a contribuição dessa dimensão na construção do conceito de alimentação saudável proposto pelo documento, visto que, considerar a questão socioeconômica influencia diretamente nas proposições apresentadas e define a possibilidade de torná-las viáveis para pessoas que tem uma condição financeira desfavorecida.

No que se refere à cultura observamos a contribuição da mesma na construção do conceito de alimentação saudável apresentado no documento. Sabendo que o Brasil é um país multicultural e essa característica engloba diversos tipos de alimentos, nas várias regiões que o formam, torna-se necessário que o guia alimentar proposto para atender a todo o país, abranja essas especificidades das culturas existentes no Brasil, essa questão também foi observada durante o processo de pesquisa do Guia alimentar para a população brasileira.

Na pesquisa, foi examinada também, a amplidão dada à questão científica na elaboração do documento e como ela se desenvolveu e contribuiu para fundamentar as proposições apresentadas no guia, também contemplou uma discussão sobre a utilização dele no ambiente escolar, com ênfase nas escolas públicas, gerando o seguinte questionamento: *O conceito de alimentação saudável contido no “Guia Alimentar Para a População brasileira” contempla a dimensão cultural, científica e socioeconômica de uma forma que possibilite*

³ Alimento que passa por diversas fases de processamento, acrescido de sal, açúcar, óleo, farinha, além de substâncias que são utilizadas exclusivamente para o uso industrial, produzidos artificialmente.

⁴ Alimento em sua forma natural, sem processamento.

aplicabilidade viável através das proposições contidas nele? Além disso, é um documento que pode ser utilizado como aporte teórico na abordagem do tema “Alimentação saudável” em escolas públicas?

2. Algumas considerações sobre o conceito de alimentação saudável.

Iniciamos a pesquisa abordando a princípio o que podemos conceituar como sendo “Alimentação Saudável”. Como ponto inicial da discussão, devemos considerar primordialmente que este conceito dela (alimentação saudável) não é algo estático, delineado e definido simplesmente por um consumo de quantidades fracionadas, com determinado valor calórico ou pela ingestão de algum alimento em detrimento dos nutrientes presentes nele, não que esse fator (nutriente) deva ser desconsiderado, porém, não devemos olhar o alimento só por essa perspectiva, sem considerar os outros direcionamentos que vão além de ser uma fonte de nutrientes, incluindo também, o próprio papel histórico-cultural, que o alimento possui como abordam (RIZZOLO; RECINE; FÁTIMA) que dizem:

Os alimentos têm gosto, cor, forma, aroma e textura e todos estes componentes precisam ser considerados na abordagem nutricional. Os nutrientes são importantes, contudo os alimentos não podem ser resumidos a veículos destes. (2005, p.2).

Nesse sentido, associar alimentação saudável a fatores exclusivamente biológicos acaba por limitá-lo e acaba não contemplando os outros fatores que devem também nortear as diretrizes na formulação do conceito de alimentação saudável, como por exemplo, no âmbito cultural, social, econômico, histórico e reflexivo, além das demais dimensões que o conceito deve abranger. Sobre essa temática discorre (RIZOLLO):

Tradicionalmente o conceito de alimentação saudável foi desenhado com enfoque específico na dimensão biológica, contudo entende-se que este enfoque é um dos componentes que integram este complexo conceito que, não se restringe, e envolve uma complexidade de outras dimensões como sociais, econômicas, afetivas, comportamentais, antropológicas e ambientais (2006, p.1).

Neste momento podemos considerar que, a alimentação saudável contempla atribuições que vão além desses fatores nutricionais ou da quantidade de nutriente presente em algum alimento, ela se fundamenta também em questões como: cultural, aquisitiva, preferências, restrições alimentares (hipertensos, diabéticos, alérgicos, etc.), além do processo de cultivo e criação até o modo de como as preparações alimentares são feitas. O conceito de alimentação saudável parece estrutura-se como um conjunto de estratégias sugeridas, derivadas de uma análise dos fatores que envolvem o alimento, o indivíduo e o meio, desde o seu consumo, até o seu entorno, que tem como finalidade, a busca pela promoção da saúde através da prática dessas estratégias, sempre as readequando, visto que, não é um conceito estático, é bastante amplo e demanda reavaliações, destinando-se a promover a saúde e o bem estar do indivíduo nas dimensões que o envolvem.

2.1 Políticas Públicas referentes à alimentação saudável

O Brasil tem percorrido diversos avanços no que se refere à questão da alimentação saudável, destacamos o ano de 2003, com a realização da II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, que teve como objetivo a elaboração de ações que retirassem famílias das condições de fome e miséria no país, além de apresentar diretrizes a serem inseridas ao Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional.

Em sequência, no ano de 2006, foi criado o SISAN (Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional), criado a partir da Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN) concebido para assegurar o direito a uma alimentação adequada, através da junção do mesmo com a sociedade civil, para coadunados, elaborarem diretrizes, ações e planos, afim de, realizar o objetivo apresentado (BRASIL, 2006).

Posteriormente, no ano de 2007, foi criado o CONSEA (Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional), um órgão que une a Presidência da República às políticas públicas e ações adotadas no Brasil relacionadas à alimentação, tem por objetivo supervisionar as diretrizes e políticas públicas aplicadas.

Como exemplo de política pública direcionada a alimentação saudável, podemos evidenciar o PAA (Programa de Aquisição de Alimentos) que consiste na ação do Governo em incentivar a agricultura familiar e posteriormente comprar esses alimentos oriundos do plantio, destinando sua distribuição à população de baixa renda, através de centros que fornecem cestas básicas e alimentação para a população carente.

Outra ação do governo é o PSE (Programa Saúde na Escola) que tem como objetivo promover, através de visitas de um conjunto de profissionais de diversas áreas (Nutricionistas, Assistentes Sociais, etc.) promover a instrução do alunos, formação deles no que se refere à prevenção de doenças e promoção de saúde, através de palestras, ações de incentivo, instruções para melhoria da saúde e qualidade de vida deles.

Procurando atender demandas relacionadas à alimentação, o governo brasileiro também criou leis a fim de assegurar à promoção de uma alimentação mais adequada para a população. Podemos citar a LEI Nº 11.346, DE 15 DE SETEMBRO DE 2006, ressaltando o Artigo 2º e o Artigo 3º, que discutem sobre alimentação como: Direito assistido e indispensável a todos, além de atribuir ao poder público o dever de promover através de políticas e ações, a garantia à segurança, tanto alimentar quanto nutricional da população (BRASIL, 2006, art. 2º). Estipular que tanto as ações quanto as políticas adotadas para promover a segurança alimentar e nutricional, devem considerar dimensões sociais, econômicas, regionais, culturais e ambientais (BRASIL, 2006, art. 2º §1º). Reconhece a segurança alimentar e nutricional como a prática de promover o direito ao acesso a alimentos em qualidade e quantidade suficientes, atendendo a necessidade da população, através de práticas que promovam a saúde, considerem a diversidade cultural e sejam sustentáveis das perspectivas sociais, econômicas, culturais e ambientais (BRASIL, Artigo 3º, 2006).

Diante disso, uma das iniciativas do governo para convidar a população brasileira a refletir e reajustar seus hábitos alimentares são a elaboração de documentos relacionados à temática, um desses foi o Guia alimentar para a população brasileira, introduzido brevemente no tópico que segue.

3. O Guia alimentar para a população brasileira: considerações gerais.

O Documento em questão “Guia alimentar para a população brasileira” (2º ed. 2014) foi elaborado com a proposta de que os brasileiros pudessem ter um norte em relação aos hábitos alimentares diários. Este abarcou orientações sobre qualidade dos alimentos, diversificação, combinação e variedade deles, levantou a questão social, ambiental, que influenciam diretamente no alimento final a ser consumido, além de recomendações sobre práticas alimentares que, associadas, promovem qualidade de vida, saúde e bem-estar.

O objetivo do Guia Alimentar é convidar, por meio de informações contidas nele, à reflexão, com o intuito de provocar mudanças de hábitos e desenvolver a autonomia nas

escolhas alimentares da população, para que esta através de decisões conscientes sobre suas práticas alimentares proporcionem a si mesmos, qualidade de vida fornecida por uma alimentação considerada adequada, englobando as diversas dimensões que envolvem o meio o qual ele está inserido, além de atender aos critérios previstos no documento “Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN)” que por sua vez, adotou diretrizes que auxiliam na prática de promover “O Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA)”.

O primeiro capítulo discorre sobre a relação entre ingestão de nutrientes e a melhora de doenças, aspectos culturais na alimentação, desigualdade socioeconômica gerada a partir de como acontece a distribuição dos alimentos, relação da agricultura com o consumo, importância dos estudos científicos utilizados na elaboração do guia, dimensões alheias ao indivíduo, mas que influenciam positivamente ou negativamente, na promoção de uma alimentação saudável.

O segundo capítulo apresenta uma busca pela promoção da saúde e bem-estar na dimensão da qualidade dos alimentos, para isso, discorre sobre quatro categorias, são elas: 1ª alimentos *in natura* ou minimamente processados (Milho); 2ª produtos feitos a partir da extração de alimentos *in natura* ou minimamente processados, utilizados comumente no preparo dos alimentos (Óleo de milho); 3ª corresponde a categoria que se apresenta por produtos que levam além do alimento *in natura* ou minimamente processado, o sal ou açúcar, também chamados de alimentos processados (Conserva de milho); 4ª categoria refere-se ao alimento que passou por diversos processos, sendo acrescido de óleos, sal, além de outras substâncias, com objetivo de melhorar o sabor e estender a durabilidade do produto, chamado de alimento ultraprocessado (Salgadinho de milho), o guia define as categoriais e propõe sugestões de ingestão desses quatro grupos de alimentos, além de recomendações sobre cada um deles, discorre também no segundo capítulo sobre o impacto que o alimento ultraprocessado exerce sobre a cultura, vida social, bem estar, saúde e ambiente.

O terceiro capítulo versa sobre uma pesquisa realizada que apresenta os grupos de alimentos e refeições ingeridos habitualmente pelos brasileiros, expõe imagens das três principais refeições diárias, café, almoço e jantar, que se apresentam como resultado da pesquisa elaborada especialmente para o guia. Discorre também sobre os grupos alimentares associando-os com preparações comuns no Brasil e sugerindo critérios de consumo. Dos grupos expostos no capítulo temos: Grupo dos feijões, cereais, tubérculos, legumes, verduras, frutas, castanhas e nozes, leite e queijos, além de carne e ovos.

O quarto capítulo trata da alimentação em quatro dimensões: onde comer, de que forma, com qual tempo e com quem. Trata das relações de prazer com a comida, adotando as

seguintes sugestões para a refeição diária: que seja em horários parecidos, procurar comer em ambientes que proporcionem a etapa da refeição como sendo um momento tranquilo, evitando locais que forneçam quantidades ilimitadas de alimentos, transformar o momento da refeição em uma circunstância que propicie alegria e prazer. Para isso, o guia sugere que o momento da refeição, se possível, seja tido em companhia, também de compartilhamento dos minutos que antecedem a refeição, como a preparação.

O quinto capítulo aborda as possíveis dificuldades encontradas para a efetuação das proposições sugeridas no guia, afirma a importância de se consultar fontes confiáveis para buscar informações sobre alimentação saudável, reafirma que nele, podemos encontrar referências corretas para consulta de dados, expôs a importância de discutir as proposições do guia e sugere a alguns profissionais em específico que utilizem o documento dentro de atividades que venham a desenvolver suas potencialidades, a exemplo, educadores e profissionais de saúde.

Aponta como dificuldade, a grande oferta de alimentos processados, além da durabilidade, em oposição à limitada conservação dos alimentos *in natura*, como solução, sugeriu que evitássemos a ida em locais que ofereçam apenas alimentos ultraprocessados e passássemos a adotar o hábito de comprar alimentos *in natura*, em conjunto com outra pessoa, a fim de diminuir a quantidade do alimento em questão, fazendo com que acabem utilizando ele mais rápido, visto que, é uma porção menor. Outra alternativa sugerida foi, o incentivo ao cultivo doméstico com criação de hortas. Desmitificando a ideia de alimento *in natura* como sendo mais caro. Propõe também promover a variação dos alimentos, considerando a época deles, afirmando que, o alimento quando está na época, custa menos.

Outra questão abordada foi a de habilidades culinárias, sugerindo que devemos adotar a prática de cozinhar com o objetivo de estabelecer uma relação mais profunda com a comida, aromas, temperos e combinações, se estendendo ao processo dos gastos na compra dos alimentos e da reserva de um tempo para que se alimentar com calma.

Apresenta também uma proposição que se refere ao tempo em que as crianças destinam a assistir televisão, que sugere reduzir a exposição deles ao excesso de propagandas voltadas a alimentos ultraprocessados direcionadas para elas. O capítulo se encerra mostrando a importância de refletir as práticas alimentares e a relação delas com a vida.

Por último, abordou o que denominou de “Os dez passos para uma alimentação adequada e saudável” unindo, as proposições que foram sugeridas ao longo do documento, em seguida, a fundamentação teórica utilizada e um processo explicativo de como foi elaborado o guia.

Processos Metodológicos

Esta pesquisa é de natureza qualitativa, fazendo uso da análise documental, tendo como objeto de pesquisa o documento “Guia Alimentar Para a População Brasileira”. O processo metodológico que segundo Bardin (2010) consistiu em sua elaboração, na realização da revisão bibliográfica, na análise documental e análise de conteúdo. O início da pesquisa ocorreu através de busca por portal de periódicos da CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) Como termo para busca foram utilizadas as palavras “Alimentação saudável da População brasileira” e apresentou 176 resultados com a busca, porém pelo título, apenas quinze aproximavam-se com a direção pretendida a ser pesquisada que seria alimentação saudável em uma perspectiva de dimensões além dos fatores nutricionais dos alimentos, porém, com a leitura dos resumos delas, apenas uma pesquisa que se aproximou com a temática pretendida, foi ela: “Segurança Alimentar e Nutricional: significados e apropriações” de autoria de Cristhiane Gaparini, a busca ocorreu da mesma forma no site da Scielo, e foi utilizado o mesmo termo para procura (“Guia alimentar para a População brasileira”) e foi obtido como resultado 34 pesquisas, uma delas foi intitulada de “Adesão ao guia alimentar para população brasileira” dos autores: Eliseu Verly, Aline Martins, Regina Mara Fisberg e Dirce Maria Lobo, de 2003, através dela foi possível o descobrimento do documento “Guia Alimentar para a População brasileira” em sua primeira versão, de 2006, e a partir de busca pela internet foi possível ter acesso à versão mais recente dele, de 2014. Observando que esse documento não era tão explorado como objeto de pesquisas, foi decidido que o direcionamento dela consistiria na análise dele, pois, ele propõe abordar Alimentação saudável considerando mais dimensões que não apenas da perspectiva de quantidade dos nutrientes. O segundo momento da pesquisa foi realizada a análise documental, com a leitura completa do “Guia alimentar para a População brasileira”. Sobre análise documental Bardin (2010) define-a como sendo “Uma operação ou um conjunto de operações visando representar o conteúdo de um documento sob a forma diferente do original, a fim de facilitar num estado ulterior, a sua consulta e referência.” (BARDIN, 2010, p.47) A proposta da pesquisa sobre o guia foi justamente produzir um conhecimento novo acerca do documento, buscando através de investigação saber como as dimensões científicas, culturais e socioeconômicas contribuíram para a elaboração do conceito de alimentação saudável presente nele.

A última etapa do processo metodológico foi à análise de conteúdo, que aconteceu através da separação de trechos do documento que se ligavam aos objetivos específicos da pesquisa. Foram divididos em três categorias: A dimensão científica, cultural e socioeconômica, através dessas divisões, foi se formando as considerações sobre elas em articulação com a fundamentação teórica utilizada na pesquisa, buscando encontrar as respostas que atendessem aos questionamentos levantados nos objetivos específicos dela.

4. RESULTADO E DISCUSSÃO

4.1 Processo de criação do documento

Iniciamos com a gênese do documento, que foi o seu processo de criação. Para construir o guia, reuniu-se uma equipe de profissionais de diversas áreas de atuação, segundo entrevista realizada pela Agência FAPESP, com Carlos Augusto Monteiro (coordenador técnico do guia), esse processo contou com especialistas em nutrição, ciência, jornalismo, antropologia e epidemiologia.

No documento, foram apresentados dados sobre o processo metodológico aplicado para a elaboração do guia, que contou com seis etapas, dessas, a primeira teve em sua formação processos como: Oficina de escuta, que contemplou profissionais de diversas áreas, como educadores e nutricionistas (no ano de 2011). Posteriormente, foi elaborada a primeira versão teste do guia, incluindo as considerações levantadas na oficina de escuta (dos anos de 2011 a 2013). A terceira etapa do processo foi à oficina de avaliação, onde foram ouvidas novas opiniões, além de sugestão de aperfeiçoamentos (No ano de 2013). A quarta etapa do processo contou com a reelaboração do guia, considerando as melhorias sugeridas (No ano de 2013).

A quinta etapa do processo, foi à criação de uma nova versão teste, que foi avaliada virtualmente, por consulta popular, onde as pessoas tiveram oportunidade de fazer suas considerações sobre o documento, também através da disponibilização dele em oficinas estaduais, promovidas pelo Ministério da Saúde (No ano de 2014), nos 26 estados e o Distrito Federal, na quinta etapa do processo foram recolhidas 3.125 opiniões sobre o documento, que por sua vez, resultou na sexta etapa, a da elaboração do guia alimentar para a população brasileira em versão final, que ficou pronto no ano de 2014, e foi o objeto da presente pesquisa.

4.2 As três dimensões no conceito de alimentação saudável

Para a formulação do conceito de alimentação saudável no guia alimentar para a população brasileira, foram necessários referenciais que o fundamentaram, desses, três deles foram evidenciados na pesquisa, a dimensão científica, cultural e socioeconômica.

A dimensão científica apresentou-se no documento através das pesquisas realizadas na área da ciência da nutrição e seus respectivos processos foram explicitados no documento, uma dessas consistiu em, identificar e isolar os nutrientes presentes nos alimentos, objetivando analisar se os nutrientes apresentariam êxito quando relacionados à prevenção de doenças. O resultado obtido foi que esses nutrientes isolados não atenderam satisfatoriamente o objetivo proposto no estudo.

Por sua vez, outra pesquisa apresentada no guia, investigou a eficácia dos alimentos na prevenção de doenças, como resultado apresentado, foi indicado que, os alimentos apresentaram êxito quanto à prevenção de doenças. Articulando esses dois estudos, foi possível perceber que, a eficácia na prevenção de doenças não está associada apenas aos nutrientes isoladamente, e sim, as propriedades deles unidos a compostos químicos presentes nos alimentos. Podemos observar a importância dessas pesquisas no seguinte trecho do guia:

Conhecimentos gerados por estudos experimentais ou clínicos são importantes para a formulação de recomendações sobre alimentação na medida em que fornecem a base para se entender como diferentes componentes dos alimentos interagem com a fisiologia e o metabolismo. Graças a esses estudos sabemos sobre as várias funções dos nutrientes no organismo humano. (2014, p.20)

As pesquisas realizadas proporcionaram concluir que, o alimento é mais que um condutor de nutrientes e, contém em sua matriz compostos que possibilitam articulados com os nutrientes, a prevenção de doenças.

Os estudos científicos são importantes para fornecer informações mais concretas, realizada através de análise dos objetos a serem pesquisados, além de fornecer informações confiáveis a partir dos resultados obtidos. Outro aspecto contemplado no guia, foi a dimensão cultural, discutida a seguir.

Para iniciarmos a discussão a cerca da dimensão cultural na elaboração do Guia, a princípio definiremos o que podemos conceituar como Cultura, sobre essa questão, Edward

Tylor⁵ define-a como sendo “todo complexo que inclui conhecimento, crença, arte, moral, lei, costume e quaisquer outras capacidades e hábitos adquiridos pelo homem” (TYLOR, 2009, p. 69). Apoiados nessa definição, direcionamos o olhar para o Brasil, no que diz respeito a hábitos alimentares, percebemos que o país que contempla em toda sua extensão, diversas culturas e as preparações que derivam delas são plurais, como por exemplo, as preparações de cada uma das regiões do país, tucupi e maniçoba, na região norte, nordeste, com acarajé e buchada, centro- oeste, galinhada com pequi e caldo de piranha, sudeste, pão de queijo e moqueca capixaba, na região Sul, com churrasco e chimarrão (MINISTÉRIO DO TURISMO, 2015, **n.p**). Essa variedade deriva da cultura advinda de nossos ancestrais, como bem explica:

A singular culinária brasileira incorpora a cultura original de populações indígenas, assim como um vasto número de tradições, como a africana, portuguesa, espanhola, alemã, polonesa, francesa, holandesa, libanesa, japonesa, entre outras. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, “Alimentos regionais brasileiros”, 2002, p.9)

Considerando a relação de importância da cultura como integrante nas políticas públicas sobre alimentação, observamos o Inciso VI do Artigo 4º (do decreto nº 11.346 de 15 de Setembro de 2006) que apresenta Cultura na lei de Segurança Alimentar e Nutricional como parte integrante dela nas considerações sobre a efetuação de suas políticas “[...] respeitando-se as múltiplas características culturais do País”. (2006, p.4). Neste sentido, as ações realizadas pelo governo devem respeitar as diversidades culturais e, em articulação com políticas públicas sobre alimentação saudável, criar proposições que busquem a saúde e bem estar dos brasileiros.

Uma das ações criadas que propõe atender a esse inciso da Lei Nº 11.346/06 foi o documento “Guia Alimentar Para a População Brasileira”, observarmos:

A elaboração de guias alimentares insere-se no conjunto de diversas ações intersetoriais que têm como objetivo melhorar os padrões de alimentação e nutrição da população e contribuir para a promoção da saúde. Neste sentido, a OMS propõe que os governos forneçam informações à população para facilitar a adoção de escolhas alimentares mais saudáveis em uma linguagem que seja compreendida por todas as pessoas e que leve em conta a cultura local. (2014, p.7)

⁵ Antropólogo, criador do primeiro conceito de *Culture* (Termo em inglês).

A partir desse trecho, apresentado no Guia, surgiu um dos objetivos específicos da pesquisa, que foi o de analisar se o documento contemplou as características culturais vigentes no Brasil, na formulação do conceito de alimentação saudável presente nele.

Uma das análises que buscou essa resposta foi à observação da entrevista realizada pela Agência FAPESP com Carlos Augusto Monteiro (coordenador técnico do Guia alimentar para a população brasileira), nela, foi observado qual o ponto que sinaliza que dimensão cultural emergiu como um dos fundamentos para elaboração do documento, quando afirma Carlos, que o processo de criação do Guia contou com as contribuições de um Antropólogo, e considerando que Antropologia pode ser explicada como “[...] o estudo de todas as sociedades humanas [...] das culturas da humanidade como um todo em suas diversidades históricas e geográficas” (LAPLANTINE, 2003, p.12), podemos analisar que esse foi um indício de que a dimensão cultural foi contemplada na estruturação atuando como um dos fundamentos que basearam as proposições apresentadas no Guia, a partir dos costumes, histórias, hábitos da população brasileira, afim de que o guia contemplasse as diversas heranças culturais existentes no País, afinal, alimento retrata uma história, conta uma tradição e influencia também nos hábitos alimentares, refletindo inclusive na relação de prazer e bem-estar associado à prática da alimentação, que também é uma das competências incorporadas dentro da alimentação saudável, como descreve (RIZZOLO; RECINE; FÁTIMA) “Os alimentos trazem significações culturais, comportamentais e afetivas singulares que jamais podem ser desprezadas. O alimento como fonte de prazer também é uma abordagem necessária para promoção da saúde” (2006, p.3).

Outro recorte que podemos trazer a discussão, quando observamos o questionamento em torno da questão cultural e se ele é contemplado nas recomendações propostas no guia, pode ser observado, de forma evidenciada, quando o próprio documento apresentou as bases que o formularam “As recomendações deste guia levam em conta nutrientes, alimentos, combinações de alimentos, preparações culinárias e as dimensões culturais e sociais das práticas alimentares” (2014, p.20).

Sendo assim, foi observado no trecho acima que o guia indicou considerar a importância da dimensão cultural em sua elaboração. Outro indício que evidenciou a dimensão cultural como contemplada no guia foi, quando ele trouxe informações a cerca das regiões do Brasil, os alimentos habitualmente consumidos por cada região, como podemos observar em um dos trechos “Nas regiões Norte e Nordeste, substitui com frequência o arroz na mistura com o feijão.” (2014, p.71), apresentando que determinado alimento é característico da região, apontando o indício, que o documento buscou adequar à realidade

cultural dos hábitos alimentares às recomendações sugeridas nele. Outra dimensão analisada no guia foi à socioeconômica, evidenciada a seguir.

A questão socioeconômica também foi uma dimensão investigada na composição do conceito de alimentação saudável apresentado no guia e nas proposições nele apresentadas, foi iniciado o processo de análise a partir do que está previsto na Lei Nº 11.346 /06, que estabelece como direito de todas as pessoas o acesso à alimentação adequada e acessível socioeconomicamente, sendo designado ao poder público desenvolver ações que promovam o acesso a pessoas em condições sociais desfavorecidas a conseguirem alimentar-se apropriadamente, e consta, como uma das referências bibliográficas do guia.

Um indicativo que o guia apresentou a questão socioeconômica, foi à participação de assistentes sociais no processo de elaboração das recomendações contidas nele (2014, p.145), e considerando que, segundo o CRESS⁶ do Ceará, duas das atribuições acrescidas ao profissional assistente social são: “Presta assessoria e consultoria as instituições públicas e privadas e, também, aos movimentos sociais; Realiza estudos socioeconômicos com indivíduos e grupos para fins de acesso a benefícios e serviços sociais;” (CRESS, 2006?, s.p) sendo assim, a observação desses fatores indicou que, o profissional da área de Assistência Social pode ter contribuído na elaboração do guia apresentando um estudo socioeconômico sobre a realidade social e econômica populacional brasileira, podemos verificar indicativos dessa possível contribuição nas sugestões apresentadas no guia, que procuram informar sobre ações que visassem hábitos alimentares saudáveis e também sustentáveis economicamente, como o incentivo ao cultivo doméstico para produção de alimentos *in natura* em baixo custo, apresentando-se como opção viável para ingestão desses alimentos aliados ao cultivo sustentável. O documento abordou também como realizarmos a compra de produtos considerando a época, sugerindo a aquisição dos alimentos em suas determinadas épocas, a fim de economizar na compra deles. Posteriormente, outro indicativo de que o guia considerou a dimensão socioeconômica, foi através de um trecho, em que apresentou um dos cinco princípios que, segundo consta no documento, orientaram a sua elaboração, exposto no seguinte trecho: “Alimentação adequada e saudável deriva de sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável” (2004, p.23), considerando esses aspectos, o guia apresentou alguns indicativos que evidenciaram que a dimensão socioeconômica é contemplada na estruturação do documento e, nas proposições apresentadas nele.

4.3 Reflexões acerca do conceito de alimentação na perspectiva do guia a serem abordadas na Escola Pública

⁶ Conselho Regional de Serviço Social, são as instituições responsáveis por administrar e fiscalizar as atribuições conferidas à profissão de Assistente Social, foi criado a partir da Lei Nº 8.662, de 7 de Junho de 1993 e existe em 26 estados do Brasil.

O conceito de alimentação saudável apresentado no guia possibilita abordar na escola a temática pela perspectiva que o documento propõe, permitindo discussões através das aulas sobre como uma vida saudável relaciona-se com as condições sociais, culturais e científicas, promovendo a reavaliação dos hábitos considerados não saudáveis e os reajustando-os para os saudáveis, desenvolvendo novos hábitos e autonomia quanto suas escolhas alimentares, como por exemplo, troca de alimentos ultraprocessados por alimentos *in natura*.

A importância de trabalhar a temática da alimentação saudável evidencia-se no documento “Dez Passos para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas”, que reafirma a importância da escola de instruir e incentivar os alunos a reavaliarem e reformularem hábitos alimentares a partir de reflexões propostas por ela, como discorre, “os alunos devem ser estimulados a discutir os benefícios e os riscos à saúde de suas escolhas alimentares” (BRASIL, Ministério da Saúde, **n.p**).

O conceito presente no guia possibilita o auxílio das propostas pedagógicas que podem ser trabalhadas, podendo desenvolver no aluno, um pensamento crítico e reflexivo sobre suas escolhas alimentares. Quanto à atuação da escola para promoção de uma alimentação saudável evidencia-se que “a escola cumpre papel destacado na formação dos cidadãos para uma vida saudável” (Brasil, 1997, p.28), esse trecho conversa justamente com o direcionamento proposto pelo guia, de estender o conceito de alimentação saudável para os mais diversos âmbitos, onde possa ser discutidos, refletidos e praticados, como indica o seguinte trecho do guia:

Almeja-se que este guia seja utilizado nas casas das pessoas, nas unidades de saúde, nas escolas e em todo e qualquer espaço onde atividades de promoção da saúde tenham lugar, como centros comunitários, centros de referência de assistência social, sindicatos, centros de formação de trabalhadores e sedes de movimentos sociais.(2014,p.11)

Outro ponto que pode ser associado à utilização do conceito de alimentação saudável do Guia alimentar para a população brasileira pode ser encontrado no documento “Política Nacional de Alimentação e Nutrição”, do Ministério da Saúde em articulação com o Ministério da Educação, que propôs em um de seus itens: “[...] introdução de conteúdos educativos de saúde, alimentação e nutrição, nos currículos do ensino fundamental, e a preparação de material educativo com esta finalidade [...]” (BRASIL, 2003, p.32).

Podemos observar que existe uma necessidade de discutir alimentação saudável na escola para que os alunos sejam devidamente instruídos sobre suas escolhas, visto que, é previsto por lei. Também observamos que o guia sugere a utilização dele no âmbito escolar, e ações são realizadas para promover essa instrução dos alunos, através do Programa Saúde nas Escolas (PSE), porém, como instruir os alunos sobre escolhas alimentares na escola pública se a realidade escolar delas não oferecer esse respaldo? Afinal, a merenda exerce um papel importante na vida escolar desses alunos. “O comer na escola é mais uma das práticas desenvolvidas na escola [...] contribui para o processo de aprendizagem do aluno” (ARIMATEIA, 2009, p. 12) por esse motivo, a utilização do documento como fundamentação para uma nova perspectiva do conceito de alimentação saudável na escola pública, deve estar articulado a outras ações e políticas públicas que possibilitem não apenas instrução mas também, diversificação nas merendas escolares, para que eles possam assim, aprender através da junção entre a realidade da vivência escolar deles e as recomendações propostas no documento.

Considerações Finais

Através do conteúdo observado no Guia alimentar para a População Brasileira, ele apresentou proposições factíveis de serem aplicadas pela população na inserção dos novos hábitos alimentares, trouxe a importância de, mais que a quantidade do alimento, se deve observar a qualidade, também foi analisado, a partir das proposições no guia, que existe a possibilidade de instruir as pessoas a adquirirem autonomia quanto suas escolhas alimentares e a perceberem as diversas oportunidades que os alimentos proporcionam através das variações de preparações possíveis, considera que o ato de se alimentar reflete nas dimensões de prazer e bem-estar do indivíduo, além de conscientizar que alimentação saudável é um direito que deve assistir a todos, independente de suas especificidades. Quanto às três dimensões analisadas na elaboração do conceito de alimentação saudável, foi observado que elas contribuíram em suas determinadas áreas para fundamentarem as proposições que foram explicitadas no documento, ele, se apresentou como uma fonte confiável para a consulta de informações pela população, e pode, através delas, possibilitar a instrução quanto à reeducação alimentar, do mesmo modo, nas escolas públicas, porém, foi observado que, para que haja a efetividade da aprendizagem sobre alimentação saudável na perspectiva que o guia

propõe é preciso uma articulação entre as ações existentes voltadas para instruir sobre alimentação saudável e criação de políticas voltadas para diversificação da oferta de alimentos nas merendas das escolas públicas para que, através dessa junção obtenha-se a Alimentação saudável na prática.

Referências

ARIMATEA, José. **Alimentação e escola: significados e implicações curriculares da merenda escolar**. Revista Brasileira de Educação v. 14 n. 40 jan./abr. 2009.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa, Portugal; Edições 70, LDA, 2010.

BRASIL. **Lei nº 8.080, de 19 de Setembro de 1990**. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Diário Oficial da União 1990; 19 set Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/14cns/docs/constituicaoafederal.pdf>. Acessado em: 03 de nov. 2015

BRASIL. **Guia alimentar para a população brasileira**. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de atenção Básica., secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. – 2. ed. – Brasília , 2014. 156 p. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/images/pdf/2014/novembro/05/Guia-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf> Acesso em: 05 de nov. 2015.

BRASIL. **Lei 11.346 de 15 de setembro de 2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111346.htm >. Acesso em: 19 Jul. 2016

BRASIL.**Relatório da V Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**, Maio 2015. disponível em: <http://www4.planalto.gov.br/consea/eventos/conferencias/5a-conferencia-nacional-de-seguranca-alimentar-e-nutricional/documentos-da-5deg-conferencia/politicas-publicas-para-garantia-da-alimentacao-adequada-e-saudavel-1.pdf> > Acesso em: 10 de Junho de 2016

BRASIL. **Construção do Sistema e da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional: a experiência brasileira**, 2009. Disponível em:

<https://www.fao.org.br/download/Seguranca_Alimentar_Portugues.pdf > Acesso:29> de Jun 2016

BRASIL. **Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**, 2012. Disponível em:

<<http://www4.planalto.gov.br/consea/eventos/plenarias/apresentacoes/2012/apresentacao-06-abril-2012>> Acesso em: 21 de Jun. de 2016

BRASIL. Ministério da Educação. **Parâmetros curriculares nacionais. Apresentação dos temas transversais ética**, 1997.

BRASIL. **Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA)**. Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília, 2006.

BRASIL, **Dez Passos para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas**. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de atenção básica. Coordenação geral da política de alimentação e nutrição. Disponível em: <<http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/dezPassosPasEscolas.pdf>>. Acesso em: 10 de Jun de 2016

BRASIL, Ministério do Turismo. **Brasil: um prato cheio para o turismo**. De 13 de Março de 2015. Disponível em: <http://www.turismo.gov.br/%C3%BAltimas-not%C3%ADcias/974-brasil-um-prato-cheio-para-o-turismo.html> Acesso em: 1 de Julho de 2016.

BRASIL, Ministério da Saúde;Ministério da Educação. Passo a passo PSE Programa saúde na Escola.2011. Disponível em:

http://189.28.128.100/dab/docs/legislacao/passo_a_passo_pse.pdf. Acesso:30 de Jul. de 2016

CRESS, **Conselho Regional de Serviço Social 3º Região Ceará**. Disponível em:

<http://www.cress-ce.org.br/institucional/assistente-social>. Acesso: 28 Jun. de 2016

LAPLANTINE, François.15ª edição. **Aprender Antropologia**.Editora Brasiliense.São Paulo, 2003.p.172

MONTEIRO, Carlos Augusto. **Alimentos ultraprocessados são ruins para as pessoas e para o ambiente**, 2015. Disponível em:

<http://agencia.fapesp.br/alimentos_ultraprocessados_sao_ruins_para_as_pessoas_e_para_o_ambiente/20820/>. Acesso em:23 de Abr.2016.

OMS- **Organización Mundial de la Salud, Nutición**. Disponível em:

<http://www.who.int/topics/nutrition/es/>. Acessado em: 20 de out. 2015.

RIZZIOLO, Anelise; RECINE, Elisabete; FÁTIMA, Maria. **O que é uma alimentação saudável? Considerações sobre o conceito, princípios e características: uma abordagem ampliada**. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de assistência à Saúde. Departamento de atenção Básica. 2005.

RIZZIOLLO, Anelise. **A alimentação saudável e a promoção da saúde no contexto da segurança alimentar e nutricional.** Saúde em Debate, Rio de Janeiro, v. 29, n.70, p. 125-139, 2006.

TYLOR, Edward B. **A ciência da cultura.** In: Evolucionismo cultural: textos de Morgan, Tylor e Frazer. Trad. Maria Lúcia de Oliveira. -2ª ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2009.