

6CCSDNOUT03

ACONSELHAMENTO DIETÉTICO: POSSIBILIDADES PARA A NUTRIÇÃO CLÍNICA A PARTIR DE UMA EXPERIÊNCIA EM EXTENSÃO POPULAR

Ingrid D'avilla Freire Pereira (5); Virgínia Matias de Oliveira Barbosa (2);
Samara Cíntia Rodrigues (2); Monique Beserra de Freitas (2)
Centro de Ciências da Saúde/Departamento de Nutrição/Outros

RESUMO

O atual perfil de morbi-mortalidade da população mundial tem ampliado a discussão sobre alimentação e promoção da saúde. Essa realidade tem evidenciado a importância da ciência da nutrição no campo da atenção à saúde, aumentando a demanda por atendimentos nutricionais. No entanto, estes atendimentos tradicionalmente são marcados pelo caráter normativo e prescritivo, desconsiderando os aspectos subjetivos que permeiam as práticas alimentares. Diante desta demanda e dos desafios colocados no sentido de construir outra dimensão para os atendimentos, em direção à integralidade, o debate acerca da eficácia dos métodos utilizados pelo nutricionista tem se intensificado nos últimos anos. Um dos limites apresentados na prática deste profissional tem sido abordar pedagogicamente os atendimentos, visto que a educação nutricional consiste em processo complexo e com demarcações na identidade sócio-cultural dos sujeitos envolvidos. O aconselhamento dietético representa uma das possibilidades para a realização de um atendimento nutricional clínico que contemple as dimensões subjetivas e educativas anteriormente referidas. Este trabalho pretende relatar a experiência de aconselhamento dietético desenvolvida pelos extensionistas do projeto *Práticas Integrals da Nutrição na Atenção Básica em Saúde (PINAB)*, vinculado ao Departamento de Nutrição da UFPB. O Projeto é norteado pelo eixo teórico-metodológico da Educação Popular e desenvolve ações de promoção à saúde na Unidade de Saúde da Família Vila Saúde e na Escola Municipal Augusto dos Anjos, em João Pessoa - PB. Nesta prática, temos construído um espaço pedagógico, respaldado na educação nutricional crítica e nos fundamentos da educação popular. Sob esta perspectiva, os atendimentos têm ocorrido através de uma relação dialógica, onde os aspectos sociais e culturais das práticas alimentares são discutidos de forma horizontalizada, possibilitando novas interlocuções entre nutricionista e população frente aos problemas alimentares. Neste processo, o conhecimento científico é desmistificado e o saber popular é valorizado, encorajando o sujeito a elaborar caminhos possíveis para superação dos problemas. Este exercício tem permitido reflexões acerca da práxis educativa do nutricionista e apontado para a necessidade de fomento aos espaços de discussão da alimentação e da nutrição como fortes expressões da vida e do cotidiano das pessoas, para além do rigor no cumprimento de procedimentos técnicos e científicos.

Palavras-chave: Aconselhamento Dietético; Nutrição na Atenção Básica; Extensão Popular.

¹⁾ Bolsista, ⁽²⁾ Voluntário/colaborador, ⁽³⁾ Orientador/Coordenador ⁽⁴⁾ Prof. colaborador, ⁽⁵⁾ Técnico colaborador.

INTRODUÇÃO

As ciências da nutrição: contextualização histórica

O estudo das ciências da Nutrição no Brasil teve início por volta dos anos de 1930-1940. Na época, evidenciavam-se duas correntes básicas neste campo de conhecimento: uma primeira, mais biológica, delimitada aos aspectos clínico-fisiológicos do consumo alimentar, baseadas no modelo das Escolas de Nutrição e Dietética norte-americanas e de centros europeus. E a segunda, numa perspectiva social, que se preocupava com aspectos relacionados à produção, à distribuição e ao consumo de alimentos pela população brasileira sob a influência, principalmente, do pioneiro da Nutrição na América Latina, Pedro Escudero (VASCONCELOS, 2002).

Para Vasconcelos (2002) a vertente biológica deu origem a campos de ação centrados no alimento e nas ações individuais, como o campo da Nutrição Clínica (Dietoterapia) e da Nutrição Básica e Experimental; enquanto que a vertente social originou os campos da Alimentação Institucional (Alimentação Coletiva) e da Nutrição em Saúde Pública, com ações centradas nas coletividades (sadias ou enfermas).

Ao longo do tempo a Nutrição começou a consolidar-se como ciência através da união das duas vertentes, a biológica e a social, a partir de estudos de autores como Josué de Castro, que anunciava o problema da fome a partir do lançamento de *Geografia da Fome* em 1946. A divulgação em âmbito nacional de trabalhos como este, impulsionou a realização de estudos similares e de inquéritos alimentares nacionais ampliando a discussão sobre a alimentação e os modos de vida das pessoas.

Estes estudos evidenciaram e continuam a apontar na atualidade, o perfil epidemiológico e nutricional da população, que recentemente tem se caracterizado pela ascensão das doenças crônicas não transmissíveis como a obesidade, diabetes tipo 2, alguns tipos de câncer e doenças cardiovasculares, que crescem em proporções assustadoras, tanto em países desenvolvidos como também nos subdesenvolvidos (BATISTA FILHO; RISSIN, 2003).

A transição nutricional no Brasil

Esse perfil de morbi-mortalidade da população brasileira se dá entre outros motivos pelas transformações sociais e econômicas ocorridas no século passado bem como pelo processo de transição demográfica, com a queda nas taxas de fecundidade e natalidade e um aumento progressivo da população de idosos.

Com o aumento da expectativa de vida caracterizou-se também a predominância relativa das condições crônicas e da transição nutricional com a diminuição da prevalência da desnutrição e aumento de pessoas com excesso de peso (sobrepeso e obesidade).

As doenças e agravos não transmissíveis respondem nos dias de hoje pelas maiores taxas de morbi-mortalidade e por cerca de mais 70% dos gastos assistenciais com a saúde no Brasil, com tendência crescente. Esse dado traz forte impacto a área da saúde pública no Brasil,

tornando-se imprescindível a elaboração de estratégias de controle das doenças crônicas não transmissíveis para o Sistema Único de Saúde (BRASIL, 2005).

Estratégia global em alimentação saudável, atividade física e saúde

Diante do quadro que vem se instalando no Brasil, o Ministério da Saúde coloca a importância de pôr em prática a "Estratégia global em alimentação saudável, atividade física e saúde" que tem como objetivo a prevenção das doenças.

Estas medidas seriam feitas com ênfase na orientação e na promoção à saúde com vistas a criação de um segmento favorável à adoção de medidas sustentáveis a nível individual e comunitário. Com isso, seria possível reduzir a morbidade e a mortalidade, uma vez que atualmente a situação epidemiológica encontra-se associada a uma alimentação hipercalórica, rica em açúcares, sal e alto teor de gordura (BRASIL, 2005).

Para o enfrentamento destes problemas e a efetivação da referida Estratégia, vêm se desenvolvendo em instituições governamentais, não-governamentais e movimentos sociais, práticas que pautam a nutrição numa dimensão eminentemente educativa. Esta vertente, denominada educação nutricional, consiste em:

"um conjunto de estratégias sistematizadas para impulsionar a cultura e a valorização da alimentação, concebidas no reconhecimento da necessidade de respeitar, mas também modificar crenças, valores, atitudes, representações, práticas e relações sociais que se estabelecem em torno da alimentação, visando o acesso econômico e social a uma alimentação quantitativa e qualitativamente adequada, que atenda aos objetivos de saúde, prazer e convívio social".

Como forte expressão da prática clínica com ênfase nos princípios da educação nutricional crítica encontra-se o Aconselhamento Dietético (AD), que em 1969 foi conceituado pela Associação Americana de Dietética, como a orientação profissional individualizada para ajudar uma pessoa a ajustar seu consumo diário de alimentos, a fim de atender às suas necessidades de saúde (BOOG, 2005).

Nessa perspectiva, o AD apresenta-se antes de tudo como uma proposta educativa, que preocupa-se com a compreensão do homem e do mundo, e das relações que existem entre estes. Dessa forma, valores sociais e culturais, sejam individuais ou coletivos, compõem o plano de ação do Aconselhamento, que consiste em um espaço pedagógico inserido numa realidade concreta e histórica.

Provocados por tais reflexões, docente e estudantes da UFPB construíram uma proposta de extensão pautada pela educação nutricional e pelos fundamentos e princípios da Educação Popular, na perspectiva de responder as lacunas e os desafios lançados à prática do nutricionista.

No sentido de fomentar a construção de ações práticas e reflexões teóricas sobre a nutrição numa dimensão educativa o Projeto de Extensão *Práticas Integrals de Nutrição na Atenção*

Básica em Saúde (PINAB), é desenvolvido pelo Departamento de Nutrição da Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

DESCRIÇÃO

O PINAB é composto por vinte e cinco estudantes da graduação em Nutrição, uma professora coordenadora e três nutricionistas voluntários. Desenvolve ações de promoção à saúde na Unidade de Saúde da Família (USF) Vila Saúde e na Escola Municipal Augusto dos Anjos (EMAA), situados no bairro do Cristo Redentor na cidade de João Pessoa – PB.

Os extensionistas do PINAB organizam-se em grupos operativos com público-alvo específico: idosos; gestantes, estudantes da EMAA, famílias beneficiárias pelo Programa Bolsa Família (PBF); e população e movimentos sociais envolvidos na construção do Conselho Local de Saúde.

A atuação dos estudantes ocorre em três esferas: Visitas Domiciliares, Atividades Coletivas e Aconselhamento Dietético, com cumprimento de uma carga horária de 6 horas semanais para cada extensionista. Das quais quatro horas são dedicadas as atividades em campo, e duas à reunião semanal que acontece na UFPB. .

O Aconselhamento Dietético, objeto deste trabalho, é realizado na USF Vila Saúde pelos extensionistas, acompanhados por um dos nutricionistas do projeto ou da própria coordenadora. Estende-se aos usuários da USF, que abrange quatro áreas distintas: Jardim Itabaiana I, Jardim Itabaiana II, Pedra Branca I e Pedra Branca II.

Os profissionais da USF são os responsáveis pelo encaminhamento dos usuários ao Aconselhamento, mediante a necessidade ou interesse demonstrado pelo próprio usuário.

Após o primeiro atendimento, há o retorno após trinta dias em média, sendo esse marcado pelos próprios extensionistas de acordo com as datas disponíveis na agenda do Projeto. Em cada turno destinado a realização do Aconselhamento são realizados cerca de três atendimentos de primeira vez e três retornos.

Segue-se o Aconselhamento Dietético de forma dialogada, em que valoriza-se o respeito aos gostos, anseios, inquietações e saberes do usuário. Pratica-se a arte da escuta na tentativa de unir saberes técnico-científicos a saberes não menos importantes, populares, de forma horizontal e livre.

É realizado o preenchimento de uma ficha técnica criada pelo Projeto para a realização do Aconselhamento Dietético, que registra informações tais como: nome do usuário, nº do prontuário, Equipe de Saúde da Família ao qual está vinculado, agente comunitário de saúde (ACS) que o acompanha, idade, data de nascimento, medidas antropométricas, IMC (kg/m²), avaliação nutricional. Dispõe-se de espaço para registro da escuta no primeiro atendimento, discriminação e posologia de medicamentos em uso, exames bioquímicos apresentados, recordatório alimentar de 24h, aversões, alergias, intolerâncias e preferências alimentares, nova conduta alimentar.

No encerramento do aconselhamento dietético são acordadas metas a serem alcançadas até o próximo retorno, incluindo objetivos de cunho subjetivo e pessoal que atentem para a melhoria da auto-estima e responsabilização dos usuários frente a nova conduta alimentar construída. Os casos de maior relevância são levados à discussão pelo grupo no momento da reunião, possibilitando que os estudantes e nutricionistas lancem diversos olhares sob uma mesma realidade na perspectiva de constituírem-se melhores formas de abordagem durante o Aconselhamento, visto que essa prática é um processo em construção que pretende fortalecer a autonomia de todos os sujeitos envolvidos, sejam educadores e/ou educandos.

METODOLOGIA

As ações do PINAB, seja de cunho coletivo ou individual, baseiam-se no referencial teórico-metodológico da Educação Popular. À medida que o PINAB busca aglutinar à Extensão os sentidos de trabalho social útil, como coloca Melo Neto (2002) aos princípios e ideais freireanos o Projeto pode ser classificado ainda, como atividade de Extensão Popular.

A Educação Popular é um modo de participação de agentes eruditos (professores, padres, cientistas sociais, profissionais de saúde e outros) neste trabalho político. Ela busca desenvolver pedagogicamente o homem e os grupos envolvidos no processo de participação popular, fomentando formas coletivas de aprendizado e investigação de modo a promover o crescimento da capacidade de análise crítica sobre a realidade e o aperfeiçoamento das estratégias de luta e enfrentamento (VASCONCELOS, 1997).

Na Educação Popular não basta que o conteúdo discutido seja revolucionário se o processo de discussão se mantém vertical. Ao invés de procurar difundir conceitos e comportamentos considerados corretos, procura problematizar, em uma discussão aberta, o que está incomodando e oprimindo. Prioriza a relação com os movimentos sociais por serem expressão mais elaborada dos interesses e da lógica dos setores subalternos da sociedade cuja voz é usualmente desqualificada nos diálogos e negociações (VASCONCELOS, 1997).

Fazendo das situações e problemas do cotidiano o norte das ações, permite-se dialogar com diferentes áreas de conhecimento e do saber, utilizando-se desde aspectos dietéticos, clínicos e técnicos, até aqueles mais subjetivos e culturalmente construídos pelos sujeitos.

Scocuglia e Melo Neto (1999) afirmam que a Educação Popular ocorre em qualquer lugar onde se reúnam regularmente as pessoas, não necessitando de uma geografia limitada e restritiva, mas da interação transformadora entre seus participantes, ou seja, não é um espaço particular que a caracteriza e sim, a natureza das relações de convivência.

A Educação Popular ganha sentido no Pinab ao valorizar-se, em seus espaços, a troca de saberes entre o profissional da saúde e/ou extensionista com a população, reconhecendo que os usuários têm um saber e uma relação muito particular com as práticas alimentares; não deixando de lado o saber científico que é de fundamental importância quando se trata do processo saúde-doença.

RESULTADOS

Segundo Boog (2005), o Aconselhamento Dietético não visa apenas a adesão do usuário a dieta, em conjunto com este busca-se estratégias para solucionar os problemas relativos às suas práticas alimentares inadequadas, as quais são levantadas a partir do histórico alimentar, dados clínicos, bioquímicos e antropométricos.

Neste sentido, acreditamos que o Aconselhamento seja um exercício pedagógico e ético, de compromisso da Nutrição com a promoção da saúde, baseado no respeito aos saberes e desejos do usuário e no incentivo a construção e fortalecimento de sua autonomia a partir de novas relações entre educador e educando.

A educação tem como objetivo e instrumento o saber e não só o conhecimento, sendo este uma das dimensões do saber. “O saber é o sentir/pensar/agir das pessoas, grupos, categorias, classes sociais; é a cultura” (SCOCUGLIA; MELO NETO, 1999 pág. 111).

Para estes autores, todas as pessoas são educadoras pelo que fazem ou deixam de fazer, interferem no sentir/pensar/agir de outras pessoas. O conhecimento é um dos elementos essenciais do saber, mas não é o único e nem o mais importante, evidenciando, portanto a necessidade da troca e de intercâmbio entre estes.

Seguindo este paradigma de educação, no Aconselhamento o nutricionista é co-agente no processo de educação, possibilitando assim, que os usuários exponham suas dúvidas, motivações e anseios sobre alimentação, de forma que através do diálogo haja a compreensão dos usuários do seu estado nutricional e agravos, como também haja motivação para que estes realizem suas próprias escolhas.

Compreendemos que a educação em saúde e nutricional consiste em um processo complexo e com forte demarcação na identidade sócio-cultural dos sujeitos, portanto, acreditamos que aconselhar, sob esse ponto de vista, é apresentar possibilidades para a construção da integralidade em saúde.

Uma integralidade, de homens e mulheres, que transcende a idéia de que saúde e boa nutrição se resumem ao rigor no cumprimento de procedimentos normativos e prescritivos de “hábitos saudáveis”. Como afirma Boog (2005), a educação nutricional volta-se para a formação de valores, para o prazer, a responsabilidade, a atitude crítica, assim como para o lúdico e a liberdade.

Por conseguinte, podemos crer que o Aconselhamento permeado pelos referenciais da educação nutricional e problematizadora pode contribuir com a discussão e a exposição dos múltiplos aspectos que envolvem as práticas alimentares, sejam estes no campo das informações, da arte, da tecnologia, do prazer e por assim ser, da vida das pessoas.

Temos procurado fazer do Aconselhamento um processo de conhecimento mútuo onde há sensibilidade para escuta e predisposição à formação de vínculos, cuja proposta está centrada no usuário, antes mesmo de suas condições clínicas e de seus problemas alimentares.

Dessa forma, esta prática extensionista contribui com a formação dos estudantes, na medida em que os possibilita ampliar os sentidos de compromisso social com a realidade da população

e permite experimentar novos caminhos na relação profissional de saúde-usuário. Para além destes sentidos, permite-se na extensão elaborar formas alternativas de se constituir o conhecimento a partir das necessidades e saberes do outro, detentor de uma história e de múltiplos saberes apreendidos a partir de sua experiência de vida.

Nesse sentido, a extensão busca atender diversas multiplicidades das perspectivas de acordo com os princípios da ciência, arte e tecnologia. A universidade não é portadora do saber pronto e acabado, ela necessita estar junto de movimentos sociais, visando a construção da cidadania e dando a extensão a imagem de trabalho social, ou seja “ação deliberada que se constitui a partir da realidade e sobre esta realidade objetiva, produzindo conhecimentos que visam a transformação social” (MELO NETO, 2006 pág. 35).

CONCLUSÃO

A experiência pedagógica do Aconselhamento Dietético desenvolvida no âmbito do PINAB tem possibilitado a discussão sobre o papel do nutricionista enquanto educador. O ponto de partida para esta reflexão é a responsabilização social, ética e política dos sujeitos (subalternos ou não) que interagem neste processo e re-criam outros movimentos e caminhos em direção à integralidade na saúde. Isto porque a capacidade de aprender está não apenas para nos adaptar, mas, sobretudo, para transformar a realidade, para nela intervir, recriando-a (FREIRE, 2007).

Portanto, a relação dialógica que se busca na educação problematizadora como a que está em questão, é uma educação na qual a relação educador/educando tende a desaparecer e ser substituída por uma relação entre iguais que visam a partir de sua cotidianidade construir uma visão crítica do mundo e alcançar finalmente, o consenso. Para tanto, acredita-se que o respeito à autonomia e a dignidade de cada um é um imperativo ético e não um favor que podemos ou não conceder uns aos outros (FREIRE, 1999).

REFERÊNCIAS

BATISTA FILHO, M.; RISSIN A. **A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. Cadernos de Saúde Pública.** Cadernos de Saúde Pública. Vol. 19 Rio de Janeiro, 2003.

BOOG, M. C. F. Contribuições da educação nutricional à construção da segurança alimentar. **Saúde em revista**, v. 6, n. 13, p. 17-23, 2004.

BOOG, M.C.F.; RODRIGUES, E.M.; SOARES, F.P.T. **Resgate do conceito de aconselhamento no contexto do atendimento nutricional**. Revista de Nutrição. Campinas, janeiro de 2005.

BRASIL, 2005. Estratégia Saúde Brasil. Disponível em <http://portal.saude.gov.br/portal/svs/area.cfm?id_area=448> Acesso em <16 de março de 2008>.

CRUZ, P.J.S.C.; ALMEIDA, A.B.; OLIVEIRA, A.M.B. et al.. **Percepção do estudante universitário sobre o trabalho em comunidade na perspectiva da educação popular**. In: **Anais do V Colóquio Internacional Paulo Freire**. Recife, 2005.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 35ª ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

STRECK, D. R. **Paulo Freire: Ética, utopia e organização**. 5ª ed. Rio de Janeiro: Vozes, 1999.

LACERDA, D..L.; RIBEIRO, K.S.Q.S. **Fisioterapia na Comunidade: experiência na Atenção Básica**. João Pessoa: Universitária, 2006.

MELO NETO, J.F. **Extensão Popular**. João Pessoa: Universitária, 2006.

MELO NETO, J.F. **Extensão Universitária: Diálogos Populares**. João Pessoa: Universitária, 2002.

SCOCUGLIA, A.C.; MELO NETO, J.F. **Educação Popular: outros caminhos**. João Pessoa: Universitária, 1999.

VASCONCELOS, E. M. Educação Popular, um jeito especial de conduzir o processo educativo no setor saúde In: **Educação Popular nos serviços de saúde**. São Paulo: Hucitec, 1997.

VASCONCELOS, F.A.G. **O nutricionista no Brasil: uma análise histórica**. Revista de Nutrição. Vol.15 n.2 Campinas. Agosto, 2002