

## PRÁTICA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM UMA ASSOCIAÇÃO DE MATERIAIS DE RECICLAGEM: CONSTRUÇÃO DE UMA PERCEPTIVA

Letícia Ferrigolo Dalla Corte<sup>1</sup>; Laureana de Quevedo Barcelos<sup>2</sup>, Stefani Pereira Zuse<sup>3</sup>, Dirce Stein Backes<sup>4</sup>, Silomar Ilha<sup>5</sup>.

### RESUMO

Com o aumento do custo de vida da população a busca por uma alimentação se baseia no baixo consumo de frutas, legumes e verduras, devido a redução do poder de compra, baseando-se assim na compra de alimentos industrializados devido ao menor custo. Sendo assim as ações de promoção em saúde atendem as formas mais amplas de intervenção sobre os condicionantes e determinantes sociais, atendendo de modo intersetorial com a participação popular e o desenvolvimento de escolhas saudáveis no ambiente em que vivem. Por esse motivo o estudo tem como o objetivo relatar as experiências de mestrandas junto à comunidade, identificando vulnerabilidades e a compreensão em relação à alimentação das mesmas. Pois o poder aquisitivo desse grupo, é baixo, e a maior parte não possui acesso a uma alimentação adequada, culminando no desenvolvendo de doenças preexistentes como o diabetes, hipertensão, prejuízo na produtividade de trabalho.

**Palavras-chave:** Reeducação Alimentar; Importância da Alimentação Saudável; Saúde na Comunidade.

**Eixo Temático:** Atenção Integral e Promoção à Saúde (AIPS).

### 1. INTRODUÇÃO

O crescente aumento de resíduos sólidos é uma das maiores preocupações do mundo, e tornou-se uma das pautas mais importantes no planejamento e gestão urbana, ressaltando a importância da atividade de reciclagem, e do protagonista dessa atividade: o catador (SILVA, 2017). De acordo com a Organização

<sup>1</sup> Mestranda do Mestrado em Ciências da Saúde e da Vida - Universidade Franciscana - [leticia.ferrigolo@ufn.edu.br](mailto:leticia.ferrigolo@ufn.edu.br).

<sup>2</sup> Mestranda do Mestrado em Ciências da Saúde e da Vida - Universidade Franciscana - [laureana.barcelos@ufn.edu.br](mailto:laureana.barcelos@ufn.edu.br).

<sup>3</sup> Mestranda do Mestrado em Ciências da Saúde e da Vida - Universidade Franciscana - [stefani.zuse@ufn.edu.br](mailto:stefani.zuse@ufn.edu.br).

<sup>4</sup> Professor do Mestrado em Ciências da Saúde e da Vida - Universidade Franciscana - [backesdirce@ufn.edu.br](mailto:backesdirce@ufn.edu.br).

<sup>5</sup> Professor do Mestrado em Ciências da Saúde e da Vida - Universidade Franciscana - [silomar.ilha@ufn.edu.br](mailto:silomar.ilha@ufn.edu.br).

Internacional do Trabalho (OIT), 15 milhões de pessoas executam o trabalho de coleta, triagem e reciclagem de materiais no mundo, no Brasil, segundo Anuário de Reciclagem de 2021, estima-se cerca de 9.754 mil catadores e catadoras organizados em cooperativas, desses profissionais, 54% são do gênero feminino.

Além de contribuir para um planeta mais ecológico, essa prática gera renda para milhares de famílias, que têm essa atividade como único meio de trabalho para sua sobrevivência. Entretanto, mesmo desempenhando inúmeros benefícios para a sociedade, essas pessoas sofrem com as más condições de trabalho, falta de amparo social e insegurança alimentar (SILVA, 2017; OIT, 2021, OLIVEIRA et al, 2018), tais condições expõe com maior frequência essas pessoas à agentes infecciosos, doenças crônicas não transmissíveis, câncer e outras doenças ligadas à carências nutricionais (OLIVEIRA, 2011; LINS, 2013).

O atual padrão alimentar do brasileiro é constituído pelo baixo consumo de frutas, legumes e verduras, e esse fato se deve ao movimento de transição nutricional (preferência por alimentos industrializados) e também à redução do poder de compra, que trouxe como necessidade a adoção de uma dieta baseada em alimentos industrializados devido ao menor custo, e diminuiu o consumo de alimentos in natura, trazendo como consequência a carência de nutrientes, e contribuindo para o surgimento do sobrepeso e obesidade (BRASIL, 2014; DIEESE, 2022; WANDERLEY e FERREIRA, 2010).

As ações de promoção em saúde atendem as formas mais amplas de intervenção sobre os condicionantes e determinantes sociais, atendendo de modo intersetorial com a participação popular e o desenvolvimento de escolhas saudáveis no ambiente em que vivem (COSTA, et al 2015). A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) visa estimular a autonomia da escolha de hábitos alimentares saudáveis, respeitando os aspectos biológicos, sociais e financeiros dos indivíduos, e assim, contribuir com o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) (BRASIL, 2018).

A pesquisa-ação é um tipo de pesquisa social com base empírica, e tem como objetivo a ação conjunta do pesquisador e do pesquisado na resolução de uma urgência da coletividade, fortalecer o engajamento do grupo envolvido, e

aproximar o meio acadêmico com o cotidiano, a fim de reproduzir e gerar conhecimento. (FRANCO, 2005; BUENO, 2009; KOERICH et al, 2017).

Por meio disto, o objetivo do presente trabalho foi relatar as experiências de mestrandas junto à comunidade, identificando vulnerabilidades e a compreensão em relação à alimentação das mesmas.

## 2. METODOLOGIA

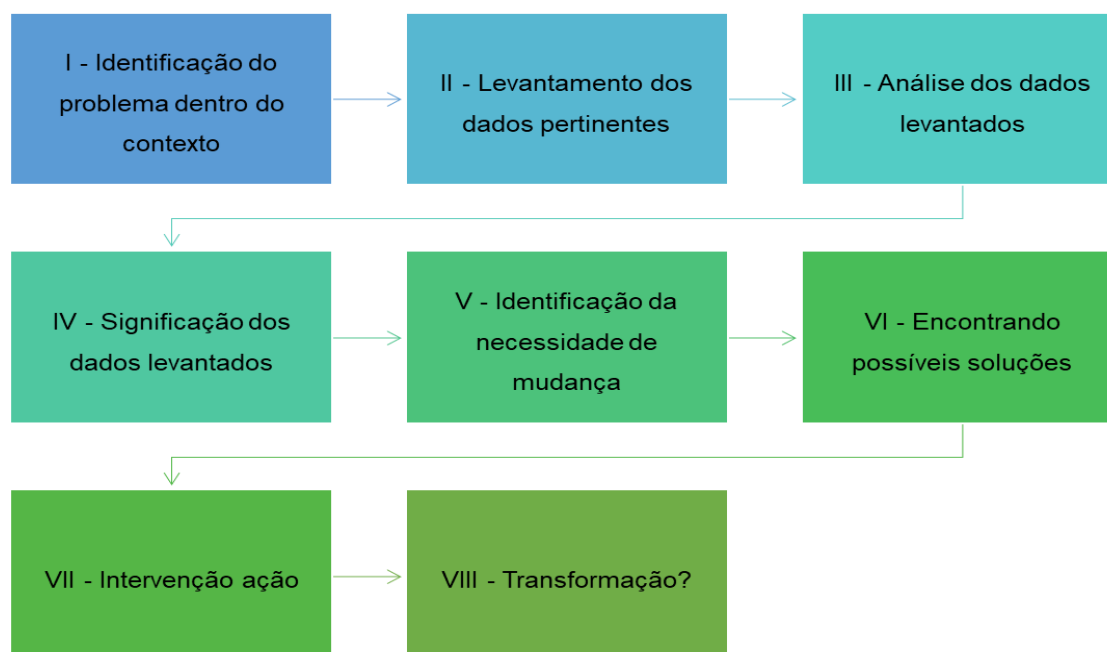
O presente estudo trata-se de um relato de experiência, de uma atividade desenvolvida, no período de março a julho de 2022, dentro da disciplina de Interação Científico-Social, pertencente ao Mestrado em Ciências da Saúde e da Vida da Universidade Franciscana (UFN), da cidade de Santa Maria, no Rio Grande do Sul (RS), Brasil.

A principal proposta da disciplina do Mestrado foi proporcionar aos mestrandos vivências teórico-prática na comunidade, por meio de referenciais teórico-metodológicos interativos e participativos, ou seja, possibilitando vivências aos alunos na comunidade através do acompanhamento de ações extensionistas, proporcionando aos mestrandos a aplicação de atividades de saúde na comunidade.

Sendo assim, foram realizadas atividades com foco principal na educação nutricional, com mulheres associadas à ASMAR - Associação dos Seleccionadores de Material Reciclável, localizada na Nova Santa Marta, no município de Santa Maria.

Para compreender melhor o desenvolvimento metodológico da disciplina e das atividades que foram desenvolvidas com essas mulheres, os professores organizaram metodologicamente o processo de trabalho da disciplina em oito etapas, segue abaixo na figura 1 que expõe o método que foi abordado durante as aulas os os mestrando seguiram para a realização do relato.

**Figura 1** - Modelo de etapas para realização da Pesquisa - Ação, segundo Koerich *etal* (2019).



Fonte: Elaboração própria

Após a explicação das etapas que deveriam ser desenvolvidas para aplicação do estudo, os mestrandos foram divididos em duplas ou trios, e no decorrer dos encontros semanais na disciplina, os trabalhos foram apresentados seguindo as etapas que estavam sendo desenvolvidas, possibilitando a discussão e orientação em aula para a presente pesquisa.

Além disso, o grupo foi estimulado a emitir opinião acerca do trabalho desenvolvido, com a finalidade de promover a troca de sugestões, críticas construtivas e elogios que contribuíssem para o desenvolvimento da atividade. Ao término da disciplina, realizou-se um seminário integrativo para a socialização dos resultados finais obtidos durante o trabalho desenvolvido a partir do atendimento integral das oito etapas propostas.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para realizar o planejamento da ação, atribuindo autonomia à comunidade

escolhida como público alvo, foram efetuadas em um primeiro instante, situações para diagnóstico geral do público e espaço físico. Essas conversas ocorreram presencialmente, na sede da associação, agendadas previamente visando o comparecimento da totalidade da equipe.

Para facilitar esse processo de conhecimento, a equipe de mestrandas elaborou um questionário com questionamentos socioeconômicos, como sexo, idade, nível ensino e renda, e de saúde, buscando identificar patologias naquele grupo, bem como caracterizar o padrão de alimentação dos trabalhadores da associação, sendo aplicado na presença das pesquisadoras, minimizando o fator de erro por dificuldade ou desconhecimento de leitura e interpretação. A partir desse instrumento, ficou estabelecido que a equipe é composta em sua maioria por indivíduos do sexo feminino, com idade variada sendo a menor 22 anos e a maior 56 anos, sendo o nível de educação predominantemente pertencente ao fundamental incompleto (38% fun. incompleto; 31% médio incompleto; 23% médio completo; 8% o fun. completo).

A renda desses sujeitos fica estimada em menos de meio salário mínimo, sendo variável por vir exclusivamente do rendimento dos recicláveis da associação. Aqueles que não eram considerados o único provedor de renda ou que utilizavam essa como complemento, apresentaram renda entre meio salário, chegando até um salário mínimo e meio. Esses dados se demonstram consistentes com o que a literatura atual retrata como sendo perfil dos trabalhadores de recicláveis, exceto pelo sexo. Shinohara e colaboradores (2020), retratam esses seres como em sua maioria homens, de baixa escolaridade e faixa etária entre 31 e 64 anos.

Em relação a presença de comorbidades, os mesmos autores relatam a existência de doenças ocupacionais e metabólicas como hipertensão, diabetes, doenças cardiovasculares, lesões musculares (SHINOHARA, N. K.S *et al*, 2020). Essas condições também estão presentes no grupo estudado, sendo diabetes e hipertensão a maior preocupação, entretanto, quando questionadas sobre essas patologias e seus diagnósticos, 38,6% das mulheres da associação relataram a existência da doença mas não o conhecimento sobre a mesma e seus impactos ou meios de amenizar e prevenir.

O panorama nutricional da equipe se apresentou condizente com a situação



das patologias, identificou-se que o consumo de frutas, legumes e verduras (FLVs) ocorre de forma escassa, com uma frequência média de uma ou duas vezes na semana e geralmente quando realizado no local de trabalho por meio de doação. Como motivo para esse não consumo, quase totalidade da equipe justificou como sendo por fator monetário/aquisição.



Inúmeros estudos apontam que o consumo de FLVs está associado a uma melhora metabólica dessas patologias, devido ao consumo de fibras auxiliar na remissão desses quadros, bem como um maior e mais diverso aporte de micronutrientes servir de auxílio em outros aspectos como manutenção da saúde celular (FIOCRUZ Brasília, Instituto de Saúde de São Paulo. 2020; SOUZA, B.B. et al. 2019 ). Dessa forma, a intervenção escolhida foi a construção de uma horta comunitária na associação, essa implementação busca auxiliar no tratamento das doenças aumentando o consumo de alimentos saudáveis sem depender da esfera monetária para sua obtenção.

Para que a ideia de fato se concretizasse, foram necessárias colaborações, assim, a entidade EMATER/rs assumiu a responsabilidade em relação ao adubo necessário e mudas para o plantio. Foi realizada uma visita ao local para avaliação do terreno e esclarecer dúvidas sobre o processo de implementação. A partir desse momento, evidenciou-se a necessidade de um trabalho voltado para o engajamento dessa população em relação ao cuidado e ação com a horta; ocorreram uma série de intervenções entre as mestrandas e a comunidade local, visando aumentar o elo de ligação entre todas e eliminar preconceitos entre as duas partes em relação a motivação da ação.

Como a disciplina interação científico-social prevê por meios de suas ações realizar interações entre sociedade e academia, onde foi-se proposto uma metodologias de trabalho intervencionistas. Sendo assim, no período determinado, primeiro semestre de 2022, foram aplicadas atividades em oito etapas, adaptadas da pesquisa-ação, propostas por Koerich *et al* (2009), as quais serão detalhadas a seguir, no quadro 1, demonstrando o cronograma das oito etapas aplicadas, contendo cada um desses pilares e sua descrição.

**Quadro 1- Quadro de intervenções**

<b>Etapas</b>	<b>Descrição</b>
1- Identificação do Problema	-Visita ao local; -Identificação da demanda individual; -Identificar potenciais de mudança -Pesquisa Literária;
2- Levantamento dos Dados	-Aplicação do questionário; -Conversas individuais (reconhecimento de dúvidas, necessidades, medos);
3- Análise dos Dados Levantados	-Identificação dos problemas gerais; -Entendimento pelo olhar da epidemiologia; -Levantamento de hipóteses de ação;
4- Significância dos Dados Levantados	-Comparação entre o identificado com o presente na literatura;
5- Identificação da Necessidade de Mudança	-Reformulação de hipóteses; -Apresentação das ideias de mudança à comunidade;
6- Possíveis Soluções	-Estabelecer entre os indivíduos, a entidade colaboradora e as mestrandas o plano de ação.
7- Intervenção/ Ação	-Trabalho de sensibilização: 1ª. Chá da tarde: convite para integração, apresentação das patologias identificadas pelo questionário, explicação sobre meios de contrair, prevenir e tratar; esclarecimento de dúvidas. 2ª (Plano B) Dia da beleza: convite para comparecimento à palestra sobre bem estar e autocuidado com convidados externos e participação da comunidade acadêmica. 3ª Identificação do Impacto: conversa individualizada com as integrantes da equipe sobre as temáticas apresentadas anteriormente, visando identificar o engajamento geral. 4ª Aplicação da Horta: evento postergado em função do clima a pedido da EMATER.

<div> <div> <b>TRABALHO COMPLETO</b> </div> <div>  <b>SEPE</b>  <small>Simpósio de Ensino, Pesquisa e Extensão</small> </div> <div> <small>ISSN: 2316-9745</small>  <b>EDUCAÇÃO E CIÊNCIA: CAMINHOS COMPARTILHADOS</b>   </div> </div> <div>25 A 27 DE OUTUBRO 2022</div>	
8-Resultados e Transformações	-Avaliação do conhecimento adquirido (bons hábitos alimentares e de cuidado); -Apresentação do novo cronograma de atividades; -Ideias futuras de melhoria local.

Após a aplicação das etapas previstas, foi possível identificar um retorno positivo das atividades através de um aumento no nível de participação nas ações, pode-se perceber também que a partir da primeira intervenção em grupo (Chá da Tarde) ocorreu uma procura por atendimento médico para regularizar o uso de medicação, bem como maior aceitação sobre FLVs nas refeições. Apesar da dificuldade de realização da horta, o engajamento aumentou conforme as visitas e falas foram ocorrendo, bem como maior preocupação acerca dos impactos da existência dos alimentos nas doenças, seu tratamento e prevenção.

Identificou-se como base para um bom desenvolvimento o início do vínculo de confiança entre as duas esferas envolvidas nesse projeto. Esse laço reforça o comprometimento social preconizado pela Política Nacional de Assistência Social (BRASIL, 2012) bem como gerar a visão de que todos ali presentes e engajados, estão lutando por um objetivo em comum. Essa visão coletiva reforça a dinâmica de convivência compreendendo a abertura para mudanças como melhoria nos modos de viver e conviver (RODRIGUES; GUARESCHI, 2018).

#### 4. CONCLUSÃO

O desenvolvimento do trabalho de pesquisa-ação permitiu perceber as principais dificuldades presentes no contexto de mulheres que sustentam suas famílias com a renda recebida do trabalho de reutilização de material reciclável. Posto isso, o poder aquisitivo desse grupo e dessas famílias, é baixo, e a maior parte não possui acesso a uma alimentação adequada para sua faixa etária, culminando no desenvolvendo de doenças preexistentes como o diabetes, hipertensão, prejuízo na produtividade de trabalho, e baixas condições para realizar o tratamento adequado na prevenção e tratamento de doenças.

Diante disso, esse estudo tem como principal objetivo a aplicação de uma horta comunitária, para que o acesso a esses alimentos seja de fácil acesso,



promovendo maior benefício à saúde desse grupo. No entanto, a implementação da horta não pôde ser iniciada devido às más condições climáticas, e tornou-se uma meta para longo prazo do grupo.

As orientações pela busca de uma alimentação saudável foi a pauta principal, mas a aplicação da horta é a "chave de ouro" para dar sequência nas atividades educativas e fortalecer a percepção de que é possível alcançar uma alimentação saudável de forma econômica e acessível.

## REFERÊNCIAS

ANCAT. PRAGMA. **Anuário de Reciclagem 2021**. Disponível em: <https://www.ancat.org.br/blog/anuario-da-reciclagem-2021-retrata-a-realidade-dos-catadores-de-materiais-reciclaveis-e-de-suas-organizacoes-no-brasil>. Acessado em: 11/07/2022

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a População Brasileira. 2 ed., / 1. Reimpr.** – Brasília:Ministério da Saúde, p. 156, 2014.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome./ Secretaria Nacional de Assistência Social. **Política Nacional de Assistência Social- PNAS.** 2004

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social– MDS / Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SESAN. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional.** 2018.

BUENO, S. M. V. **Tratado de educação preventiva em sexualidade, DST -Aids, drogas e violência nas escolas.** Ribeirão Preto: FIERP/EERPUSP, 2009

COSTA, C. G. A. *et al.* Hortas comunitárias como atividade promotora de saúde: uma experiência em Unidades Básicas de Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 3099-3110, 2015.

DIEESE. São Paulo, 6 de julho de 2022. **Custo da cesta aumentou em nove capitais.** Comunicado. Disponível em: <https://www.dieese.org.br/analisecestabasica/2022/202206cestabasica.pdf>. Acessado em: 11/07/2022

FIOCRUZ BRASÍLIA. INSTITUTO DE SAÚDE DE SÃO PAULO. **Estratégias para o aumento do consumo de frutas, legumes e verduras**. 29 de dezembro de 2020.

KOERICH, M. S. *et al.* Pesquisa-ação: ferramenta metodológica para a pesquisa qualitativa.

**Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 11, n. 3, 2009

LINS, AP.M, *et al.* Alimentação saudável, escolaridade e excesso de peso entre mulheres de baixa renda. **Ciênc Saúde Coletiva**, v. 2, n. 2, p. 357-366, 2013.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). **Dia Mundial dos Catadores de Materiais Recicláveis chama atenção para a necessidade de promoção do trabalho decente para a categoria profissional no Brasil**. 2022. Reportagem . Disponível em em:

[https://www.ilo.org/brasilia/noticias/WCMS\\_774321/lang-pt/index.htm](https://www.ilo.org/brasilia/noticias/WCMS_774321/lang-pt/index.htm). Acessado em: 11/07/2022.

OLIVEIRA, C.A, ROSADO, L.E.F.P.L, SANTANA, A.M.C. Fatores predisponentes às doenças cardiovasculares: uma análise dos perfis sociais, clínicos e nutricionais de triadores de materiais recicláveis. **Nutrir Gerais**, v. 5, n. 9, p. 798-820, 2011.

RODRIGUES, C. GUARESCHI, N.M.F. A performance do vínculo na Política de Assistência Social. **Arq. bras. psicol.** v.70, n.1, 2018.

SILVA, S. P. A organização coletiva de catadores de material reciclável no Brasil: dilemas e potencialidades sob a ótica da economia solidária. **IPEA**, 2017

SOUZA, B.B. *et al.* Consumo de frutas, legumes e verduras e associação com hábitos de vida e estado nutricional: um estudo prospectivo em uma coorte de idosos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, p. 1463-1472, 2019

SHINOHARA, N. K. S. *et al.* Perfil social e doenças nos catadores de resíduos sólidos na região metropolitana. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 5, p. 24820-24837, 2020.

WANDERLEY, E.N.; FERREIRA, V.A., Obesidade: uma perspectiva plural. **Ciências & Saúde Coletiva**, v. 15, n.1, p. 185-194, 2010.