Revista CFN
Conselho Federal de Nutricionistas
ISSN 1982-2057. Número 32 Ano VIII Setembro-Dezembro/2010

A diversidade alimentar na ceia de Natal

Inclusão Social
Nutricionistas promovem a cidadania com alimentação

Inserção do Nutricionista
Políticas públicas ampliam espaços para a Nutrição

Forças Armadas
Nutricionistas fazem a diferença

SISTEMA CONSELHOS FEDERAL E REGIONAIS DE NUTRICIONISTAS

Publicação do Conselho Federal de Nutricionistas.
Periodicidade: Quadrimestral.

SRTVS QD. 7012,
Ed. Assis Chateaubriand, Bloco II, Sala 406 – Brasília-DF
CEP: 70.340-000
Site: www.cfn.org.br
E-mail: cfn@cfn.org.br
Tel.: (61) 3225 6027
Fax: (61) 3323 7666

Presidente
Rosane Maria Nascimento da Silva (CRN-1/191)

Vice-presidente
Cristiane Ragner dos Santos Monteiro (CRN-6/2469)

Secretária
Ivete Barbisan (CRN-2/0090)

Tesoureira
Ana Maria Calabria Cardoso (CRN-7/0015)

Comissão de Fiscalização
Nina da Costa Corrêa (CRN-3/055) (licenciada)
Maria Ruth Vieira de Lemos Vasconcelos (CRN-6/083)
Cristiane Ragnar dos Santos Monteiro (CRN-6/2469) – coordenadora
Ana Lúcia Rocha Faillace (CRN-7/0402)
Regina Maria de Vasconcellos Carvalhaes de Oliveira (CRN-4/323)
Rosane Maria Nascimento da Silva (CRN-1/191)
Telma de Cássia Mero Sales (CRN-5/1529)

Comissão de Ética Profissional
Simone Bareicha Corrêa Marques (CRN-4/2375) – coordenadora
Ana Maria Calabria Cardoso (CRN-7/0015)
Ivete Barbisan (CRN-2/0090)
Maria Ruth Vieira de Lemos Vasconcelos (CRN-6/083)

Comissão de Tomadas de Contas
Ivan Mourthé de Oliveira (CRN-9/85100044) – coordenador
Simone Bareicha Corrêa Marques (CRN-4/2375)
Marilsa Suemy Sakamoto Santini (CRN-8/0972)

Comissão de Comunicação
Aline Pereira da Fonseca (CRN-3/3657) – coordenadora
Marta Evangelista de Araújo (CRN-1/1100)
Rosane Maria Nascimento da Silva (CRN-1/191)
Ivan Mourthé de Oliveira (CRN-9/85100044)

Comissão de Formação Profissional
Suzi Barletto Cavalli (CRN-2/1819) – coordenadora
Edilene Maria Queiroz Araújo (CRN-5/1356)
Telma de Cássia Mero Sales (CRN-5/1529)
Eliane Aparecida Queiroz Alvarenga (CRN-9/88100007)

Comissão de Licitação
Marta Evangelista de Araújo (CRN-1/1100) – coordenadora
Vinicius Silveira Ribeiro – funcionário
Rita França da Silva – funcionária
Mariolene Ribeiro Lima – funcionária

Editora
Socorro Aquino (3956/DF)

Revisão
OK Linguística

Estagiária
Trícia Oliveira

Diagramação
Liberdade de Expressão - Fabrício Martins

Impressão
Fórmula Gráfica

Tiragem
75.000 exemplares

EDITORIAL 3

AÇÕES E PARCERIAS 4

TECNOLOGIA DE ALIMENTOS 7

NUTRICIONISTA NAS FORÇAS ARMADAS 8

CAMPANHA CONTRA A OBESIDADE INFANTIL 10

CAPA - ORIGEM DA CEIA DE NATAL 12

CRN EM AÇÃO 14

NUTRICIONISTAS NO TERCEIRO SETOR 16

NUTRIÇÃO NA TERCEIRA IDADE 18

POLÍTICAS PÚBLICAS DE NUTRIÇÃO 20

NUTRIÇÃO E MEIO AMBIENTE 22

ERRATA

Esclarecemos que na Edição nº 31, de maio/agosto-2010, na matéria SISTEMA DEFENDE A SOLICITAÇÃO DE EXAMES LABORATORIAIS PELOS NUTRICIONISTAS, página 5, o número correto da lei que regulamenta a profissão do nutricionista é 8.234/91.

Na página 13, na matéria NUTRICIONISTA SUPERA LIMITES, informamos que a nutricionista Giullyane Lemes Bittencourt teve poliomielite aos 11 meses de idade e não aos 11 anos, como publicado. Além disso, ela não tem comprometimento dos membros superiores, como informou a matéria.

Revista CFN/Conselho Federal de Nutricionistas - Ano VIII, n. 32 (SETEMBRO/DEZEMBRO.2010) - Brasília: CFN, 2000

v.: il. Color.; 30cm.

Quadrimestral.
ISSN 1982-2057

1. Nutrição. 2. Alimentação. I .Conselho Federal de Nutricionistas. II. Título

CDU 612.3(05)

As opiniões nos artigos assinados são de inteira responsabilidade dos autores, não refletindo, necessariamente, o posicionamento do CFN. Os eventos aqui divulgados são de inteira responsabilidade de seus promotores.

Mais uma etapa de luta

Nesta última edição de 2010, trazemos para você, leitor, informações sobre as principais ações desenvolvidas pelo CFN neste segundo semestre, bem como dados da atuação do nutricionista em diversas áreas. As articulações do CFN junto à Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) para garantir a qualidade do trabalho dos nutricionistas nos planos de saúde é o foco de uma das matérias.

Outro tema relevante abordado é o recente acordo de colaboração técnica firmado entre o CFN e o Ministério da Educação (MEC), pelo qual o Conselho poderá opinar sobre a regulamentação e a supervisão dos cursos superiores de Nutrição. Quanto à relação com o MEC, merece destaque, também, a matéria sobre a indicação, feita pelo CFN, de nutricionistas para compor as câmaras técnicas da Comissão Nacional de Residência Multiprofissional em Saúde (CNRMS).

Outras matérias destacam ações de nutricionistas em pesquisas na produção de refeições e sobre tecnologia de alimentos, com foco na sustentabilidade do planeta. O combate à obesidade é tema de uma das matérias, que destaca o que está sendo feito nos Estados Unidos contra o mal do século, tal como a obesidade é avaliada pela Organização Mundial da Saúde. Este tema dá início às discussões do Sistema CFN/CRN para a campanha nacional que o CFN pretende realizar, em 2011, para combater a obesidade, especialmente a que atinge nossas crianças e adolescentes. O Conselho também participa do movimento nacional em defesa da Resolução 24/2010 da Anvisa, que criou normas para a publicidade de bebidas não alcoólicas e muito calóricas, e de alimentos com elevados teores de açúcar, sódio e gorduras, e que foi recentemente suspensa por decisão da Justiça Federal, impetrada pela Associação Brasileira da Indústria de Alimentos (Abia).

A matéria de capa destaca a importante contribuição para a nossa ceia de Natal das tradições alimentares de países que colonizaram o Brasil. Também entrevistamos representantes dos Ministérios da Saúde e do Desenvolvimento Social e Combate à Fome para falar sobre o papel do nutricionista nos programas sociais do governo federal.

"A matéria de capa destaca a importante contribuição para a nossa ceia de Natal das tradições alimentares de países que colonizaram o Brasil."

Enfim, apresentamos a você um vasto conteúdo sobre alimentação e nutrição. Aproveitamos a oportunidade para agradecer aos nutricionistas e técnicos em Nutrição e Dietética pela participação nas ações em defesa da inclusão do direito à alimentação na Constituição Federal e nas atividades da campanha nacional do CFN, realizadas em agosto, que tiveram como foco esse novo direito.

A todos e a todas um Natal repleto de fraternidade e alegrias, e um novo ano de muita luta e empenho para que tenhamos melhores condições de trabalho, ampliação da nossa inserção nas políticas públicas e privadas de alimentação e nutrição e, acima de tudo, de muita saúde e paz.

Obrigada!

Rosane Maria Nascimento da Silva
Presidente do CFN

CFN assina acordo com Ministério da Educação

Arquivo CFN

O Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) assinou, em 21 de setembro de 2010, um acordo de colaboração técnica, em caráter experimental, com a Secretaria de Educação Superior (SESu), do Ministério da Educação (MEC), para contribuir com subsídios capazes de regular e supervisionar os cursos superiores nas áreas de Nutrição. "O CFN atuará com pareceres nas renovações de autorizações concedidas às instituições de educação superior. O Conselho poderá opinar, e isso será levado em consideração na elaboração do relatório final que será enviado à instituição", explicou a secretária da Educação Superior, Maria Paula Dallari Bucci.

Os pareceres do CFN terão o objetivo de contribuir para a atuação do nutricionista no mercado de trabalho e vão considerar os aspectos de pertinência, relevância e inovação do curso ofertado pela instituição de ensino superior. "Dessa forma, os profissionais participarão do processo regulatório do MEC", afirma Paulo Roberto Wollinger, da Diretoria de Regulação e Supervisão da Educação Superior.

Treinamento – A nutricionista e assessora técnica do CFN, Vanessa Figueiredo, representa o Conselho como Procuradora Institucional (PI) junto ao MEC e está sendo capacitada pelo próprio Ministério para operacionalizar o sistema e-MEC. A PI será o elo entre o Conselho e o MEC nessas ações.

Cadastro para planos de saúde

O CFN está mapeando e cadastrando os nutricionistas que atuam na área clínica dos planos de saúde. As informações são necessárias para a revisão do Rol de Procedimentos e Eventos de Saúde, da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), expresso na Resolução Normativa (RN) nº 211, de 11 de janeiro de 2010.

O CFN participa do Grupo de Trabalho (GT) da ANS que criou o grupo técnico de *experts* da área de Nutrição Clínica, responsável pela análise e elaboração de propostas de modificação no âmbito da Nutrição. Os profissionais já podem se cadastrar por meio do *site* do CFN, no *banner* que fica na lateral superior direita da página.

Práticas integrativas – No mesmo *site*, está sendo realizado outro cadastramento: o de nutricionistas que trabalham com práticas integrativas e complementares. O objetivo é construir uma base de dados com profissionais, pesquisadores, instituições, entidades e serviços relacionados com essa prática. A coordenação deste trabalho está sob a responsabilidade da Coordenação de Práticas Integrativas e Complementares do Departamento de Atenção Básica do Ministério da Saúde. Assim, solicitamos a divulgação, também, deste serviço. Participe!

Modificações nos planos de saúde

A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) está revisando o Rol de Procedimentos e Eventos de Saúde, expresso na Resolução Normativa (RN) nº 211, de 11 de janeiro de 2010. Para discutir o assunto, o CFN está participando do Grupo de Trabalho (GT) da ANS, que criou o grupo técnico com *experts* da área de Nutrição Clínica para analisar e elaborar propostas de modificações no âmbito da Nutrição.

Em 7 de outubro, o grupo técnico realizou uma reunião na sede do Conselho Regional de Nutricionistas da 4ª Região (CRN-4), e definiu algumas propostas de alteração da RN 211. As principais proposições foram: substituição da exigência da solicitação de tratamento por médico pelo "profissional assistente"; inclusão da cobertura de exames laboratoriais solicitados por nutricionista assistente; 12 consultas por ano para os indivíduos em risco nutricional, pacientes com insuficiência renal crônica, cardiopatas, gestantes de alto risco e número de consultas ilimitado para diabéticos. As demais propostas também podem ser conhecidas no *site* do CFN (www.cfn.org.br).

Qualificação – O CFN participa, ainda, da política de incentivo à qualificação dos prestadores de serviços de saúde suplementares (planos de saúde). A ANS tem focado suas ações em programas de acreditação como estímulo para a melhoria da qualidade dos serviços oferecidos aos beneficiários em hospitais, clínicas e laboratórios.

No caso dos profissionais de saúde, o estímulo é o aprimoramento profissional, especialmente pela realização de cursos de especialização nas diversas áreas. Em relação à Nutrição, a Associação Brasileira de Nutrição (Asbran) realiza a concessão do título de especialista e sua respectiva certificação, e o Sistema CFN/CRN faz o registro desses títulos em todo Brasil.

Para o CFN, a inclusão de especialistas no mercado de trabalho, no qual a titulação será cada vez mais exigida, será um diferencial.

Orientação em braille sobre alimentação

Imagem capa da cartilha

A Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba, com a participação de seus nutricionistas, publicou duas versões de uma cartilha com orientações alimentares para uma vida saudável, sendo uma delas em braille. A publicação inclui informações sobre como plantar; como e onde comprar; como armazenar e conservar os alimentos; como preparar e comer, ou seja, todos os itens que fazem parte do direito humano à alimentação adequada e saudável.

A cartilha é um importante instrumento de inclusão social para pessoas com deficiência visual, que terão acesso a informações sobre uma alimentação saudável. O material, inédito, é uma ferramenta para quem necessita de informações alimentares expressas em braille.

Câmaras de residências multiprofissionais de saúde

A Coordenação Geral de Residências em Saúde do MEC solicitou ao CFN a indicação de especialistas para representar as áreas profissionais nas câmaras técnicas da Comissão Nacional de Residência Multiprofissional em Saúde (CNRMS). O CFN indicou nutricionistas para todas as câmaras, que foram agrupadas em áreas temáticas: apoio diagnóstico e terapêutico, especialidades cirúrgicas, especialidades clínicas; saúde funcional; intensivismo e urgência e emergência; saúde coletiva, atenção básica, saúde da família e comunidade; saúde mental; saúde funcional e saúde ambiental.

As câmaras técnicas da CNRMS foram instaladas em 16 de agosto de 2010, em reunião realizada em Brasília. O evento discutiu a situação atual dos programas, as áreas de concentração e modalidades de financiamento; a proposta de modelo de avaliação; as diretrizes para funcionamento das câmaras técnicas e as ações da Comissão. O grupo decidiu, ainda, criar uma rede de comunicação virtual para discutir temas pertinentes às câmaras.

O processo de trabalho da CNRMS, instituído pela Portaria nº 1.077/09-MEC, pressupõe a implantação das câmaras técnicas, que são instâncias de assessoramento permanente da Comissão. As câmaras examinam matérias e questões de natureza específica, referentes à autorização e ao reconhecimento dos programas de residência multiprofissional na área profissional da saúde.

Nutricionistas indicados pelo CFN para as câmaras

APOIO DIAGNÓSTICO E TERAPÊUTICO, ESPECIALIDADES CLÍNICAS, ESPECIALIDADES CIRÚRGICAS
Titular: Miriam Isabel Simon – Hospital de Clínicas de Porto Alegre-RS
Suplente: Ana Maria Calabria - CFN

INTENSIVISMO E URGÊNCIA E EMERGÊNCIA
Titular: Lúcia Queiroga Gonzaga – Hospital de Base de Brasília
Suplente: Bruna de Abreu Flores Toscano – Hospital de Base de Brasília

ATENÇÃO BÁSICA, SAÚDE DA FAMÍLIA E COMUNIDADE E SAÚDE COLETIVA
Titular: Suely Terezinha Schmidt Passos de Amorim – Universidade Federal do Paraná
Suplente: Islândia Bezerra – Universidade Federal do Paraná

SAÚDE MENTAL
Titular: Vitória Elizabeth Sampaio Bastos (Brasília)

SAÚDE FUNCIONAL
Titular: Lena Azeredo de Lima – Grupo Hospitalar Conceição Porto Alegre
Suplente: Tessa Guimarães – Grupo Hospitalar Conceição Porto Alegre

Novas tecnologias na produção de alimentos

Dra. Simone Valvassori*

Atualmente, o objetivo do nutricionista em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) é o fornecimento de uma refeição equilibrada e segura, com a promoção de ações para que as refeições sejam processadas de forma mais sustentável. Trabalhar com as novas tecnologias que surgiram no mercado é ter a capacidade de usar o conhecimento técnico, a biodisponibilidade do alimento e as técnicas de preparo como instrumentos para compreender e propor soluções práticas, seguras e economicamente viáveis aos clientes.

Por atuar no mercado há mais de 20 anos, tenho acompanhado a evolução da tecnologia nesta área que contribui para a segurança dos alimentos. O papel do nutricionista neste contexto é de suma importância. Nós temos o conhecimento técnico e podemos embasar cientificamente todas as reações que acontecem com os alimentos. Nesse contexto e para atender a estas expectativas, o mercado vem utilizando tecnologias, como o Sistema de Produção Antecipada dos Alimentos, que inclui os processos de *cook chill* (cozinhar e resfriar), *cook freeze* (cozinhar e congelar), *sous vide chill* (cozinhar sob vácuo e resfriar) e *sous vide freeze* (cozinhar sob vácuo e congelar).

Quando este tipo de sistema é implantado, as melhorias ocorrem nos seguintes aspectos: diminuição do desperdício; redução do consumo de água, energia e insumos durante o preparo; melhora da qualidade organoléptica (preservação do sabor); aumento do *shelf life* (prazo de validade) dos produtos; redução da oxidação, sobrecocção e evaporação ocorridas no processo de cocção dos alimentos e redução do consumo de óleo nas preparações.

No processo *cook chill*, os alimentos são preparados e embalados a quente (em embalagens próprias), resfriados ou congelados em resfriadores rápidos, identificados com número de lote, data de fabricação e validade e posteriormente armazenados. Neste caso, realiza-se uma pasteurização do produto com validade de 12 dias, sob refrigeração, e até 120 dias, se congelado. Este sistema é usado para preparações cremosas ou pastosas e para que os alimentos possam ser preparados de maneira tradicional.

"O processo, por pasteurizar o produto, mata as formas vegetativas de bactérias, pois o alimento é embalado cru e não é mais manipulado até a hora de ser aquecido e servido."

No processo *sous vide*, o cozimento é realizado em embalagens plásticas com alta barreira de resistência térmica, utilizando-se o forno combinado ou um termocirculador, o qual garante uma qualidade de retenção e de manutenção do sabor, do odor, da cor, da textura, dos nutrientes e da aparência do produto. Após este processo, o produto é imediatamente resfriado ou congelado, recebe a rotulagem específica e é armazenado, podendo ter uma validade de até 18 meses, sem a utilização de nenhum conservante.

A gestão de todo esse processo não é simples e exige do profissional conhecimento em administração de processos, estratégias de negócios – para viabilizar toda a operação –, conhecimento de reações físico-químicas dos alimentos e aspectos legais para garantir a segurança e a qualidade que devem ser monitoradas nos quatro estágios do processo. São eles: preparo do alimento para a embalagem; cozimento por meio das técnicas de tempo e temperatura específicas; resfriamento e finalização para servir.

Com todas essas tecnologias, as cozinhas dos restaurantes tornaram-se cozinhas de finalização e montagem, com grandes melhoras do fluxo produtivo e do padrão de identidade e qualidade dos produtos. Nas cozinhas, podemos observar uma redução de 60% no consumo de óleo; 60% no desperdício da distribuição; e 20% no consumo de água e energia. Também é verificada melhora de 15% no rendimento por processo *sous vide* no preparo.

Arquivo CFN

***Dra. Simone Valvassori (CRN-3/3323) é nutricionista e consultora de Negócios em Qualidade e Tecnologia dos Alimentos**

Nutricionistas mostram seu trabalho nas Forças Armadas

Há pouco tempo, não era comum a presença de nutricionistas nas Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) dos Ministérios das Forças Armadas Brasileiras. Ana Luiza Araújo Passos (CRN-9/100272) foi a primeira nutricionista a trabalhar na sede da Força Aérea Brasileira, localizada em Brasília. Atualmente, ela é a responsável técnica da equipe, composta por mais uma nutricionista.

Ana Luiza iniciou seu trabalho na Aeronáutica em 2004 e realizou a prova do concurso por indicação de uma amiga. Desde então, a mineira tira de letra a rotina. "Trabalho em uma UAN, que na área militar é conhecida como Rancho. Chego por volta das sete da manhã e acompanho todas as etapas de produção, desde a compra e o recebimento dos alimentos até a sua distribuição. Além disso, elaboro o cardápio mensalmente", explica.

Arquivo CFN

A tenente Ana Luiza Araújo foi a primeira nutricionista da Força Aérea

Marinha – Thaís Martins de Souza (CRN-1/3061) entrou para a Marinha do Brasil há dois anos e sua rotina é semelhante à de Ana Luiza. A nutricionista explica que na UAN em que trabalha não há empresa terceirizada de alimentação. "São nossos próprios militares os responsáveis pela confecção das refeições. Portanto, acompanho todas as atividades de preparo das refeições, elaboro os cardápios, promovo treinamento constante da equipe, monitoramento de fluxograma e Procedimento Operacional Padrão (POP)", descreve Thaís.

Além de todo o trabalho inerente à profissão, o nutricionista que trabalha em qualquer uma das áreas das Forças Armadas precisa estar apto a realizar outras atividades. Thaís Martins explica que o nutricionista é antes de tudo um militar e precisa estar a postos para sindicâncias, representações e trabalho em concursos, além do serviço armado.

Exército – Renata Bernardon (CRN-1/2485) é a nutricionista do Exército Brasileiro. Ela é responsável pelo Serviço de Aprovisionamento da Prefeitura Militar de Brasília (PMB). Ela entrou no serviço militar como funcionária temporária, mas acabou sendo selecionada como oficial. Renata chefia uma equipe composta por 92 pessoas e é a única nutricionista no local em que trabalha.

Desde que começou a trabalhar no quartel, muitas mudanças foram implementadas, especialmente no que se refere à conscientização da equipe de cozinheiros e ajudantes de cozinha para a redução do uso de sódio e gordura de adição às preparações. O cardápio ganhou maior variedade de saladas e está mais equilibrado.

Arquivo Exército Brasileiro

No Exército, Renata Bernardon chefia uma equipe de 92 pessoas

Diversidade – Atuar como nutricionista em uma UAN das Forças Armadas tem as suas especificidades, como atender um público majoritariamente masculino. "Na Força Aérea, a maioria dos soldados, por serem jovens, não se preocupa tanto com a alimentação quanto os oficiais. Os soldados ingerem bem mais arroz, feijão, carnes e doces. Os oficiais e graduados se preocupam mais com a saúde e, por isso, ingerem menos arroz, mais saladas e frutas, procuram alimentos mais nutritivos e menos calóricos", classifica Ana Luiza.

Para Renata Bernardon, o principal desafio é adaptar o cardápio às exigências do público feminino que, apesar de menor, é mais exigente. "Apesar de os homens serem maioria, o número de mulheres vem aumentando e, portanto, como o cardápio é comum, é preciso contemplá-las também", explica.

Jornada – O trabalho das nutricionistas é bem puxado. No Rancho da Força Aérea são ofertadas quatro refeições por dia para um público que varia de 60 pessoas na ceia a 1.300 refeições no horário do almoço. Já na Marinha são oferecidos, aproximadamente, 1.200 almoços por dia. Café da manhã, jantar e ceia englobam, aproximadamente, 50 pessoas em cada refeição. No QG do Exército, diariamente, são servidos, em média, 4.400 refeições. Sendo que nos fins de semana este número é reduzido para, aproximadamente, 650.

As nutricionistas explicam que é difícil delinear um perfil para o militar brasileiro. Atuando no meio há mais tempo, Ana Luiza observa que o nível de atividade, e, portanto, o gasto calórico, difere de acordo com a especialidade do militar. "Há os que praticam atividade física intensa, como o pessoal de Infantaria, e os que lidam basicamente com a parte administrativa. Para estes, há prática de atividade física duas vezes na semana. Não existe um levantamento sobre o perfil nutricional e isso nos impossibilita de fazer uma avaliação mais específica", constata.

Arquivo CFN

A nutricionista Thaís Martins em um dos refeitórios da Marinha

Obesidade infantil merece mais atenção dos governos

Getty Images

A obesidade é considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como a epidemia do século. Essa situação está comprometendo as futuras gerações, pois aumentam, cada vez mais e em diversos países, os índices de crianças obesas. No Brasil, a questão chama a atenção: dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), divulgados em agosto de 2010, revelam que uma em cada três crianças de 5 a 9 anos (33,5%) tem excesso de peso e 14,3% são obesas.

Já nos Estados Unidos a situação é ainda mais preocupante, pois nos últimos anos a obesidade entre as crianças cresceu mais de 16%. O problema mobilizou a primeira-dama do país, Michelle Obama, a lançar a campanha *Let's Move* (mexa-se, em português) em fevereiro deste ano, com o objetivo de reduzir a obesidade para 5% da população infantil em 2030, índice registrado no país em 1970. Atualmente, uma em cada três crianças americanas é obesa.

Michelle Obama articulou o apoio de dezenas de agências governamentais americanas, agricultores e da iniciativa privada (incluindo a poderosa indústria de alimentos e a associação de empresas que exploram as lanchonetes em escolas). A campanha prevê mudanças desde rotulagem dos alimentos e modificações nos cardápios da alimentação escolar até um novo plano de agricultura e incentivos públicos para a montagem de uma rede de distribuição de alimentos saudáveis em todos os estabelecimentos que vendem comida.

O incentivo para o combate à obesidade foi dado pela primeira-dama a partir de sua própria realidade. Inicialmente, ela divulgou que o médico das suas duas filhas recomendara alimentos com menos açúcar, mais atividade física e menos TV. Depois, chamou os alunos de uma escola de Washington para ajudarem-na a fazer uma horta no jardim da Casa Branca. Com a adesão de vários *chefs* famosos, demonstrou como preparar refeições gostosas com alimentos saudáveis. E com o apoio de vários atletas e times também deu dicas de atividades físicas que podem ser praticadas facilmente em casa ou em parques.

Brasileirinhos – No Brasil, os dados publicados pelo IBGE indicam que medidas urgentes também precisam ser tomadas, já que o excesso de peso e a obesidade são encontrados, com grande frequência, a partir de 5 anos de idade, em todos os grupos de renda e em todas as regiões brasileiras. Mesmo com ações que contribuem para a adoção de hábitos alimentares saudáveis, como a obrigatoriedade do nutricionista como responsável técnico pela alimentação escolar e a rotulagem de alimentos obrigatória, ainda se faz necessário que os governos assumam medidas que conscientizem toda a sociedade.

A Resolução nº 24, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), apesar de não contemplar o público infantil, é um avanço ao estabelecer que a publicidade de alimentos com alto teor de açúcar, gorduras e sódio e de bebidas com baixo teor

nutricional deve ser bem clara para o consumidor. No entanto, a pedido da Associação Brasileira da Indústria da Alimentação (Abia), essa norma foi suspensa pela Justiça Federal.

Mobilização – Várias entidades se mobilizaram para manter a Resolução, inclusive o CFN e o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec), que combateram outra tentativa de suspender a norma, só que desta vez deflagrada pela Advocacia-Geral da União (AGU). "O movimento teve, também, o apoio da *Consumers International*. Essa campanha foi efetiva e as organizações se empenharam e conseguiram bloquear um parecer efetivo por parte da AGU. Foi uma vitória da sociedade civil", reconhece a advogada do Idec, Mariana Ferraz. As entidades continuam organizadas para garantir a efetivação da Resolução 24.

PONTO DE VISTA

A sociedade precisa de proteção

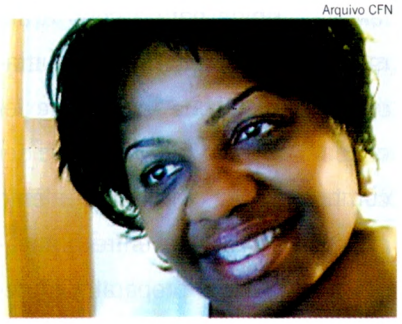
Denise de Oliveira*

O perfil mundial de saúde, nutrição e alimentação tem apontado para um contexto amplo de compreensão dos fatores políticos, sociais e econômicos que concorrem para determinar, ao mesmo tempo, a fome de milhões de pessoas e a obesidade proveniente do consumo opulento e inadequado de alimentos. O advento da obesidade como evento epidemiológico de saúde pública revela a multidimensionalidade deste problema e evidências tão plurais a ponto de requererem reflexões que ultrapassam a dimensão biológica. Esta situação exige que a nutrição e a saúde recoloquem num mesmo patamar outros componentes capazes de unir fatores biológicos, simbólicos e culturais da alimentação e do corpo. A questão é: como nós, nutricionistas, estamos preparados para lidar com esta situação?

A ideia de Michelle Obama, que consiste na atuação sobre pelo menos uma geração para combater a obesidade, me parece relevante. Para isso, os programas e as políticas públicas a serem propostos devem assumir que a alimentação humana é o resultado das relações multidimensionais entre o biológico, o simbólico, o cultural e o social. As ações, em geral, são destinadas ao ser que está obeso e não à gênese do processo; tal conduta negligencia o bem-estar e valoriza, assim, o lucro financeiro obtido sobre os alimentos e a alimentação humana. Creio que seja necessário coragem e responsabilidade social para que se reveja o modelo de desenvolvimento econômico, em busca de equidade e compromisso ético com a sociedade como um todo.

A revolução na comida e nos hábitos geradores do excesso de peso deve priorizar a política econômica e social e não culpar os obesos. Assim, a política pública deve cumprir o seu papel, que é garantir as condições necessárias para que a sociedade esteja protegida dos interesses que nos transformam mais em consumidores de alimentos do que em comensais. Os programas governamentais devem ter como premissa que o processo é um aprendizado constante e dinâmico, que ressignifica constantemente nosso desejo por alimentos e as nossas formas de alimentação. Para isso, as ações governamentais deverão promover a saúde, a alimentação e a nutrição, com base em nossa reconciliação com o planeta Terra, para que possamos dele retirar nossa sobrevivência com dignidade, ética e compromisso com nossa existência nesta geração e em outras que virão.

Arquivo CFN



***Denise Oliveira (CRN-4/86100213) é nutricionista e pesquisadora-coordenadora do Programa Alimentação, Nutrição e Cultura da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz)**

Mateus Waechter

De onde surgiu a ceia de Natal brasileira?

No dia 25 de dezembro, os cristãos de todo o mundo comemoram o nascimento de Jesus Cristo. O Natal é sinônimo de muitas tradições e família reunida para a ceia. A alimentação é um dos grandes atrativos da festa, que, apesar de ter origem religiosa, também pode ser compreendida como um momento de confraternização entre familiares e amigos. Os preparativos precisam começar antes, no dia 24 de dezembro, para que todos os pratos tradicionais da época estejam prontos até o horário do jantar.

Mas qual a origem das tradições alimentares que compõem o Natal dos brasileiros? Os países que colonizaram o Brasil introduziram grande parte dos alimentos que consumimos nessa época. De acordo com a nutricionista e professora da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC-PR), Gisele Pontaroli Raymundo (CRN-8/432), os portugueses exerceram grande influência sobre a nossa ceia. "Rabanadas, castanhas, assados de suínos, cabrito e frango são algumas das heranças de Portugal que estão presentes na nossa mesa até hoje", explica.

Prato principal da noite natalina, o peru veio para o Brasil por meio da cultura dos americanos, que, por sua vez, foi influenciada pela cultura dos ingleses. "No século XIX, os britânicos substituíram o cisne pelo peru como ave de Natal, o que provocou sua popularização e a posterior introdução como prato principal na ceia tanto na Europa como nas Américas, incluindo aí o Brasil", analisa Gisele.

Panetone também não pode faltar. A nutricionista conta que o pão chegou ao Brasil por inter-

médio dos italianos, porém, não se sabe exatamente sua origem. "Há várias lendas sobre seu aparecimento, mas nenhuma teoria é confirmada. O certo é que seu sabor está diretamente ligado ao Natal. No Brasil, ele foi popularizado depois da Segunda Guerra Mundial pelas mãos dos italianos e também devido ao senhor Carlo Bauducco, que começou a comercializar o pão doce recheado com frutas cristalizadas na confeitaria de sua propriedade, em São Paulo", revela Gisele. Da Europa, também agregamos as frutas secas e as oleaginosas.

Espaço Aberto

Mistura brasileira – No entanto, os alimentos não foram simplesmente incluídos na culinária brasileira: também passaram por algumas modificações para se adaptarem ao paladar nacional. Exemplo disso é a inclusão da castanha-do-pará, das nozes e das amêndoas nas preparações tradicionais dos pratos natalinos. Além das frutas tropicais, que enfeitam as mesas e servem de sobremesa tanto *in natura* ou como base para doces.

Os temperos típicos das regiões brasileiras também fazem parte do preparo desses pratos. "Assim, os alimentos, mesmo os importados, acabam sendo adaptados aos sabores da nossa terra. Em cada região do Brasil há tendências diferentes de consumo. E, como nosso país é de tamanho continental, temos em um mesmo território maneiras diferentes de comer e festejar o Natal", explica Gisele Raymundo.

mrbey.com.br

Assim também é o bolinho de bacalhau trazido pelos açorianos para Santa Catarina, por exemplo. Além dos peixes na região mais litorânea, que nessa época ganham mais importância devido à forma como são apresentados – geralmente assados –, conferindo, assim, um ar de nobreza à preparação.

"A miscigenação com as heranças deixadas pelos nossos colonizadores é imensa. Do peru assado com farofa à rabanada, passando pelo panetone, pelas frutas secas, pelas castanhas e pelas nozes. Tudo nos mostra que a influência italiana, portuguesa e de outros países europeus é muito grande. E nós conseguimos misturar tudo isso com nossos alimentos típicos", conclui a nutricionista.

CRN em ação

CRN-1
Novo plenário

Desde o dia 5 de outubro o CRN-1 está com novo plenário. As conselheiras eleitas para a gestão 2010/2013 participaram de um seminário de transição e em seguida escolheram a diretoria, que passou a ter a seguinte composição: Mara Saleti de Boni – presidente; Maria Cristina Guedes de Souza – vice-presidente; Carolina Martins dos Santos Chagas – tesoureira; e Maria Clara da Silva Goersch – secretária.

A primeira reunião plenária teve uma pauta bastante extensa, por incluir o plano de ação para 2011, com a definição dos gastos do CRN-1 para o próximo ano. Foi aprovada a realização de um novo Planejamento Estratégico Situacional (PES) para avaliação e revisão dos projetos aprovados em 2008 e definição de novas metas a serem implantadas a curto e médio prazos.

CRN-3
Fortalecimento de campanhas

Após a comemoração de seus 30 anos, o C
3 retomou os projetos que valorizam a alimenta
saudável. Em julho último, lançou a "Campa
Feira Livre" na capital, em setembro foi a vez
Campo Grande/MS, e, em outubro, de Preside
Prudente, interior de São Paulo. Outro projeto ini
do em janeiro e concluído em setembro de 20
na capital, foi o "Nutrição na Escola", que benefici
1.375 alunos de seis escolas municipais. Devido
sucesso desse projeto, e atendendo a solicitação
vários profissionais, em 23 de setembro o CRN
promoveu reunião com nutricionistas responsáve
pela alimentação escolar de uma escola da ca
tal e de escolas de alguns municípios do estado
São Paulo, dentre eles Vinhedo, Caieiras, Mococ
Piracaia, Iracemápolis e Campo Limpo, com o i
tuito de que essas prefeituras adotem a campanh
Os profissionais conheceram detalhes do projeto
discutiram as linhas de ação, e darão continuida
às atividades. Nessa nova ação, cerca de 13.55
escolares serão orientados.

CRN-2
Perspectivas para 2011

Entre as ações planejadas pelo CRN-2 para o próximo ano, merece destaque o projeto CRN-2 Itinerante e a solenidade oficial de entrega das carteiras profissionais. O projeto integra a proposta de trabalho da nova gestão e tem o objetivo de aproximar o Conselho do profissional e das diferentes realidades e do mercado de trabalho de nutrição do Rio Grande do Sul, com ações descentralizadas. Este projeto surgiu da necessidade de estabelecer um canal de comunicação e diálogo entre o CRN-2 e os profissionais, os gestores, as entidades prestadoras de serviço na área da alimentação e nutrição, os órgãos formadores, bem como a sociedade gaúcha em geral.

A segunda ação é a promoção de solenidade oficial de entrega das carteiras profissionais. Esta iniciativa, além de apresentar o Conselho, objetiva orientar os formandos sobre as principais diretrizes, deveres e direitos da profissão. Além da carteira, cada profissional receberá um CD com informações, como o Código de Ética do Nutricionista, a legislação e o histórico da profissão.

CRN-4
Ações para fortalecer a categoria

Uma das primeiras ações da gestão "Articulação e Atitude" foi im
mentar a proposta de campanha de aproximar o CRN-4 das demais e
dades de Nutrição do estado: Anerj, Anees e Sinerj. Essa articulação,
já conta com reuniões mensais, visa o fortalecimento da categoria.

O CRN-4 lançará em março de 2011 o Projeto CRN-4 Itinerante,
tem como principal objetivo aproximar o Conselho dos técnicos e nutri
nistas do interior do estado. A proposta é oferecer orientação e prom
ações políticas e integradoras voltadas para o profissional. O projeto
início em Macaé e depois será ampliado por todo o estado do Rio de
neiro e Espírito Santo.

CRN-5
Reforço das atividades

Em comemoração ao Dia do Nutricionista, o CRN-5 realizou
edição do Bem Viver. O encontro contou com mais de 300 participa
e 33 renomados palestrantes de várias áreas de atuação. Temas a
foram abordados nas conferências e apresentações de trabalhos
tíficos, e o evento ainda promoveu 17 palestras que foram realiz
simultaneamente em três salas num hotel de Salvador. Reciclage
conhecimentos e troca de experiências, maior proximidade entre o
selho e seu público-alvo e lançamento da "CRN-5 em Revista" f
legados importantes do evento. Ainda este ano, o Regional lançará
Selo de Presença Profissional, cujo objetivo é valorizar os estabeleci
tos que têm nutricionistas no seu quadro técnico. Outra novidade s
Campanha "Prescrição Responsável", com foco inicial na valorizaç
profissional e na orientação nutricional infantil.

CRN-6

Saúde, nutrição e qualidade de vida

O Conselho Regional de Nutricionistas da 6ª Região (CRN-6) participou em 11 de abril do evento "Dia da Promoção de Qualidade de Vida e Saúde", no Recife. A ação foi promovida pelo Ministério da Saúde e Vigilância Sanitária do Recife. Com o tema "Faça mais por você e por sua saúde", o Regional ofereceu à população orientações sobre alimentação saudável e melhores formas de reaproveitamento dos alimentos, além da entrega de fôlderes e apresentação de *banners* sobre o assunto. No dia 16 de junho, o CRN-6, em comemoração aos seus 30 anos, foi homenageado na Assembleia Legislativa de Pernambuco em sessão solene. O convite foi feito pela deputada Miriam Lacerda, e a sessão contou com a presença de nutricionistas de toda a jurisdição e do senador Marco Maciel.

CRN-7

Valorização do nutricionista

Um grande avanço do CRN-7 em 2010 foi a parceria firmada com a Associação Paraense de Supermercados (Aspas), que viabilizou o projeto "Valorização do Nutricionista como Profissional Promotor de Estilo de Vida Saudável".

A primeira ação marcou o Dia do Nutricionista com a presença de profissionais e estudantes de Nutrição em quatro supermercados de Belém, os quais orientaram os consumidores sobre alimentação saudável e a forma correta de adquirir alimentos.

De 11 a 13 de outubro, a convite da Aspas, o CRN-7 também participou da 13ª Convenção de Supermercados da Região Norte (SuperNorte 2010), com um estande em que foi ofertada aos participantes avaliação nutricional por meio do IMC, comparação da idade metabólica com a cronológica, orientação nutricional e materiais educativos.

CRN-8

Planejamento estratégico

O ano de 2010 foi marcado por intenso esforço para aproximar os profissionais do Conselho e pelo planejamento de novas frentes de trabalho para 2011. Entre as ações voltadas para o nutricionista estão o lançamento de novos veículos de comunicação e a realização de eventos e encontros por área de atuação. Além disso, o CRN-8 realizou seu planejamento estratégico para realinhar as diretrizes, metas e objetivos frente aos mais recentes avanços da profissão no estado.

Para o próximo ano, as ações visam reforçar a atuação no interior do estado, com a ampliação da fiscalização e das representações do Conselho em cidades-polo. Também serão desenvolvidas novas ações para a atuação em parceria com órgãos estratégicos para o desenvolvimento e a ampliação da atuação do nutricionista no Paraná.

CRN-9

Articulações e parcerias

O CRN-9 vem ampliando sua intervenção em benefício da valorização dos nutricionistas e técnicos em nutrição e dietética (TND). Uma destas ações é a parceria firmada com a Sociedade Mineira de Terapia Intensiva (SOMITI), que pretende garantir a presença do profissional nas equipes multidisciplinares das Unidades de Terapia Intensiva (UTIs).

O Projeto "BH 2030 – Saúde" contou com a participação do CRN-9. O projeto pretende contar com a contribuição de todos os setores e prospectar políticas e programas para a capital mineira até 2030. O Regional também participou da audiência pública "Comercialização de Lanches Acompanhados de Brindes e Brinquedos", promovida pela Comissão de Direitos Humanos e Defesa do Consumidor (CDHDC) da Câmara de Vereadores de Belo Horizonte.

CRN-10

Novas metas

O CRN-10 encerra seu primeiro ano de ações comemorando com sucesso o "I Encontro de Nutricionistas", o projeto "Interior é 10" e o desfile em comemoração ao Dia Mundial da Alimentação. Este último teve grande destaque junto à população catarinense. Para 2011, uma das prioridades do Plano de Ações e Metas é a segunda etapa do projeto "Interior é 10", que contemplará seis regiões. Outra importante ação será voltada para as pessoas jurídicas, com o objetivo de valorizar a atuação dos nutricionistas em restaurantes comerciais e hotéis, e a efetivação do Planejamento Estratégico Situacional, visando aprimorar ainda mais as ações do Regional.

RECEBA A REVISTA CFN E OS BOLETINS!

Para receber a REVISTA CFN, os nutricionistas e técnicos em nutrição e dietética devem atualizar seus dados junto aos Conselhos Regionais de Nutricionistas da região onde atuam. Esclarecemos que a REVISTA CFN tem periodicidade quadrimestral.

Receba também os boletins eletrônicos do CFN. Basta se cadastrar no *site* www.cfn.org.br, no *link* "Cadastre-se". Os boletins divulgam as ações desenvolvidas pelo CFN em diversas frentes e que beneficiam diretamente a categoria.

Arquivo CFN

As nutricionistas Eloise Schott, Rafaela da Silva e Sandra Ana Czarnobay

Nutricionistas promovem inclusão social

A aquisição de hábitos alimentares saudáveis e a Nutrição são importantes vertentes para a inclusão social. Em todo o Brasil, a atuação de nutricionistas em ações que promovem a cidadania revela que é possível transformar a realidade de quem passa fome ou sofre as consequências da má alimentação ou ainda tem dificuldades para obter alimentos.

Em Joinville, Santa Catarina, as nutricionistas Eloise Schott (CRN-10/1998P), Rafaela da Silva (CRN-10/1928P) e Sandra Ana Czarnobay (CRN-10/1929P) estão à frente dos Programas Cozinhas Comunitárias e Ocas Cozinhas Comunitárias, desenvolvendo projetos da área de nutrição e qualidade de vida, programas de uma organização não governamental (ONG) da cidade catarinense.

Os dois programas têm como objetivo a organização de ações de combate à fome e à miséria, para que cada atendido tenha a devida segurança alimentar, nutricional e social e, dessa forma, possa contribuir para o desenvolvimento da comunidade. O Programa Cozinhas Comunitárias também tem o propósito de realizar um serviço de proteção social básica com as crianças, cujas famílias se encontram em situação de vulnerabilidade social.

As ações da ONG são desenvolvidas em bairros periféricos de Joinville e em alguns municípios da região. A partir dos indicadores sociais fornecidos por órgãos oficiais, como o Ministério do Desenvolvimento Social (MDS) e prefeituras, as localidades são selecionadas em função de suas graves demandas sociais.

O público atendido são crianças de 0 a 14 anos que se encontram em situação de vulnerabilidade social. Em levantamento iniciado em 2009, e que será concluído este ano, foi detectado que 20% das crianças atendidas se encontram em risco nutricional – entre desnutrição e obesidade.

Arquivo CFN

Cozinhas comunitárias onde as nutricionistas atuam

Indígenas – A ONG também atende, em menor número, gestantes, adultos e idosos em risco nutricional e as aldeias Tiaraju, Pindoty, Yvapuru, Conquista, Yya Kan Porá, Reta do Iperoba, todas da etnia guarani. Todo o processo se dá pelo trabalho voluntário, desde o investimento na construção da cozinha até a preparação dos almoços por equipes permanentemente treinadas. Hoje são dezesseis Cozinhas Comunitárias em Joinville, e oito na região periférica, que fornecem cerca de 2.600 refeições ao dia.

Nutrição – O trabalho das nutricionistas está diretamente relacionado com a oferta de refeições e segue as diretrizes do Programa Nacional de Assistência Social (Pnas) de monitorar o estado nutricional, elaborar e revisar os Manuais de Boas Práticas e definir a quantidade de alimentos

a ser consumida pelos atendidos. As nutricionistas também capacitam os voluntários que são responsáveis pela manipulação dos alimentos e higienização da produção das refeições, para garantir a segurança alimentar e nutricional.

Todo o trabalho é dividido entre as três nutricionistas da equipe. Elas compartilham as atribuições de visitas técnicas diárias, capacitações, monitoramento na manipulação de alimentos, antropometria anual de todas as crianças, pré-adolescentes e adolescentes atendidos. Ainda promovem a orientação nutricional dos voluntários, a educação nutricional nos projetos cidadão do futuro e cozinhas comunitárias, participam dos Conselhos Municipal e Estadual de Segurança Alimentar e Nutricional e executam projetos para a área de nutrição. Juntamente com outras instituições envolvidas com a causa indígena, as nutricionistas atuam na região norte de Santa Catarina, promovendo ações de segurança alimentar e nutricional para essa população.

Ações no Norte – Em Belém, no Pará, a nutricionista Simone Tenório (CRN-7/736) atua na comunidade de Castanheira, no atendimento a 250 famílias carentes, atendidas por outra organização não governamental, que atua há 39 anos na localidade. A ação da ONG é oferecer creche-escola para as crianças, cursos de informática, cidadania, convivência, capacitação, apoio sócio-familiar, atividades artísticas, recreativas e de iniciação profissional e atendimento médico e odontológico à população carente.

Arquivo CFN

A nutricionista Simone Tenório, ao centro, com sua equipe

Ao longo do dia, o trabalho de Simone Tenório é integrar a alimentação ao processo pedagógico dos atendidos, que recebem café da manhã, almoço e lanche. "Repassamos para a comunidade conceitos sobre a qualidade dos alimentos e da importância da educação alimentar e nutricional em atividades rotineiras, como a elaboração de novas receitas, definição e avaliação dos cardápios", destaca Simone, que atualmente trabalha sozinha, mas já teve mais uma nutricionista em sua equipe.

E é preciso ter muita competência para encarar todo o trabalho de atender as famílias. A nutricionista é responsável pelo levantamento dos itens da dispensa e dos produtos que são recebidos por meio de doação; elabora os cardápios e discute com a equipe da cozinha, diretoria e pedagogas a aceitabilidade de determinadas preparações para poder fazer os ajustes necessários. "O cardápio é trabalhado e avaliado mensalmente", complementa Simone, que ainda sugere receitas novas, utilizando alimentos saudáveis como bolo de aveia, sucos funcionais (limão com couve, sucos enriquecidos com farinha de linhaça), bolo de laranja com casca, leite condensado caseiro, minipizza falsa, panqueca de proteína de soja etc.

"O resultado não poderia ser melhor para pessoas que têm na ONG sua única referência de cidadania. Conseguimos transformar os hábitos alimentares das famílias introduzindo preparações variadas e nutritivas na alimentação diária. Ainda temos muito trabalho a realizar. Pretendemos trabalhar com as mães, oferecendo-lhes cursos de aproveitamento integral dos alimentos, visando estender essas mudanças às famílias e estimular o consumo alimentar saudável", prevê a nutricionista.

Dietoterapia auxilia na qualidade de vida da terceira idade

Lisa F. Young

Hoje, a chance de os brasileiros atingirem 60 anos já é três vezes maior do que era há 90 anos. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), quem tem 60 anos de idade poderá viver, em média, mais 21. A nutricionista Luciana Nabuco Félix (CRN-1/1706) acredita que o crescimento da população idosa fez com que surgisse, também, a busca pela qualidade de vida relacionada à alimentação e à saúde. "Constata-se que, após os 60 anos, os brasileiros passaram a se preocupar mais com a alimentação saudável, especialmente as mulheres", revela Luciana, que é chefe da nutrição de um hospital público do Distrito Federal, onde é prescritora e faz um trabalho voltado para idosos.

O nutricionista que atua na área gerontológica precisa estar atento às necessidades específicas desse grupo. Luisiana Lins Lamour (CRN-6/0591) trabalha há 12 anos em Pernambuco nessa área e explica que é preciso perceber as alterações inerentes ao envelhecimento: diminuição do olfato, do paladar, da secreção salivar e da secreção gástrica, problemas de deglutição, perda de dentes, má digestão dos alimentos, má absorção de nutrientes e prisão de ventre. O uso de cigarros e de álcool pelo idoso e a redução ou mesmo nenhuma prática de atividade física são fatores que também devem ser observados. Outros fatores importantes que merecem atenção são as doenças como diabetes, hipertensão, alterações cognitivas, demências, entre outros problemas.

"Outra patologia, que já se tornou uma questão de saúde pública, mas ainda é muito pouco valorizada, é a desnutrição do idoso, que pode dar início a um estado sério de fragilidade. O emagrecimento é visto de forma equivocada, como se

fosse "normal" no processo de envelhecimento, o que não é verdade. O idoso muito magro, com IMC muito baixo, pode ser mais vulnerável do que outras pessoas da mesma idade", explica Luisiana.

Segundo ela, estudos mostram que idosos hospitalizados ou internados em instituições apresentam maior taxa de desnutrição, o que acarreta maior mortalidade e agravos na recuperação gerontológica. "Para reverter esse quadro é fundamental o acompanhamento do nutricionista e de outros profissionais, como médicos, fonoaudiólogos, enfermeiros, pois todos atuarão para melhorar as condições de saúde desta população", relata.

Skynesher

Alimentação – Para Luciana Félix, o atual cenário de aumento de consumo de produtos industrializados e, principalmente, de *fast-food* é preocupante do ponto de vista nutricional. "Esses hábitos trarão malefícios para a saúde a médio e longo prazos. Os idosos já estão preocupados com as consequências dos hábitos alimentares inadequados e passaram a procurar mais os serviços de saúde, com o intuito de melhorar sua qualidade de vida", conta.

Uma dieta equilibrada traz enormes benefícios não só para o idoso como para todas as faixas etárias. Durante a senescência, como é chamado o processo de envelhecimento normal, os indivíduos apresentam alterações leves, sem maiores deficiências funcionais, que não interferem nas suas atividades de vida de forma significante. Já na senilidade, que é o processo de envelhecimento patológico, os mesmos danos aparecem, porém com intensidade maior, levando a prejuízos na qualidade de vida do idoso.

Luisiana Lamour faz um alerta: "Deve-se entender que envelhecimento não é sinônimo de doença. A pessoa não volta a ser criança e nem pode ser considerada como em fase de melhor idade. São conceitos errôneos que devem ser desmistificados, para que o idoso seja visto de maneira séria e integrada nas diversas áreas de prevenção, tratamento e promoção de saúde", esclarece. Para a nutricionista, uma dieta equilibrada, rica em sais minerais, proteínas de alto valor biológico, gorduras de boa qualidade, fibras e água, equacionada com outras necessidades, como o desenvolvimento adequado de suas atividades diárias e da capacidade funcional, atende à necessidade desta população.

Prevenção – É consenso entre as duas nutricionistas que a busca por tratamento nutricional só é feita depois de detectada alguma enfermidade. "A maioria dos pacientes idosos não valorizou os cuidados com a saúde, quando jovens. Esses idosos geralmente faziam parte de uma população infantil, adolescente e de adultos jovens que consumia muitos açúcares e gorduras saturadas, com baixo consumo de fibras e de alimentos mais naturais, hábitos que refletem numa pior qualidade de vida na terceira idade", diz Luisiana.

Cresce participação do nutricionista em políticas públicas

A efetiva participação do nutricionista em políticas públicas tem sido pautada pela atuação do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) em diversas frentes para assegurar esta conquista. O Conselho é parceiro de órgãos como os Ministérios da Saúde (MS) e do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS), que desenvolvem programas de alimentação e nutrição com a participação de nutricionistas.

A coordenadora geral da Política de Alimentação e Nutrição (CGPAN/MS), dra. Ana Beatriz Vasconcellos, e o secretário de Segurança Alimentar (MDS), dr. Crispim Moreira, fazem, a seguir, uma breve avaliação da participação do nutricionista nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) e em alguns programas, respectivamente. Confira!

Arquivo CFN

Dra. Beatriz Vasconcellos

CFN – Qual a avaliação da senhora sobre a inclusão do nutricionista nos NASF?

Dra. Ana Beatriz – A partir do momento em que o Ministério da Saúde fez a opção pela qualificação da atenção primária e das equipes de saúde da família e passou a priorizar a organização do processo de trabalho local, com base no diagnóstico de saúde do território, enfatizando a promoção da saúde como eixo condutor do cuidado, tornou-se evidente a necessidade de contar com a participação do nutricionista neste processo. No último levantamento verificou-se que os nutricionistas ocupam a terceira posição, com 887 profissionais atuando em equipes.

CFN – E quais são as atividades do nutricionista nos NASF?

Dra. Ana Beatriz – Cabe ressaltar que as ações de alimentação e nutrição na atenção primária à saúde são orientadas por alguns eixos estratégicos, como a promoção de práticas alimentares saudáveis, em âmbito individual e coletivo, em todas as fases do ciclo de vida; pela construção de estratégias para responder às principais demandas assistenciais sobre distúrbios alimentares, deficiências nutricionais, desnutrição e obesidade; pelo desenvolvimento de projetos terapêuticos, especialmente quanto às doenças e agravos não transmissíveis e pela realização do diagnóstico alimentar e nutricional da população, com a identificação de áreas geográficas, segmentos sociais e grupos populacionais de maior risco de agravos nutricionais. Também é realizada a identificação de hábitos alimentares regionais e suas potencialidades para a promoção da saúde e da segurança alimentar e nutricional, com vistas ao direito humano à alimentação adequada. Esses eixos dimensionam o papel do nutricionista e a expectativa do Sistema Único de Saúde (SUS) acerca do trabalho e do protagonismo desse profissional junto às equipes de saúde da família.

CFN – Como foi o trabalho desenvolvido pela CGPAN para a inclusão do nutricionista nos NASF?

Dra. Ana Beatriz – A CGPAN tem um papel indutor nesse processo. Por meio da vigilância alimentar e nutricional fazemos o alerta sobre a situação epidemiológica na qual a alimentação é o principal fator de risco das doenças da atualidade e destacamos a importância da participação ativa do nutricionista na Estratégia Saúde da Família (ESF) e nas ações que devem ser realizadas. Elaboramos e participamos do desenvolvimento de materiais que subsidiam o trabalho do nutricionista de forma geral e especificamente nos NASF, a exemplo do Caderno de Atenção Básica – Núcleos de Atenção à Saúde da Família, publicado em 2009, pelo Ministério da Saúde. Outras estratégias consistem na implantação da Redenutri, uma rede virtual que congrega hoje mais de 2 mil profissionais de saúde, debatendo e opinando semanalmente sobre os temas da Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Outro fator importante são as oficinas de capacitação dos Núcleos, que estão impulsionando a organização do trabalho do nutricionista na atenção básica.

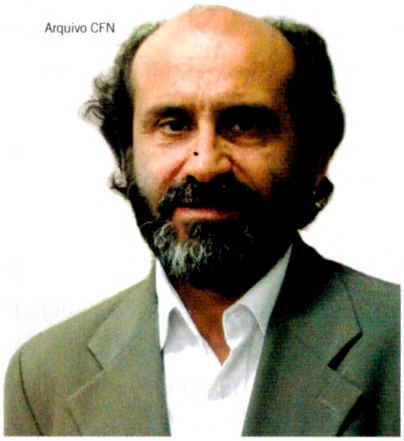
CFN – Que outros fatores contribuíram para a inclusão do nutricionista nos Núcleos?

Dra. Ana Beatriz – O número atingido deve-se principalmente à mobilização e à atuação competente dos profissionais e ao reconhecimento desse trabalho por parte dos gestores de saúde. É preciso lembrar que a definição sobre quais ações e profissionais integrarão as equipes é fruto das prioridades de saúde e do entendimento local entre as instâncias do SUS. Indiretamente também acreditamos que o apoio e o fomento à gestão qualificada da nutrição, crescentes nos últimos anos, potencializados com o financiamento federal para a alimentação e nutrição repassado pelo MS para os estados e municípios acima de 150 mil habitantes, são elementos positivos nesse processo.

CFN – O que isso representa na promoção da saúde e para as perspectivas futuras de inclusão do nutricionista nos NASF?

Dra. Ana Beatriz – Representa a potencialização das ações de promoção da alimentação adequada e saudável e da nutrição como prática humanizadora da saúde e das relações sociais, tanto nas unidades de saúde como em outros equipamentos públicos que fazem parte daquele território, como escolas e Centros de Referência da Assistência Social (CRAS), por meio da articulação intra e extrassetorial que o NASF possibilita. Ampliar o número de Núcleos é também diminuir a relação de equipes por nutricionista, hoje temos o número de um nutricionista para oito equipes de saúde da família. Essas são as metas trabalhadas pela CGPAN em conjunto com o Departamento de Atenção Básica do MS. O panorama epidemiológico, apresentado na última Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF/IBGE), mostra uma população infantil com 8% de deficit de altura, e cerca de 50% da população adulta com excesso de peso, somados a uma prevalência nacional de anemia de 20%, sem contar os elevados números de outras doenças e agravos decorrentes da alimentação inadequada, como a cárie dental entre crianças, a hipertensão e o diabetes entre jovens e adultos. Os dados revelam o tamanho do desafio que precisa ser enfrentado e o quanto o nutricionista pode contribuir nas ações para a melhoria das condições de saúde e nutrição dos brasileiros e com o próprio avanço do SUS em defesa da saúde integral, universal e pública.

Arquivo CFN



Dr. Crispim Moreira

CFN – Quais os principais avanços da Segurança Alimentar e Nutricional no MDS?

Dr. Crispim – Os avanços que compõem esta bem-sucedida trajetória, construída pelo governo e pela sociedade brasileira, têm como marco legal a alteração do conjunto de leis que primeiro criou o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (Sisan), com força de lei, e depois transformou o direito à alimentação em direito constitucional. Outro ponto é a reestruturação da capacidade do estado brasileiro de pensar e fazer políticas públicas, com a criação do Ministério Extraordinário (Mesa), em 2003, e depois a construção, em 2004, do Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS), englobando grandes políticas públicas, como inclusão social, segurança alimentar, assistência integral e uma renda mínima de cidadania às famílias que vivem em situação de pobreza. Outro fator é a participação e o controle social, que teve como uma das primeiras medidas do governo a instalação do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (Consea), no qual foi pensado o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA). A partir disso, elaboramos a nova Política Nacional de Alimentação Escolar e um decreto que cria essa política. É essencial também a capacidade do governo de destinar recursos públicos para dar escala aos programas, como, por exemplo, o direito à renda que beneficia 12,8 milhões de famílias.

CFN – Como é a participação do nutricionista no MDS?

Dr. Crispim – Os nutricionistas sempre tiveram um papel importante nos programas desenvolvidos pelo MDS e são inclusive coordenadores em alguns deles. Os nutricionistas colaboram fortemente nos programas de construção e funcionamento de equipamentos públicos, como restaurantes populares, cozinhas comunitárias e bancos de alimentos. Temos também uma forte presença do profissional na área de educação alimentar. Aqui no Ministério contamos com vários nutricionistas compondo nossa equipe, pois a política de segurança alimentar é multidisciplinar.

Sustentabilidade: pesquisas na produção de refeições

SXC.hu

A preocupação com a extensão dos danos causados pelo homem ao meio ambiente, com a reparação e com projetos de menor impacto ambiental vem ganhando espaço nas discussões de todas as áreas do conhecimento.

O desenvolvimento sustentável deve obedecer a critérios de sustentabilidade social, ambiental e de viabilidade econômica. Todas as atividades devem estar baseadas nesses três elementos para que promovam o crescimento econômico com impactos positivos em termos sociais e ambientais (SACHS, 2004), sem deixar de considerar os aspectos geográficos e culturais (SACHS, 1993).

Desde sua criação, em 1992, o Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) vem pesquisando as diversas dimensões da sustentabilidade. Atualmente, o grupo conta com pesquisadores, professores de graduação, orientadores do Programa de Pós-graduação em Nutrição (nível mestrado), discentes de mestrado e graduação, egressos e pesquisadores parceiros de outras instituições.

Os trabalhos desenvolvidos buscam o aperfeiçoamento do processo de produção de refeições. Entre as temáticas abordadas nos últimos anos, se destacam a alimentação escolar orgânica; a alimentação hospitalar; a escolha alimentar em restaurantes por peso; as técnicas de preparo e os tipos de feijão; a informação alimentar e nutricional em bufês (DIAN-BUFÊ); a avaliação da qualidade nutricional e sensorial de bufês de café da manhã (AQCM), entre outros.

No que se refere à sustentabilidade, entre os trabalhos já realizados, cabe destacar o projeto orientado pela pesquisadora e nutricionista Anete Araújo de Sousa (CRN-10/0146), intitulado *Alimentos orgânicos na alimentação escolar pública catarinense: um estudo de caso.* Desenvolvida em 2006, a pesquisa concentra-se na gestão do processo de produção de refeições a partir da introdução de alimentos orgânicos, sob o foco de uma matéria-prima mais sustentável.

Outro relevante trabalho, orientado pela pesquisadora e nutricionista Rossana Pacheco da Costa Proença(CRN-10/0043), refere-se à preservação e à valorização da identidade gastronômica das preparações regionais, com foco na sustentabilidade cultural. Com o título *Valorização do Patrimônio Gastronômico Regional Açoriano: Gestão de Qualidade em Restaurantes Típicos em Florianópolis-SC*, o trabalho culminou no método de Avaliação da Qualidade de Patrimônio Gastronômico (AQPG) e constatou a possibilidade de um controle higiênico-sanitário adequado, preservando o caráter simbólico e sensorial da preparação típica oferecida.

Vários projetos de pesquisa estão em andamento no Núcleo: informação sobre gordura trans em rótulos de alimentos; método de controle do uso de sal no processo produtivo; dieta hipossódica: modificações culinárias em preparações e a aceitação por parte dos indivíduos hospitalizados; estado nutricional, indicadores socio-demográficos e escolha alimentar de comensais em restaurantes por peso; influência do

hábito de assistir à programas de televisão sobre os hábitos alimentares e o comportamento consumidor de estudantes de Florianópolis.

Dois outros projetos se destacam na abordagem da sustentabilidade. Sob orientação da pesquisadora e nutricionista Suzi Barletto Cavalli (CRN-10/0171), os trabalhos se referem às dimensões da qualidade de vegetais e frutas na alimentação escolar e da carne na alimentação fora de casa. O projeto intitulado *Estratégias de gestão da qualidade dos vegetais e frutas fornecidos pelo programa de aquisição de alimentos para a alimentação escolar* analisa as estratégias de gestão da qualidade nutricional, sensorial, regulamentar e a sustentabilidade na aquisição de alimentos da agricultura familiar para a alimentação escolar. O trabalho objetiva auxiliar na articulação do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) com a produção da agricultura familiar, enfocando a sustentabilidade econômica, social e ambiental, para contribuir com a construção da segurança alimentar e nutricional, além de auxiliar os nutricionistas, profissionais e pesquisadores que atuam nesta área.

Já o projeto *Qualidade nutricional, sensorial, regulamentar e sustentabilidade no abastecimento de carne bovina em unidades produtoras de refeições* pretende desenvolver um método para o controle da qualidade nutricional, sensorial e regulamentar, condicionantes que fazem parte dos projetos desenvolvidos pelo grupo de pesquisa, que mais recentemente englobou a sustentabilidade na aquisição de carne bovina em Unidades Produtoras de Refeições. O método será disponibilizado em breve para ser aplicado em todo o país. Ele auxiliará nutricionistas no gerenciamento do processo, com atenção especial para a saúde dos comensais e para o desenvolvimento sustentável da produção de refeições.

Estes estudos promovem o desenvolvimento sustentável e são ferramentas para as atividades do nutricionista na área de nutrição em produção de refeições. Todos os trabalhos já finalizados podem ser encontrados na página do grupo de pesquisa: www.nuppre.com.br. Maiores informações pelo e-mail: nuppre@ccs.ufsc.br.

COPA 2014

A Nutrição na Copa do Mundo

Os preparativos para sediar a Copa do Mundo de 2014 estão a todo vapor nas 12 cidades que sediarão o maior evento do futebol mundial. Inúmeros profissionais, de diversas áreas, serão inseridos tanto na fase inicial como em todo o contexto deste grande evento, que envolve questões relacionadas à população brasileira e aos participantes estrangeiros.

O Comitê Organizador da Copa, ao defender o Brasil para sediar os jogos, comprometeu-se em abordar temas bastante atuais como a ecologia, a acessibilidade e a sustentabilidade em todo o processo da competição. Atento a essas diretrizes, o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) avalia que é de grande importância a inserção dos nutricionistas neste cenário, que terá repercussão mundial.

O interesse do CFN é discutir com a classe o papel da nutrição na Copa de 2014. Assim, aguardamos suas opiniões e sugestões sobre o tema. Participe enviando sua proposta para contato@cfn.org.br.

FELIZ 2011

ESTES SÃO OS VOTOS DO CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS

PARTICIPE DA REVISTA CFN

A Revista CFN é o nosso mais importante meio de comunicação com os nutricionistas e os técnicos em nutrição e dietética de todo o país. Participe das edições enviando sugestões de matérias diversas. Sua contribuição poderá ser divulgada. Basta enviá-la para contato@cfn.org.br