

Promoção de Saúde e reflexões

Fátima Aparecida Arantes Sardinha

CV: <http://lattes.cnpq.br/5941507385434350>

Objetivo: alimento, educação e meio ambiente.

Reflexão:

“Entre as imagens que mais profundamente marcaram minha mente, nenhuma /excede a grandeza das florestas primitivas, poupadas da mutilação pela mão do homem. Ninguém pode passar por essas solidões intocado, sem sentir que existe mais dentro do homem do que a mera respiração do seu corpo”.

Charles Darwin



UMA PLANTA

Sou chamada de raiz. Transporte alimentação;

Sem a minha parceria não existe arborização.

De caule sou chamado, me orgulho ao dizer:

Que sustento meus irmãos com todo meu prazer.

Sou a folha com muita função, faço a planta respirar,

Faço cura, faço sombra, é um crime me queimar.

Sou uma flor perfumada, digo com toda razão, na planta eu represento órgão de reprodução.

Sou um fruto saboroso, sou muito mais de milhão;

Me use com muito respeito na sua alimentação.

Agora estando completa um pedido vou deixar:

Não me corte, nem me queime, Ajude a me preservar.

Maria Zilda Silva de Sá

Promoção de Saúde no âmbito escolar: uma proposta interdisciplinar

O ato de comer é algo que se traduz não apenas pelo desejo de estar ou de ser nutrido, envolve vários aspectos, como sociais, culturais, econômicos e mesmo emocionais, portanto, é possível inferir que é um ato essencial para viver.

A alimentação exige mais do que aprender a buscar bons alimentos, há que se esforçar por compreender a ligação entre hábitos alimentares, qualidade de vida e promoção de saúde.

A Organização Mundial da Saúde (2000) definiu que uma das melhores maneiras de promoção da saúde é na escola, já que este é um local de convívio, aprendizagem e busca por escolhas.



O conceito de Escola Promotora de Saúde foi apresentado em 1954, em caráter mundial e o objetivo foi o de estreitar colaboração entre os setores da saúde e da educação. No Brasil, esta iniciativa resultou na estruturação da Política Nacional de Promoção da Saúde, que nas suas ações específicas destaca a necessidade de interação do Ministério da Educação com as secretarias municipais e estaduais na articulação de estratégias de promoção da saúde nas escolas (BRASIL, 1999; MS, 2006).

É pertinente considerar que a promoção da saúde no âmbito escolar deve partir de uma visão integral e multidisciplinar do ser humano, que considera as pessoas em seu contexto familiar, comunitário, social e ambiental (BARLOW; STONE, 2006; BIZZO; LEDER, 2005; WHO, 2004).

É de conhecimento geral a preocupante situação atual da evolução das doenças crônicas não transmissíveis, com ênfase ao diabetes e doenças cardiovasculares, em idades cada vez mais precoces, levando a sequelas para o resto da vida, tendo como um dos fatores relacionados à obesidade (MENOTTI et al., 1999; IBGE, 2000; PERGHER et al., 2010).

Tem sido demonstrada relação direta entre a propaganda televisiva e as tendências alimentares de crianças entre dois e onze anos de idade, que se manifestariam em suas preferências, apelos para a compra e opiniões, havendo correlação positiva entre sobrepeso e tempo de exposição a

propagandas da TV (ORTIGOZA, 1997; RIAL, 2000; SERRA, 2001). Em vários países a publicidade televisiva destinada a crianças, recebe restrições específicas, decorrentes de seus efeitos maléficos (ENGESVEEN, 2005).

São poucos os estudos no Brasil sobre tal correlação. Mas o que tem sido verificado é que grande parte dos comerciais nas emissoras brasileiras é de alimentos ricos em açúcar e gordura e voltada ao público infantil (CONAR, 2006; LAZZERI, 2007; LAURINDO, 2008; VASCONCELLOS et al, 2009).

É possível considerar que a publicidade alimentar acaba por valorizar alguns alimentos, atribuindo-lhes características e poderes (ENGESVEEN, 2005). Exemplo disso é a relação que procura ser demonstrada entre custo do alimento e “status” social. Assim é que o consumo de alimentos “da moda” torna os indivíduos aceitos no seu meio, bem como o contrário, pode ser percebido (SERRA, 2001).

Deste modo, o consumo de alimentos da feira, como frutas, hortaliças, arroz, feijão, cujo custo tende a ser menor do que os alimentos industrializados e não incitam “performance”, pode refletir em não aceitação desses alimentos nas refeições habituais. E o interessante, é que este preconceito não existe apenas na criança e no adolescente, o adulto é também responsável pela dificuldade na aceitação e mudança no perfil alimentar (LAURINDO; LEAL, 2008).

As estratégias adotadas pelo marketing publicitário, dedicadas às crianças são muitas, como a associação de produtos a personagens, o apelo emocional vinculado a sentimentos positivos, a oferta de brindes, a evocação à saúde, a ênfase em características que estimulam os vários órgãos sensoriais, a utilização de jingles, preços promocionais e a participação de personalidades de diferentes áreas (SILVA, 2010).



Complementando as informações supracitadas, os dados do IBGE, 2010, demonstram que a compra de refrigerante de cola pelo consumidor teve elevação de 39,9%, enquanto a cerveja teve alta de 23,2%. Outro ponto é que o consumo de água mineral também aumentou: 27,5% entre 2002 e 2009.

O consumo de frutas e verduras, que deveriam corresponder a uma proporção entre 9% e 12% das calorias ingeridas, representa 2,8% pelos brasileiros, isto é, menos da metade do recomendado. Já os alimentos essencialmente calóricos (óleos e gorduras vegetais, gordura animal, açúcar de mesa e refrigerantes), atingem 28% das calorias consumidas. Entre os 20% mais ricos, o consumo desses alimentos ultrapassa a proporção recomendada por nutricionistas, que é de 30%, e alcança 31,8%. Os dados fazem parte da Avaliação Nutricional da Disponibilidade Domiciliar de Alimentos no Brasil feito por pesquisadores do IBGE com base na (POF) 2008-2009 (IBGE, 2010).

Há fortes indícios que demonstram que sensibilidade e compromisso na relação do ser humano com a natureza são características aprendidas. Experiências que envolvam interação com ambientes naturais durante a infância fazem emergir atitudes e comportamentos que se perpetuam para a fase adulta, ocorrendo especialmente nos vinte primeiros anos de vida (CAPRA, 2006).

Portanto, no contexto de adequar a qualidade de vida, além de focar na alimentação e na educação, torna-se essencial considerar outro fator determinante e condicionante da saúde que é o meio ambiente (COSTA et al, 2001).

Fica claro que a promoção da saúde não pode ser entendida apenas como a inibição do desenvolvimento de doenças, já que se entrelaçam outros fatores, como os ambientais, compreendendo também o desenvolvimento de infraestruturas como as para consumo de água potável, para o tratamento de esgotos e para dar fluxo ao lixo gerado pelos homens (MS, 2006).

Levinse Lopez, 1999, refere como alternativa para problemas de saúde o “ecossocial”, que busca incorporar uma visão mais holística acerca das complexidades que caracterizam a saúde e a qualidade de vida, a partir da observação de propostas e resultados de movimentos e correntes intelectuais que focam na saúde de ecossistemas, na justiça ambiental, na determinação social e na saúde para todos, como já discutido por outros autores (BUSQUETS et al., 1998; WHO, 2004).

Esta abordagem resulta em *insights* provenientes da ecologia, das teorias sobre sistemas complexos, do desenvolvimento de análises integradas e metodologias participativas (PORTO; MARTINEZ-ALIER, 2007).

A proposta é proporcionar conhecimentos sobre os processos que envolvem a produção de alimentos, considerando etapas do cuidado com a terra à colheita, e seguindo com a preparação e consumo, buscando ampliar as opções, para que as escolhas sejam efetivas num contexto cultural, social e emocional, e desta forma, promovendo saúde.

Isso implica em um processo de educação alimentar englobando em seu conteúdo a complexidade do alimento, e não apenas a importância do “comer”, reforçando dentre as propostas da educação o “Saber Ser” em todos os seus aspectos.

Objetivos

- Estimular a sensibilização;
- Propiciar vivência e estimular a interação.

Metodologia

A fundamentação tem como base a Política Nacional de Educação Ambiental - PNEA (lei nº 9.795/99), que refere a Educação Ambiental e os quatro pilares da educação/aprendizagem, que são fundamentais para a vida: aprender a conhecer; aprender a conviver; aprender a fazer e aprender a ser.

As ações são pautadas na interdisciplinaridade.

“Interdisciplinaridade é uma nova atitude diante da questão do conhecimento, de abertura à compreensão de aspectos ocultos do ato de aprender e dos aparentemente expressos, colocando-os em questão”. “Exige, portanto, na prática uma profunda imersão no trabalho cotidiano” (FAZENDA, 2000, p.7).

Fica claro que o sucesso deste tipo de trabalho está associado ao envolvimento de todos, evidenciando a cumplicidade, a parceria que vai além da troca de conhecimento e informações, é a oportunidade de avançar nas mudanças das nossas atitudes, permitindo inclusive autoconhecimento, já que sem esta observação interna, “o olhar” será apenas ver sem enxergar (FAZENDA, 2003).

REFERÊNCIAS

_____. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Política Nacional de Promoção da Saúde**. Brasília, 2006. Disponível em <portal.saude.gov.br/portal/arquivos/.../portaria_687_2006_anexo1.pdf>. Acesso em 28 de junho de 2009.

BARLOW, Z.; STONE, M. K. (Orgs.). **Alfabetização Ecológica: A educação das crianças para um mundo sustentável**. São Paulo: Cultrix, 2006.

BATISTA, N. A. **Planejamento na prática docente em saúde**. In: BATISTA, N. A.; BATISTA, S. H. *Docência em saúde: temas e experiências*. São Paulo: Senac, 2004, p. 35-56.

BISSOLI, M.C.; LANZILLOTTI, H.S. Educação Nutricional como forma de intervenção: avaliação de uma proposta para pré-escolares. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.10, n.2, p.107-13, 1997.

BIZZO, M.L.G.; LEDER, L. Educação Nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.18, n.5, p.661-67, 2005.

BUSQUETS, M.D, et al. **Temas transversais em educação. Bases para a formação integral**. 5ª ed. São Paulo, Ática, 1998.

CAPRA, F.. **Como a natureza sustenta a Teia da Vida**, In: Alfabetização Ecológica. A educação das crianças para um mundo sustentável.

CAMPBELL, J.C. **O poder do mito**. Ed. Palas Athena, São Paulo, 1990, 242 p.

COSTA, E. de Q.; RIBEIRO, V. M. B.; RIBEIRO, E. C. de O. Programa de Alimentação Escolar: Espaço de Aprendizagem e Produção de Conhecimento. **Rev.Nutr.**, v.14, n.3, Campinas, set./dez. 2001.

ENGESVEEN, K. Proteção das crianças contra o marketing agressivo de alimentos e bebidas prejudiciais à saúde: O potencial de uma abordagem baseada nos direitos humanos. Oslo-Noruega, 2005. Disponível em:<<http://www.abrandh.org.br/artigos>>. Acesso em: 10 ago. 2009.

FERREIRA, V.A.; MAGALHAES, R. Nutrição e promoção da saúde: perspectivas atuais. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 23, n.7, p.1674-81, 2007.

IBGE. Censo Demográfico 2000: **Características da População e dos domicílios: Resultados do universo**. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/defaulttab_indicadores.shtm. Acesso 29 Ago. 2007.

IBGE. **Queda da desnutrição em todo país reduz desigualdades regionais**. Pesquisa de orçamentos Familiares (POF 2008-2009). Rio de Janeiro, p. 1-7. 2010.

JOLLIFFE, C.J.; JANSSEN, I. Vascular risks and management of obesity in children and adolescents.**Vascular Health and Risk Management**, v.2, n.2, p.171-87, 2006.

LEVINS, R.; LOPEZ,C. Toward na ecosocial view of health. **Int J Health Serv**, v.29, p.261-93, 1999.

LAURINDO, R.; LEAL, A. A recepção da publicidade na TV entre crianças de cinco anos. *Comunicação, Mídia e Consumo*, jul. 2008. Disponível em:<<http://thefreelibrary.com>>. Acesso em 10 ago. 2009.

LAZZERI, Thais. **Ministério da Saúde divulga excessos e abusos das propagandas de alimentos**. São Paulo. , p.1-2-3, 2007.

MENOTTI A, KROMHOUT D, H BLACKBURN, et al. Padrões de consumo alimentar e mortalidade de 25 anos de doença cardíaca coronária: correlação cross-cultural no Seven Countries Study. Os sete países do Grupo de Pesquisa Estudos. **Eur J Epidemiol**, v.15, n. 6, p. 507-15, 1999.

NATERCIA, F.. Infância próxima à natureza estimula preocupação ambiental na vida adulta **Cienc. Cult.** v..59, n.1, São Paulo Jan./Mar. 2007.

ORTIGOZA, S. A.G. **O fast food e a mundialização do gosto.** Revista Cadernos de Debate, uma publicação do Núcleo de estudos e Pesquisas em Alimentação da UNICAMP.São Paulo, v. 5, p. 21-45, 1997.

PERGHER, R.,N.,Q. et al. Is a diagnosis of metabolic syndrome applicable to children? **J. Pediatr** (Rio J), v.86, n.2, p-101-8, 2010.

PORTO, M.,F.; MARTINES-ALIER, J. Ecologia política, economia ecológica e saúde coletiva: interfaces para a sustentabilidade do desenvolvimento e para a promoção da saúde. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.23, Supl4, p.S503-12, 2007.

RIAL, C. S.M. **Os fast-food uma homogeneidade contestável na globalização cultural.** Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, SC, v. 5, p. 140-180, 2000.

SERRA, G. M.A.**Saúde e nutrição na adolescência: o discurso sobre dietas na Revista Capricho.** [Mestrado] Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de saúde Pública. Rio de Janeiro. , p136, 2001.

SILVA, E., C., R. **Agricultura urbana como instrumento para a educação ambiental e para a educação em saúde: decodificando o protagonismo da escola.** Dissertação (mestrado) -- Rio de Janeiro, UFRJ, Núcleo de Tecnologia Educacional para a Saúde, 2010. 239p.

SILVA, E.,C.R.; FONSECA, A.,B. **Hortas em escolas urbanas, complexidade e transdisciplinaridade: contribuições para o ensino de ciências e para a educação em saúde.** Observatório da Educação - CAPES/INEP, núcleo local NUTES/UFRJ, p.15, disponível em http://www.nutes.ufrj.br/coloquio/Arquivo/Bizzo_Silva%20Elizabete.pdf. acesso em 15/11/2011.

UNESCO. **La educación ambiental: las grandes orientaciones de la Conferência de Tbilisi.** Paris: ONU, 1980. (Colección Programas de Estudios y EducacioónPermanente).

VASCONCELLOS, A. B.; GOULART, D.; GENTIL, P.C.; OLIVEIRA, T.P. **A Saúde Pública e a Regulamentação da publicidade de alimentos.** Disponível em:<http://dtr2004.saude.gov.br/nutricao/documentos/regulamenta_publicidade_alimentos.pdf>. Acesso em: 08 de jul. 2009.

WHO (World Health Organization). **Global Strategy on diet, physical activity and health. Fifty seventh world health assembly [WHA57.17].** Geneva, 2004.

Vídeos sugeridos:

Fome Come – Palavra Cantada: <https://www.youtube.com/watch?v=9mccYgybzeU>

Descoberta da chuva: <https://www.youtube.com/watch?v=D-xvcXjvrek>

Apreendendo o praticar e agir: reflexões projeto Interdisciplinar

Prefeitura de São Paulo - 2014

Fátima Aparecida Arantes Sardinha

CV: <http://lattes.cnpq.br/5941507385434350>

O olhar para este encontro destaca o “movimento” como um ícone para a interdisciplinaridade, destacado em várias situações, mas em especial na convicção da necessidade de investimento no próprio conhecimento para desenvolver um projeto interdisciplinar: “Como ignoramos o belo e empobrecemos o conhecimento”!

Num projeto interdisciplinar é importante a percepção de todos, para que intervenções sejam realizadas em momentos adequados e desta maneira, tornar possível dar suavidade e contornos apropriados à situação, potencializando os conhecimentos de interesse a partir da experiência e experimentação profissional, deixando claro que a interdisciplinaridade está implícita nas suas ações e no trabalho prático.

Um projeto interdisciplinar pode ser desenvolvido por apenas um profissional?

A questão de “unificar pessoas a partir de conhecimentos variados” aponta o quanto o conceito em torno da interdisciplinaridade requer desmistificação para deixar de ser uma “colcha de retalhos”.

Sendo a interdisciplinaridade ação e movimento, um projeto pode ser desenvolvido por apenas um pesquisador, que tenha capacidade suficiente, domínio do assunto, embasamento teórico em fontes de outros pesquisadores que estudaram e que tragam “luz” para quem quer trilhar neste caminho. O essencial é que o projeto tenha implícito o “convite” para que outros professores, profissionais possam ir se agregando, compondo com olhares específicos, oferecendo profundidade, maior discussão e resultar em benefícios para uma população alvo. Este é o perfil do projeto interdisciplinar: ele atrai parceiros, promove movimentos novos, a partir de uma base científica que reconhece o que já foi criado, estudado e experimentado.

Projetos interdisciplinares não são junções de disciplinas, mas o despertar da disciplina que agrega valor, consciência e atitudes que fundamentam ações e movimentos para um aprendizado holístico e transformador.

Minha percepção quanto ao momento com gestores e coordenadores é que existe a necessidade de humanizar. Os gestores em geral estão sensibilizados, enfrentam questões pontuais como a falta de motivação de alunos, ainda o desencantamento do professor, porém, reconhecem que não há diálogo, troca, ação e sentimento que de certa forma possa aflorar desejos de crescimento e reforma interior. E este reconhecimento é o despertar para uma possível mudança, especialmente quando é possível usar da ousadia e acreditar que muito se tem para realizar e explorar, num contexto infinito o quanto for permitido.



“Parece que a interdisciplinaridade requer ousadia. O professor precisa ser ousado na sala de aula. Precisa perceber seus alunos e adequar ao que encontra no momento, no aqui e agora”, referem alguns gestores. A interdisciplinaridade é implícita, não pode ser imposta, é criada, lapidada e reciclada, este é o ciclo que acaba inserindo sentido ao nosso trabalho e atividades gerais.

Ser e Estar: Eu estou ou sou gestor? Como lidar com isso? Este é um passo fundamental para que o processo interdisciplinar exista, assunto este que despertou no mínimo, reflexões mais profundas entre os participantes.

Assuntos atuais devem permear o método de ensinar, já que requer discussões que passam a exigir conhecimento de questões sociais, culturais e políticas, oportunidade para agregar estudo. A exclusão do dia das Mães, por exemplo, foi tema que promoveu oportunidade de discussões: um sintoma da falta de entrosamento no ambiente escolar, da ausência da mãe na escola, da cobrança desmerecida aos professores e à própria escola. Um “desencantamento?”.

E esta realidade pode ser mudada? Como? Quem mobilizar? E quando? Dúvidas são geradoras de movimentos e da pesquisa propriamente dita: avaliar o que existe sobre o assunto e buscar hipóteses que serão testadas; buscar conhecimento; discussão e desvendar a situação para desenvolver ações as mais assertivas possíveis para cada local e população. Este é um projeto interdisciplinar.

Reforçando que para o projeto interdisciplinar o domínio da área do conhecimento, a abertura para parcerias que vai acoplando mais conhecimento e permitindo crescimento e desenvolvimento de tal maneira que possa trazer a visão do ser único, do ser total e completo. A clareza e a objetividade nos permitirá ser mais assertivo e mais humanizado.

Dentro de um contexto escolar, o gestor e o coordenador são apontados como essencial para que projetos sejam criados e efetivados no seu melhor.

Outro aspecto relevante é a questão dos adultos infantilizados, o que limita ações, práticas e trabalho, levando à deturpação dos propósitos da educação. Mais uma vez, a palavra parceria aparece como um gerador de forças, de sustento para que os movimentos ocorram, no entanto, fica a questão: Estamos abertos aos parceiros?

Como enfrentar juntos um problema de adultos e desenvolver a criança que está sob nossos cuidados? Vivendo a interdisciplinaridade é possível repensar vários projetos, promovendo a inclusão da mãe, do pai, do cuidador, da família: criar uma horta, um jardim; Grupos de mães para discussão de assuntos de interesse da população ou aqueles mais evitados: sexualidade, drogas; ou ainda: alimentação saudável: o que é?; O cuidado e o olhar...

Com isso, parece ser imprescindível desenvolver e estimular o autoconhecimento, a valorização do que somos e do que fazemos para que isso gere alegria no trabalho, o despertar de talentos e o resgatar nossas propostas enquanto educadores.

O momento atual é de mudanças, evita-las ou posterga-las pode não ser promissor. Ação e movimento pode representar trilhar e vivenciar a situação do momento, assim como permitir que a diversão e o prazer façam parte de projetos; discutir como e quando fazer, observar a população, o nosso público (não sem antes olhar para si); ter a escuta sensível, permitir o tempo de cada um; não deixar se perder nenhuma ideia, nenhuma possibilidade de trabalhar e de ser útil, agindo de maneira pensada e inserindo métodos replicáveis e que possam ser ampliados, jamais engessados.



No que se refere à minha disciplina, nutrição, apresentamos possibilidades de trabalho e ação a partir do alimento, buscando a promoção de saúde. No contexto focamos no projeto hortas escolares e na sua orientação para estar e pertencer à escola e não apenas servir como um horário de diversão ou de “outras” atividades. É possível, foi discutido, usar de várias ferramentas que passam a serem instrumentos do trabalho para a educação, de maneira agradável, leve e com despertares para áreas que vão desde a alimentação com consciência até o empreendedorismo, podendo ser trabalhado as diferentes disciplinas, como matemática, geografia, português,

inglês, informática, enfim, tudo o que o estudante requer para se conectar ao mundo e se desenvolver.

E em outro momento, este despertar se deu por meio da plantação propriamente dita, quando os participantes foram convidados para “mão na massa”: produzir arte a partir de descartáveis, construindo vasos e deixando fluir talentos e alegrias escondidas; trabalhar com a terra, porém discutindo a importância de cuidados e necessidades de adubação e permitindo o contato ainda que pouco, com a natureza; fazer o plantio e cuidar daquilo que se tornou responsável, estimulando muitas dúvidas e perguntas de como proceder e cuidar do que plantou em casa? Quanto tempo? Como cuidar?

Muitos movimentos foram observados naquele momento em todos nós, e em especial ficou claro que a transformação pode acontecer, mas é essencial que quem educa faça parte desta história, esteja com o aluno, lado a lado e sinta com ele e não apenas solicite que ele faça sozinho: podemos aprender a ser bom em qualquer idade. Cora Coralina reforça este fato, imaginemos o que não pode ser realizado em idades precoces? Quanta energia esperando apenas ser trabalhada para o bem, mas, ser trabalhada também com o bem, permitindo a evolução natural agir.

Quem educa deve ser educado sempre; precisa estar apto a receber para saber doar; aprender a cativar, mas a cultivar e a cultuar o que cativou e para isso, precisa também ser cativado.

Estar “ligado” ao que acontece a nossa volta é ferramenta para educar: a educação nasce da necessidade. Qual necessidade? De quem?

Buscar apoio em vídeos, documentários, reportagens atuais, músicas, poesias e outros materiais, contribui para que o conhecimento se de por meio de movimentos sociais, culturais, emocionais e em especial, que façam sentido para quem está aprendendo.

Exemplificando, segue poesia de Mário Quintana, com proposta de fechar a discussão da proposta do curso interdisciplinar.

A verdadeira arte de viajar, de Mário Quintana.

A gente sempre deve sair à rua como quem foge de casa,

Como se estivessem abertos diante de nós todos os caminhos do mundo.

Não importa que os compromissos, as obrigações, estejam ali...

Chegamos de muito longe, de alma aberta e o coração cantando!

(Quintana in “A cor do invisível”)



