

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL E A SUA INTERFACE COM O SUAS

Março de 2021
GSAN

**GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO**
*Secretaria de Trabalho, Assistência
e Desenvolvimento Social*



OBJETIVO

Estimular o desenvolvimento e a implementação de ações de Educação Alimentar e Nutricional na rede de proteção social do SUAS nos municípios do Espírito Santo.

VOCÊ SABIA QUE A ALIMENTAÇÃO É UM DIREITO DO BRASILEIRO?

Emenda Constitucional nº 64, de 04 de fevereiro de 2010 - introduziu o direito humano à alimentação adequada (DHAA) como direito social do cidadão brasileiro.



CONCEITO DE DHAA

O direito à alimentação adequada é um direito humano, inerente a todas as pessoas, de ter acesso regular, permanente e irrestrito, quer diretamente ou por meio de aquisições financeiras, a alimentos seguros e saudáveis, em quantidade e qualidade adequadas e suficientes, correspondentes às tradições culturais do seu povo e que garantam uma vida livre do medo, digna e plena nas dimensões física e mental, individual e coletiva.
(ABRANDH,2012)

As normas internacionais reconhecem o DHAA como pré-requisito para a realização de outros direitos humanos. Mas apesar disso, várias dimensões do DHAA são violadas no nosso dia a dia e ninguém percebe...

VIOLAÇÕES DO DHAA

- Na falta do alimento;
- Quando o alimento consumido apresenta uma qualidade ruim;
- Na falta de condições básicas de vida (água, moradia, saneamento básico...)
- No desrespeito à cultura alimentar;
- Na falta de informações sobre os alimentos e sobre os princípios para uma alimentação saudável...

•

Precisamos compreender que **a garantia do DHAA não se resolve e não se restringe à distribuição de cestas básicas** a famílias e pessoas em situação de vulnerabilidade social e econômica ou atingidas por calamidades ou situações de emergência.

É muito mais que isso...

Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - PNSAN

Para assegurar o DHAA foi criada a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), que estimula novas formas de produção de alimentos e de hábitos de consumo em toda a população.



educação alimentar
e nutricional



produção agroecológica
e agricultura familiar



acesso a alimentos
adequados e saudáveis

Diretrizes da PNSAN, que devem orientar ações e os programas de SAN (art. 3º decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010)

- I - promoção do acesso universal à alimentação adequada e saudável, com prioridade para as famílias e pessoas em situação de insegurança alimentar e nutricional;
- II - promoção do abastecimento e estruturação de sistemas sustentáveis e descentralizados, de base agroecológica, de produção, extração, processamento e distribuição de alimentos;
- III - instituição de processos permanentes de educação alimentar e nutricional, pesquisa e formação nas áreas de segurança alimentar e nutricional e do direito humano à alimentação adequada;
- IV - promoção, universalização e coordenação das ações de segurança alimentar e nutricional voltadas para quilombolas e demais povos e comunidades tradicionais de que trata o art. 3º, inciso I, do Decreto no 6.040, de 7 de fevereiro de 2007, povos indígenas e assentados da reforma agrária;
- V - fortalecimento das ações de alimentação e nutrição em todos os níveis da atenção à saúde, de modo articulado às demais ações de segurança alimentar e nutricional;
- VI - promoção do acesso universal à água de qualidade e em quantidade suficiente, com prioridade para as famílias em situação de insegurança hídrica e para a produção de alimentos da agricultura familiar e da pesca e aquicultura;
- VII - apoio a iniciativas de promoção da soberania alimentar, segurança alimentar e nutricional e do direito humano à alimentação adequada em âmbito internacional e a negociações internacionais baseadas nos princípios e diretrizes da Lei no 11.346, de 2006; e
- VIII - monitoramento da realização do direito humano à alimentação adequada.

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL E A SAN

Essa diretriz reconhece a **Educação Alimentar e Nutricional (EAN)** como um campo de ação da segurança alimentar e nutricional (SAN), e **seu objetivo é contribuir para a realização do DHAA e garantia da SAN**, bem como para a valorização da cultura alimentar, sustentabilidade e geração de autonomia para que as pessoas, grupos e comunidades estejam empoderados para a adoção de hábitos alimentares saudáveis e a melhoria da qualidade de vida.

A EAN se configura como um campo de conhecimento e prática contínua e permanente, intersetorial e multiprofissional, que utiliza diferentes abordagens educacionais. E é entendida como processo de diálogo entre os profissionais e a população, visando a autonomia, melhores escolhas, o autocuidado e o cuidado com sua família e comunidade.

E a matéria prima da EAN é a alimentação adequada e saudável.

MAS O QUE É ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL?

Se perguntássemos para os nossos avós o que é comer de modo saudável e o que seria uma alimentação saudável, certamente a resposta não coincidiria com a de um jovem. As diferenças nas respostas podem refletir diferentes contextos, aspectos históricos, hábitos, heranças, culturas, informações científicas, conhecimentos populares ou tradicionais, entre outros.



CONCEITO DE ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL

“É a realização de um direito humano básico, com a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo, de acordo com o ciclo de vida e as necessidades alimentares especiais, pautada no referencial tradicional local. Deve atender aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer (sabor), dimensões de gênero e etnia, e formas de produção ambientalmente sustentáveis, livre de contaminantes físicos, químicos e biológicos e organismos geneticamente modificados.”



ASPECTOS DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL



Fonte: LEÃO e RECINE, 2011.

Não é só uma questão de saber o que comer...

MARCO DE REFERÊNCIA DE EAN PARA AS POLÍTICAS PÚBLICAS

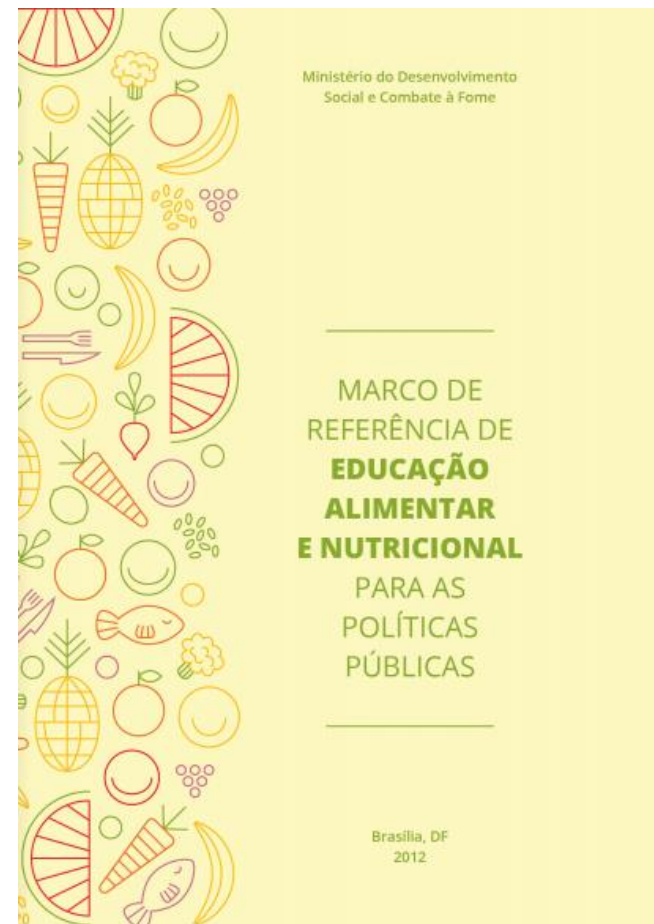
Para concretizar a diretriz de EAN foi elaborado o Marco de Referência de EAN para políticas públicas. Estabelece conceito, princípios e campos de práticas em diversos setores e cenários, auxiliar o profissional no planejamento e execução das ações de EAN.

Ele reposicionou a EAN na agenda pública, para além de seu impacto nas áreas da saúde e educação. Além disso, aprofundou a reflexão sobre as escolhas alimentares e as formas de produção de alimentos em cada território e cultura, deixando claro que alimentar-se é um ato político.

Disponível

em:

http://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/seguranca_alimentar/caisan/Publicacao/Educacao_Alimentar_Nutricional/1_marcoEAN.pdf;





Fonte: Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional, 2018.

TÓPICO E TEMAS RELEVANTES PARA SEREM ABORDADOS

- O Direito Humano à Alimentação Adequada;
- Alimentação adequada e saudável no ciclo da vida;
- Valorização do consumo de alimentos tradicionais;
- Consumo alimentar do brasileiro;
- Mídia e propaganda de alimentos;
- Sistemas alimentares saudáveis;
- Rotulagem de alimentos;
- Qualidade sanitárias e cuidados com a preparação e armazenamento dos alimentos;
- Conhecendo a produção local;
- Aproveitamento integral dos alimentos;
- Cultivo de alimentos em casa;

E ONDE ENTRA A EAN NO SUAS?

Os profissionais que atuam na rede de proteção social básica do SUAS têm um papel importante na garantia de direitos dos brasileiros.

O SUAS atua com famílias, grupos e indivíduos em situação de risco ou vulnerabilidade social, ou seja, que têm seus direitos mais básicos em risco de violação ou já violados. Esse segmento da população também está exposto a uma maior risco de insegurança alimentar e nutricional.

Neste caso, a EAN deve atuar nos serviços socioassistenciais, fomentando o desenvolvimento de estratégias para a garantia do DHAA e da superação da INSAN, por meio de processo participativos e permanentes, e uma agenda integrada, norteados pelos princípios trazidos pelo **Marco de Referência de EAN para as Políticas Públicas, 2012.**

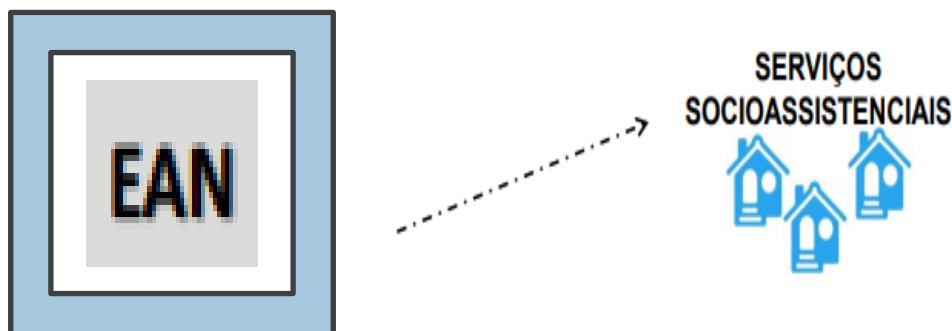


EAN NAS OFERTAS DO SUAS

Com foco no desenvolvimento de práticas transformadoras da realidade individual, familiar e coletiva que promovam escolhas conscientes; e valorizando o aprendizado, o resgate da cultura alimentar tradicional e a participação da comunidade no processo de construção do conhecimento.

Deve permitir que as pessoas adquiram autonomia para selecionar e consumir alimentos de forma adequada e saudável, valorizando o acesso e a diversidade dos produtos regionais, resgatando tradições alimentares e fomentando a garantia do DHAA.

Deve ser pautada na formação de vínculos entre os diferentes sujeitos que integram o processo.



CAMPOS DE PRÁTICA NO SUAS

Podem ser desenvolvidas em vários equipamentos da rede socioassistencial e de SAN, junto com vários programas ou serviços e em parceria com várias equipes:

- Serviço de Proteção e Atendimento Integral à família - PAIF;
- Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos - SCFV;
- Centros de referência da assistência social – CRAS
- Centros de referência especializado de assistência social - CREAS;
- Centros dia;
- Centro de Referência Especializado para a População em Situação de Rua - Centro POP;
- Unidades de Acolhimento;
- Programa de Aquisição de Alimentos - PAA;
- Compra Direta de Alimentos - CDA;
- Programa Bolsa Família – PBF;
- Banco de Alimentos, Cozinhas Comunitárias, Restaurantes Populares;
- Unidades de recebimento e distribuição da agricultura familiar;
- Programa Criança Feliz;
- Dentre outros.

A EAN NA PRÁTICA...

Mas quantas vezes consideramos muito difícil desenvolver uma atividade ou projeto de EAN no nosso território?

As ações devem depender do tipo de atendimento que a unidade realiza e da demanda e realidade social do público alvo. Devem ser planejadas e inseridas no contexto de atividades que já acontecem na rotina dos serviços socioassistenciais, e adequadas para cada fase do ciclo de vida.



AÇÕES QUE PODEM SER DESENVOLVIDAS NA ASSISTÊNCIA SOCIAL

- Abordagem de temas de EAN, em atividades que trabalham a convivência familiar e comunitária, e os vínculos familiares;



Ex. Palestra no CRAS sobre alimentação saudável e introdução alimentar para mães de crianças de 0 a 6 anos do SCFV, em parceria com o NASF (Núcleo de Apoio a Saúde da Família), da Secretaria Municipal de Saúde.



Ex. Atividades para mulheres e titulares de direito do Bolsa Família, buscando fortalecer os vínculos pessoais e afetivos, assim como estimular o autocuidado tanto no âmbito individual quanto coletivo. Podem ser realizadas conversas em roda, passeios, caminhadas e oficinas culinárias.

- Incentivo a implantação de hortas familiares, urbanas ou comunitárias, uma vez que as hortas são espaço de construção da identidade alimentar, perspectiva de renda e de vínculo com as raízes históricas da comunidade e de toda a cidade.



Ex. Horta no Centro Pop de Araçatuba, SP. Parte da produção é consumida no Centro Pop e outra parte é comercializada, tendo toda a renda revertida para a compra de insumos para a horta.

Ex. Curso de “Horta Vertical” no centro POP, que ensina a pessoas em situação de rua de Limeira-SP, a construir hortas verticais com garrafas pet, em parceria com a Faculdade de Ciências Aplicadas.



Ex. Projeto de Horta Comunitária “Cultivando Sonhos”, no CREAS de João Neiva-ES. Tem o objetivo de estimular o cultivo de hortas em residências, exercitar a cooperação e o trabalho em equipe e fortalecer o convívio comunitário. Contou com a parceria da Secretaria Municipal de Agricultura e Meio Ambiente (Semag), que disponibilizou o material necessário para o plantio da horta e o suporte para orientação da atividade. Orienta quanto ao uso e reaproveitamento de garrafa pet e outros materiais recicláveis. O Projeto interage com a participação de pessoas vítimas de violação de direitos ou que vivem em situação de vulnerabilidades social.



- Aquisição de alimentos oriundos da agricultura familiar;

Ex. Compra direta de alimentos (CDA): promove o acesso de populações em situação de insegurança alimentar e nutricional à alimentação saudável. Promove, também, o fortalecimento da agricultura familiar, fomentando a inclusão social e econômica de pequenos agricultores, a produção sustentável e a justa comercialização de seus produtos, ativando nas comunidades rurais senso de pertencimento;



EXEMPLOS DE ATIVIDADES POR CICLO DE VIDA

• IDOSO

Atividades que resgatem histórias de vida e lembranças relacionadas à alimentação, trabalhando juntamente a identidade e o território.

Podem ser realizados eventos onde idosos contam suas histórias para crianças, trabalhando as mesmas questões em uma atividade intergeracional.

Sabe-se que sentimentos relacionados a um determinado alimento ou alimentação geralmente estão ligados à processos e experiências previamente adquiridas no decorrer do ciclo de vida.





Ex. Oficinas de “Educação Alimentar e Nutricional para Promoção da Cidadania, da Saúde e Prevenção de Doenças”, realizada em um centro de convivência.

Ex. Curso em um CRAS, na área de Culinária e Plantas medicinais, condimentares e aromáticas, em parceria com o Senar, abordando também os benefícios de uma alimentação saudável.



• CRIANÇA

É possível trabalhar hortas, com colheita dos alimentos produzidos, seguida de preparação de receitas junto com as crianças. Pode-se fazer uma mesa caprichada ou um lanche ao ar livre para degustação.

O técnico pode trabalhar com as crianças o que cada alimento traz de bom, as os benefícios para as famílias e comunidade. As crianças participam com apresentações sobre os alimentos colhidos e o que aprenderam sobre eles. Aprendem também que “tudo tem o seu tempo”.



Projeto “Armazém da Saúde”, desenvolvido no CRAS de Barbacena – MG, em parceria com o INCA. Trata-se de uma atividade interativa que visa a disseminar informações sobre fatores de risco e de proteção relacionados à alimentação, e também a estimular escolhas de alimentos saudáveis. O armazém da saúde compõe-se de um estande contendo alimentos, expostos em gôndolas, sacos e prateleiras, simulando um armazém de verdade. Nele estão representados os diversos grupos de alimentos, desde os in natura, até ultraprocessados. A proposta é simular uma compra no armazém, supermercado ou feira livre, seguida de discussão sobre essas escolhas, possibilitando troca de informações a respeito de escolhas saudáveis.



• ADOLESCENTE

Pode-se trabalhar a produção de vídeos ou fotos do sistema alimentar de onde vivem, com visitas aos locais onde são comercializados e produzidos os alimentos, seguido de pesquisas sobre o que cada alimento faz com a saúde.

Pode-se realizar também uma exposição dos trabalhos, dialogada ou não, e rodas de conversas, com a participação da comunidade.



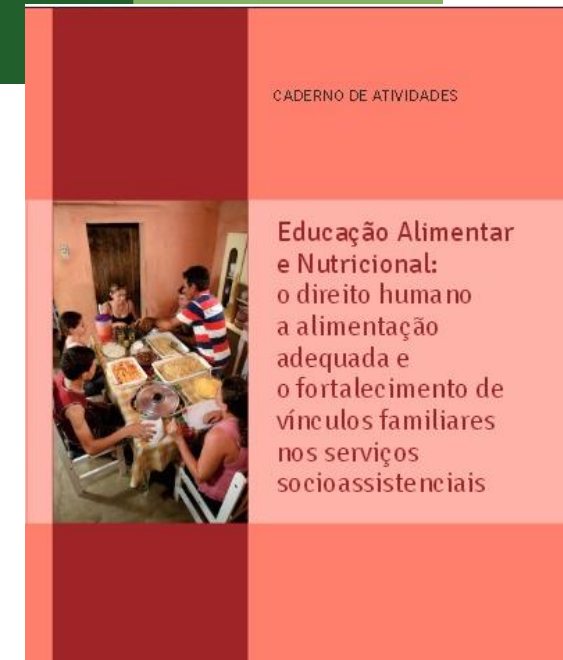
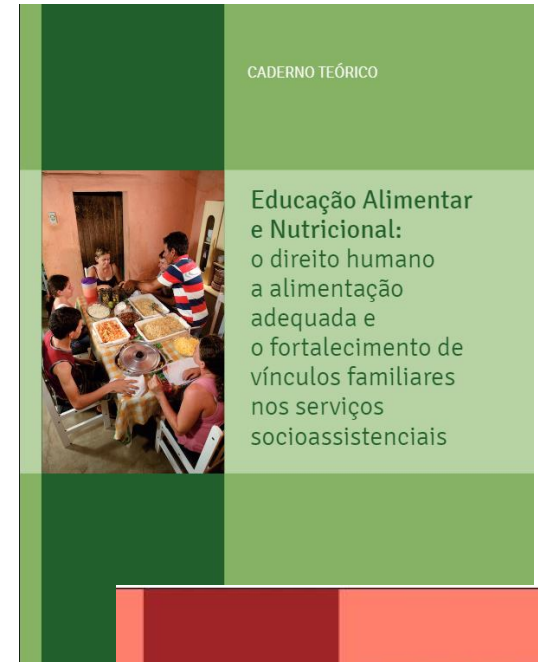
Ex. Roda de conversas/grupos para compilação de receitas de família e que utilizam produtos locais: valorizam a cultura alimentar local.

Confecção de murais interativos, de forma coletiva ou não, para comunicação, construção de conhecimentos e participação/interação com o tema.



SUBSÍDIOS

- **Cadernos de Educação Alimentar e Nutricional para serviços socioassistenciais: caderno teórico e de atividades, 2014,** disponível em: http://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/cadernoteorico_ean.pdf e http://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/seguranca_alimentar/caisan/Publicacao/Educacao_Alimentar_Nutricional/5_Caderno_Atividades_EAN_DHAA_Servicos_Socioassistenciais.pdf; que tem como objetivo subsidiar a abordagem da educação alimentar e nutricional nos serviços socioassistenciais.

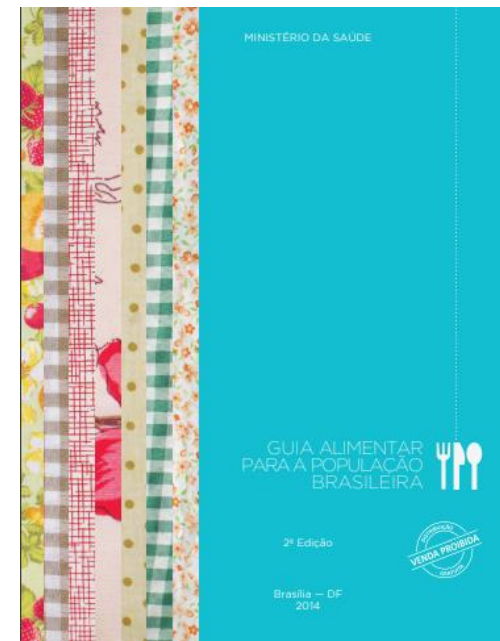


- **Cadernos Metodológicos de Atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) do Distrito Federal**, disponível em: [http://www.mds.gov.br/ead/ava/pluginfile.php/225561/mod_resource/content/1/Cadernos Metodologicos.pdf](http://www.mds.gov.br/ead/ava/pluginfile.php/225561/mod_resource/content/1/Cadernos_Metodologicos.pdf) .
- **Elaborado para facilitar a vida dos educadores(as)** que poderão utilizá-los em vários espaços de atuação: nos Restaurantes Comunitários, nos CRAS, CREAS, Centros Pop, COSES, Unidades de Acolhimento, nas escolas, nos postos de saúde, nas comunidades urbanas e rurais e dos povos tradicionais e de terreiros, acampamentos e assentamentos, entre outros lugares de aprendizagens. . **Traz sugestões de atividades, planejadas de acordo com o desenvolvimento e as possibilidades de aprendizagem de cada idade.**

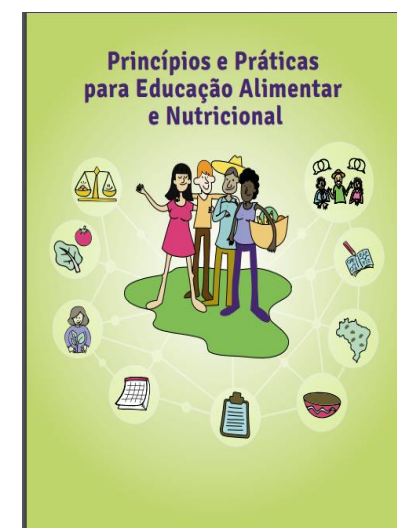
Cadernos
Metodológicos de
Atividades de
Educação Alimentar
e Nutricional do
Distrito Federal



- **Guia Alimentar Para População Brasileira,** 2014, disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf ; se constitui como instrumento para apoiar e incentivar práticas alimentares saudáveis no âmbito individual e coletivo, bem como para subsidiar políticas, programas e ações de promoção da saúde.
- Apresenta uma nova maneira de compreender e escolher os alimentos. Propõe que alimentos in natura e minimamente processados sejam a base da alimentação. Também orienta a valorização das preparações culinárias, o tempo gasto com as refeições, as companhias e o ambiente em que são realizadas as refeições.



- **Caderno sobre “Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional”,** 2019, disponível em: http://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/seguranca_alimentar/caisan/Publicacao/Educacao_Alimentar_Nutricional/Princ%C3%ADpios%20e%20Pr%C3%A1ticas%20para%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20Alimentar%20e%20Nutricional_impress%C3%A3o.pdf que ajuda a qualificar as práticas educativas nos estados e municípios, a partir de reflexões sobre o papel educadores nos territórios. Contém elementos que ajudam a planejar e a executar ações intersetoriais para a promoção da alimentação adequada e saudável.



Curso Ideias na Mesa – Educação Alimentar e Nutricional: uma estratégia para a promoção do direito humano à alimentação adequada nos Serviços Socioassistenciais, disponível em: <http://www.mds.gov.br/ead/ava/> .

Tem como objetivo estimular o desenvolvimento e a implementação de ações de Educação Alimentar e Nutricional na rede de proteção social básica do SUAS.



MINISTÉRIO DO
DESENVOLVIMENTO
SOCIAL

GOVERNO FEDERAL

Clique no
botão ao lado
para começar



DICAS PARA O PLANEJAMENTO DAS AÇÕES

- Experimentar ou planejar cuidadosamente as estratégias e dinâmicas, evitando o imprevisto e situações indesejáveis. Se necessário e possível, realizar testes pilotos;
- Procurar vivenciar as orientações partilhadas, demonstrando coerência entre o que se fala e o que se faz;
- Promover ações que contribuam para a ampliação do repertório de informações, o desenvolvimento de habilidades e a autonomia para escolhas conscientes. A Imposição de um determinado alimento, por exemplo, implica em retirar da pessoa o seu direito à escolha do que comer;
- Considerar os aspectos afetivos, sociais, econômicos, culturais e ambientais relacionados à alimentação, no sentido de criar novos significados do ato de comer;

- Exercitar a escuta interpretativa e compreensiva dos relatos dos indivíduos;
- Evitar abordagens normativas e autoritárias, que desconsideram as vivências, os saberes e os desejos dos indivíduos ou comunidades. Ou mesmo, falas que culpabilizam as pessoas sobre situações de saúde ou de vida, pelas quais não têm total responsabilidade ou condições de mudança;
- Ter cuidado com o uso de possíveis jargões ou frases preconceituosas que reforcem a exclusão social e estigmatização de grupos populacionais, pois precisamos respeitar a diversidade e as diferenças;

AÇÕES DE EAN DESENVOLVIDAS PELA GSAN/SETADES

Curso gratuito a distância

Educação Alimentar e Nutricional

Cuidar da segurança alimentar e nutricional é promover cidadania.

Neste curso, buscaremos estimular o desenvolvimento e a implementação de ações de Educação Alimentar e Nutricional no Espírito Santo, por meio da capacitação dos profissionais envolvidos nas ações de EAN, como protagonistas no fortalecimento da Segurança Alimentar e Nutricional e também na autonomia dos titulares de direito.

Pré-inscrições
17 a 24/03/21

Validação
31/03 a 05/04/21

**Divulgação
dos inscritos**
30/03/21

**Duração
do Curso**
06/04 a 01/06/21

Público alvo

Servidores públicos, trabalhadores da rede socioassistencial pública e privada e representantes da sociedade civil ligadas aos tema.

Vagas
150

Carga horária
40 horas

**Pré-inscrições no site setades.es.gov.br
Informações: eadsan@setades.es.gov.br
(27) 3636 6828**

- Cursos a distância sobre EAN, em parceria com a ESESP (aproximadamente 900 pessoas capacitadas até o momento).

**PRÉ-INSCRIÇÕES ABERTAS PARA A TURMA
01/2021 ATÉ O DIA 24/03/21**

WWW.SETADES.ES.GOV.BR



- Reprodução do “Guia para a elaboração de refeições saudáveis em eventos”, que auxilia na elaboração de cardápios saudáveis, disponível no link: https://setades.es.gov.br/Media/seadh/publica%C3%A7%C3%B5es/CARTILHA_SEGURANCA_ALIMENTAR_ELETRONICO.pdf



- Projeto Peso Saudável na SETADES, com a disponibilização de balanças para estimular o automonitoramento do peso (autocuidado);



- Refeitório Humanizado, disponibilizando um ambiente mais agradável ao servidor/colaborador, para realizar suas refeições, no ambiente de trabalho;

- Cantinho de apoio à amamentação da SETADES, para estimular o aleitamento materno após o término da licença maternidade;



DESAFIOS

- Fortalecer a agenda pública de EAN, desmitificando que a EAN é um tema restrito à atuação do nutricionista, podendo ser desenvolvida dentro do SUAS por qualquer profissional da rede;
- Capacitar/qualificar a rede de profissionais do SUAS quanto ao tema de EAN/SAN e processo educativos;
- Implementar a distribuição de cestas verdes, em especial para a população em INSAN, em complementação às demais cestas ofertadas pelos serviços;
- Qualificar a agenda de SAN no âmbito da assistência social, reconhecendo a importância da profissional nutricionista nos equipamentos da assistência e de SAN;

- Desenvolver ações de SAN específicas para os povos e comunidades tradicionais;
- Criar estratégias para facilitar o acesso de populações mais vulneráveis, especialmente população em situação de rua, ao equipamentos de SAN, e do SUAS;
- Construir ações contextualizadas e articuladas com as necessidades das pessoas e do território, com o consentimento e o envolvimento da comunidade. As famílias usuárias dos serviços socioassistenciais são heterogêneas, o que dificulta intervenções de Educação Alimentar e Nutricional pensadas longe da realidade vivida e sentida.



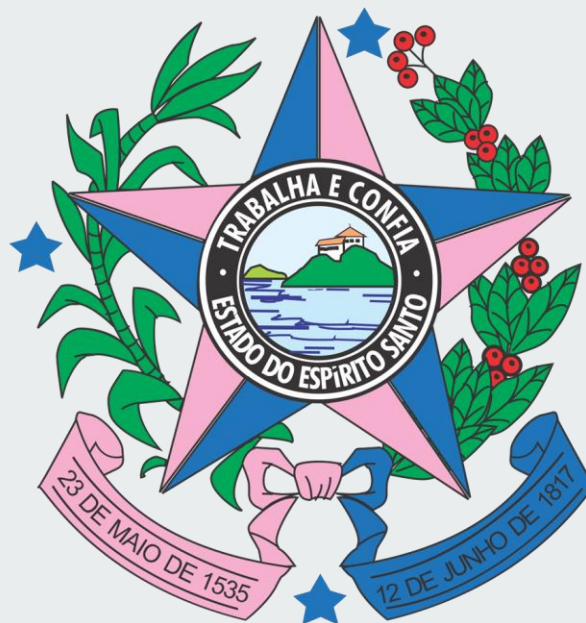
Obrigada

GERÊNCIA DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

san@setades.es.gov.br

paulaviana@setades.es.gov.br

Tel.: 3636-6828/6829



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

*Secretaria de Trabalho, Assistência
e Desenvolvimento Social*