

RESUMO CONAN - CONAN - SAÚDE COLETIVA

INCENTIVO AO CULTIVO E AO CONSUMO DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO PROGRAMA ACADEMIA DA SAÚDE

Marina Manoela Meireles Corrêa Zbral (marinammcorrea@gmail.com)

Nancy Ohana Vaz Drumond (nutricionista.nancydrumond@hotmail.com)

Andrea Luciano (andrealucianobh@gmail.com)

Cinthia Pires Ramos Vasquez (cprv40@gmail.com)

Thayssa Almeida Lopes (thayssa.almeida19@hotmail.com)

Suellen Fabiane Campos (susufabi@gmail.com)

Nathália Luíza Ferreira (nathalialuizaferreira@gmail.com)

Introdução: As últimas décadas foram marcadas pelo aumento do consumo de alimentos ultraprocessados concomitantemente ao decréscimo na ingestão de alimentos in natura, incluindo as Plantas Alimentícias não Convencionais (PANCs). As PANCs são plantas que possuem uma ou mais partes comestíveis, se desenvolvem espontaneamente, sendo facilmente encontradas em jardins, hortas e quintais. São frequentemente confundidas com ervas daninhas e vistas equivocadamente como não comestíveis, o que contribui para seu baixo uso na alimentação. No entanto, sua maior incorporação à dieta pode ser uma importante ferramenta de fortalecimento da segurança alimentar e nutricional (SAN) da população. Ações de educação alimentar e nutricional

(EAN) que abordem seu cultivo e consumo são fundamentais nesse sentido, ao contribuírem para a ampliação dos conhecimentos e interesse a seu respeito.

Objetivo: Incentivar o cultivo e o consumo de PANCs entre os usuários do Programa Academias da Saúde (PAS) de Belo Horizonte/MG.

Métodos: Estudo de intervenção realizado em um polo do PAS entre setembro e dezembro de 2017. Foram realizadas duas oficinas educativas e participativas, planejadas conjuntamente por profissionais da Atenção Básica (Nutrição e Educação Física), docentes e acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade Pitágoras. Na primeira oficina, discutiu-se o conceito de PANCs, sua importância cultural e nutricional, seu uso e cultivo segundo a realidade local. Na segunda, abordou-se como identificá-las e locais em que poderiam ser obtidas. Ao final, os usuários e a equipe trocaram entre si mudas de PANCs. Nos dois encontros foram distribuídas receitas culinárias.

Resultados: Na primeira oficina, participaram 80 usuários e na segunda, 87. As PANCs mais citadas foram azedinha, bortalha, feijão guandú, ora-pro-nobis, peixinho, picão, serralha e taioba. Houve grande interação entre os usuários, que demonstraram interesse quanto ao tema, relatando diferentes formas de cultivar e consumir PANCs segundo o conhecimento popular. Verificou-se que muitas PANCs que anteriormente faziam parte de seu hábito alimentar perderam espaço em sua alimentação atual devido, sobretudo, à urbanização da área onde moram e ao acesso a outros tipos de alimentos. As metodologias participativas e problematizadoras de EAN empregadas, e o trabalho intersetorial e interdisciplinar, oportunizaram o compartilhamento de conceitos sobre diversidade alimentar e agricultura urbana, estimulando a autonomia e a voluntariedade nas escolhas alimentares dos usuários. Espera-se, assim, ter contribuído para o resgate de hábitos alimentares tradicionais e, em longo prazo, para a SAN, visto que a (re)inserção das PANCs na alimentação pode favorecer melhorias no repertório alimentar da população, além de incentivar o aprimoramento das habilidades culinárias.

Conclusão: As ações educativas realizadas revelaram-se importantes oportunidades de ampliação dos conhecimentos sobre o cultivo e o consumo de PANCs entre usuários, profissionais e acadêmicos. O enaltecimento dos conhecimentos populares e sua complementariedade pelos esclarecimentos técnicos, possibilitaram a construção de conhecimentos úteis ao empoderamento da população usuária do PAS, passo essencial para a melhoria de seus hábitos alimentares e saúde. Recomenda-se ampliar essas

ações para outros cenários, como Unidades Básicas de Saúde e escolas. A participação de outros profissionais, como biólogos e agrônomos, e parcerias com órgãos de agricultura urbana também poderão favorecer sua expansão.