

SAÚDE PÚBLICA NO SÉCULO XXI: UMA ABORDAGEM SOBRE A NUTRIÇÃO

VOLUME 1

Organizadora

Camyla Rocha de Carvalho Guedine



SAÚDE PÚBLICA NO SÉCULO XXI: UMA ABORDAGEM SOBRE A NUTRIÇÃO

VOLUME 1

Organizadora

Camyla Rocha de Carvalho Guedine



Editora Omnis Scientia

SAÚDE PÚBLICA NO SÉCULO XXI: UMA ABORDAGEM SOBRE A NUTRIÇÃO

Volume 1

1ª Edição

Triunfo – PE

2020

Editor-Chefe

Me. Daniel Luís Viana Cruz

Organizador(a)

Dra. Camyla Rocha de Carvalho Guedine

Conselho Editorial

Dra. Pauliana Valéria Machado Galvão

Dr. Wendel José Teles Pontes

Dr. Walter Santos Evangelista Júnior

Dr. Cássio Brancaloneo

Dr. Plínio Pereira Gomes Júnior

Editores de Área – Ciências da Saúde

Dra. Camyla Rocha de Carvalho Guedine

Dr. Leandro dos Santos

Dr. Hugo Barbosa do Nascimento

Dra. Pauliana Valéria Machado Galvão

Assistentes Editoriais

Thialla Larangeira Amorim

Andrea Telino Gomes

Imagem de Capa

Freepik

Edição de Arte

Leandro José Dionísio

Revisão

Os autores



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons – Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional

O conteúdo abordado nos artigos, seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Saúde pública no século XXI [livro eletrônico] :
uma abordagem sobre a nutrição : volume 1 /
organização Camyla Rocha de Carvalho Guedine.
-- 1. ed. -- Triunfo, PE : Editora Omnis
Scientia, 2020.

PDF

Vários colaboradores.
ISBN 978-65-991674-5-4

1. Alimentação 2. Desnutrição 3. Obesidade 4.
Nutrição - Aspectos da saúde 5. Saúde pública I.
Guedine, Camyla Rocha de Carvalho.

20-46883

CDD-613.2

Índices para catálogo sistemático:

1. Nutrição : Ciências médicas 613.2

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

Editora Omnis Scientia

Triunfo – Pernambuco – Brasil

Telefone: +55 (87) 99656-3565

editoraomnisscientia.com.br

contato@editoraomnisscientia.com.br



PREFÁCIO

A pandemia mudou completamente a vida das pessoas, não apenas em relação a vivência pessoal, profissional e afetiva. Essa epidemia global também causou um grande impacto no âmbito alimentar.

Devido à rápida disseminação do vírus da COVID-19, e aos graves problemas que ele trás para a saúde humana, o cuidado nutricional na profilaxia de infecções passou a ter mais de relevância, levantando também a questão da prática do aleitamento materno por mulheres infectadas, devidos as formas de infecção do vírus. Além de toda essa problemática vivenciada, as pessoas ainda tiveram também que lidar com o aumento de compartilhamento de notícias falsas sobre a cura e prevenção da doença, fazendo com que muitas procurassem medicamentos naturais. Mas será que são mesmo eficazes? Até que ponto é seguro o uso de determinados produtos e/ou substâncias?

A pandemia forçou também as pessoas a passarem um longo período em isolamento social. Isso aumentou ainda mais o nível de sedentarismo da população mundial, o consumo exacerbado de alimentos com alto teor de calorias, sódio e açúcar, uma combinação perfeita para o desencadeamento de várias doenças crônicas não transmissíveis, incluindo o transtorno complexo da síndrome metabólica, podendo acarretar em doenças cardiovasculares ou até mesmo um câncer.

Em nossos livros selecionamos um dos capítulos para premiação como forma de incentivo para os autores, e entre os excelentes trabalhos selecionados para compor este livro, o premiado foi o capítulo 5, intitulado “Consumo de alimentos in natura e minimamente processados entre estudantes universitários em Maceió-AL”.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1.....13

SAÚDE PÚBLICA NO SÉCULO XXI E ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL PARA A PROFILAXIA DA COVID-19: GUIA PRÁTICO PARA A POPULAÇÃO

Fernanda Viana de Carvalho Moreto

Luis Henrique Almeida Castro

Thiago Teixeira Pereira

Silvia Aparecida Oesterreich

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.13-25

CAPÍTULO 2.....26

TRANSMISSÃO VERTICAL E ALEITAMENTO MATERNO POR MULHERES INFECTADAS POR COVID-19: UMA REVISÃO DE ESCOPO

Stephany Beatriz do Nascimento

Giselly Maria da Costa Pimentel

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.26-36

CAPÍTULO 3.....37

EVIDÊNCIAS NO USO DE FITOTERAPIA NA INFECÇÃO COVID-19: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Mayara Camila de Lima Canuto

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.37-47

CAPÍTULO 4.....48

POTENCIAL EFEITO DOS CARBOIDRATOS SIMPLES SOBRE O PROCESSO DE APRENDIZADO E MEMÓRIA: UMA REVISÃO NARRATIVA

Ruth Nayara Firmino Soares

Vanessa Soares de Lima Dantas

Izael de Sousa Costa

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.48-56

CAPÍTULO 5.....57

CONSUMO DE ALIMENTOS IN NATURA E MINIMAMENTE PROCESSADOS ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS EM MACEIÓ-AL

Wyshyllen Yessika Monteiro Fortaleza

Thaysa Barbosa Cavalcante Brandão

Maria Aparecida Omena de Luna

Bruna Merten Padilha

Lívia Marília Lyra Porto

Laís Nanci Pereira Navarro

Carla Andréa Lyra Vasconcelos Pereira

Gabriel Augusto Lyra Porto

Elisabeth Priscila Maia Januário

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.57-67

CAPÍTULO 6.....68

PRÁTICA DE EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE NO EMPODERAMENTO SOBRE SÍNDROME METABÓLICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA ENTRE GRADUANDOS DE NUTRIÇÃO E PACIENTES DE UMA CLÍNICA ESCOLA

Ruth Nayara Firmino Soares

Luana Argentina Rodrigues da Silva

Fabiana Maria Coimbra de Carvalho Serquiz

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.68-73

CAPÍTULO 7.....74

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA PREVENÇÃO DO CÂNCER: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Dierlen Ferreira de Souza

Daniele Vieira Francisco

Vivian Vitória de Oliveira Azevedo

Isabelly Rose Prata Santana

Simone Otília Cabral Neves

Veruska Moreira de Queiroz

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.74-81

CAPÍTULO 8.....82

A METODOLOGIA PROBLEMATIZADORA COMO FERRAMENTA PARA A FORMAÇÃO DOS ACADÊMICOS DE NUTRIÇÃO: REFLEXÃO E DESAFIOS

Dierlen Ferreira de Souza

Daniele Vieira Francisco

Vivian Vitória de Oliveira Azevedo

Isabelly Rose Prata Santana

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.82-87

CAPÍTULO 9.....89

TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM TEMPO DE ISOLAMENTO SOCIAL

Beatriz Paiva Rocha

Myllena Maria Alves Dias

Amauri Barbosa da Silva Junior

Camila Ferreira Freire

Derlange Belizário Diniz

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.89-93

CAPÍTULO 10.....94

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: EXPERIÊNCIA DE EXIBIÇÃO DE DOCUMENTÁRIO EM UMA ESCOLA MUNICIPAL NO INTERIOR DA BAHIA

Raquel Larissa Dantas Pereira

Beatriz Brandão Rodrigues Medrado

Galtame Gabriela Targino de Assis

Marcelo Domingues de Faria

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.94-98

CAPÍTULO 11.....99

ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS E SUA INSERÇÃO PRECOCE: REVISÃO DE LITERATURA

Beatriz Brandão Rodrigues Medrado

Raquel Larissa Dantas Pereira

Galtame Gabriela Targino de Assis

Marcelo Domingues de Faria

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.99-104

CAPÍTULO 12.....105

ANÁLISE DE CONSERVANTES E SUAS CONSEQUÊNCIAS PARA O GRUPO INFANTIL

Katcilânya Menezes de Almeida

Maria Luciete Barbosa do Espírito Santo

Micaela Maria de Souza Silva

Nathalia Santos Moura

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.105-110

CAPÍTULO 13.....111

FATORES ASSOCIADOS AO BAIXO PESO AO NASCER DE CRIANÇAS ATENDIDAS EM UNIDADES DE SAÚDE DA FAMÍLIA – RECIFE – PE

Thyanne Sant'anna Santiago de Paiva

Alexsandra Laís de Luna Sobral

Leopoldina Augusta Souza Sequeira-de-Andrade

Ana Catarina Figueirêdo Bispo

Camila de Souza Rêgo

Flaviani Diogo Reis Augusto

Maísa Barbosa de Lima

Maria Isabela Xavier Campos

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.111-124

CAPÍTULO 14.....125

IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO FÍSICA NOS AGRAVOS À SAÚDE HUMANA, UM OLHAR CLÍNICO: REVISÃO INTEGRATIVA

Fernando Freire da Silva

Clairtiane Maria Pereira dos Santos

Vinicius Araújo Amaral

Luana Rodrigues Portela

Carla Katiane dos Santos de Oliveira

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.125-130

CAPÍTULO 15.....131

DESNUTRIÇÃO E SUA CORRELAÇÃO COM CIRROSE HEPÁTICA

Marisa Nunes Guedes

Oswaldo Lopes Dagnaisser Neto

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.131-136

CAPÍTULO 16.....137

PREVALÊNCIA DE DESNUTRIÇÃO E RISCO NUTRICIONAL EM IDOSOS HOSPITALIZADOS

Mayara Camila de Lima Canuto

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.137-145

CAPÍTULO 17.....146

O TREINAMENTO EM BOAS PRÁTICAS DE PRODUÇÃO PARA PROMOÇÃO DA SEGURANÇA DE ALIMENTOS EM COMUNIDADE PESQUEIRA

Tatiane Queiroz Silva

Ryzia de Cássia Vieira Cardoso

DOI: 10.47094/978-65-991674-5-4.146-150

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA PREVENÇÃO DO CÂNCER: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Dierlen Ferreira de Souza

Universidade Federal de Sergipe/ Lagarto (Sergipe)

<http://lattes.cnpq.br/3901712490923219>

Daniele Vieira Francisco

Universidade Federal de Sergipe/ Lagarto (Sergipe)

<http://lattes.cnpq.br/7494793702863618>

Vivian Vitória de Oliveira Azevedo

Universidade Federal de Sergipe/ Lagarto (Sergipe)

<http://lattes.cnpq.br/1852832858045092>

Isabelly Rose Prata Santana

Universidade Federal de Sergipe/ Lagarto (Sergipe)

<http://lattes.cnpq.br/5270612265640833>

Simone Oflia Cabral Neves

Universidade Federal de Sergipe/ Lagarto (Sergipe)

<http://lattes.cnpq.br/0616733019910460>

Veruska Moreira de Queiroz

Universidade Federal de Sergipe/ Lagarto (Sergipe)

<http://lattes.cnpq.br/3449535485980456>

RESUMO: Introdução: O câncer é uma doença que apresenta um crescimento desordenado das células, que invadem órgãos do corpo e tendem a ser muito agressivas e incontroláveis. Objetivo: Realizar uma ação de educação alimentar e nutricional acerca da importância da alimentação saudável na prevenção e/ou tratamento para o câncer. Método: Trata-se de um relato de experiência sobre uma ação de educação alimentar e nutricional em uma sala de espera do ambulatório da Universidade Federal de Sergipe-Lagarto, com abordagem dinâmica por meio de exposição quanto aos tipos de câncer mais comuns, fatores de risco, sinais e sintomas e a importância da alimentação saudável na sua prevenção e tratamento do câncer. E ao final, realizada a dinâmica de mitos e verdades a fim de,

verificar a aprendizagem dos participantes, por meio de perguntas e respostas. Resultados: Cerca de 60% dos participantes erraram as perguntas realizadas na intervenção, sendo somente 40% acertos, e na avaliação do nível de satisfação realizada com a escala hedônica cerca de 75% "adoraram". Os resultados obtidos demonstraram uma maior necessidade em abordar a temática da importância da alimentação saudável na prevenção e ou tratamento de câncer, demonstrado pela falta de conhecimento acerca dos alimentos que devem ser consumidos, os que exigem uma diminuição e os que devem ser evitados. Conclusão: Conclui-se que os usuários que frequentam os ambulatórios possuem pouco conhecimento sobre alimentação saudável preventiva para o câncer, revelando uma maior necessidade de ações de educação alimentar e nutricional, sendo uma abordagem em saúde multiprofissional a fim de, garantir uma maior ampliação dos conhecimentos e da importância de manter hábitos alimentares saudáveis na melhoria da qualidade de vida.

PALAVRA- CHAVES: Câncer. Educação alimentar e nutricional. Alimentação saudável.

THE IMPORTANCE OF FOOD AND NUTRITIONAL EDUCATION IN CANCER PREVENTION: EXPERIENCE REPORT

ABSTRACT: Introduction: Cancer is a disease that presents a disorderly growth of cells, which invade organs of the body and tend to be very aggressive and uncontrollable. Objective: To carry out a food and nutrition education action on the importance of healthy eating in the prevention and / or treatment for cancer. Method: This is an experience report about a food and nutrition education action in a waiting room at the outpatient clinic of the Federal University of Sergipe-Lagarto, with a dynamic approach through exposure to the most common types of cancer, factors of risk, signs and symptoms and the importance of healthy eating in cancer prevention and treatment. And in the end, the myths and truths dynamics were carried out in order to verify the participants' learning, through questions and answers Results: About 60% of the participants erred in the questions asked in the intervention, with only 40% being correct, and in the evaluation of the level of satisfaction achieved with the hedonic scale about 75% "adoraram". The results obtained demonstrated a greater need to address the theme of the importance of healthy eating in the prevention and / or treatment of cancer, demonstrated by the lack of knowledge about the foods that should be consumed, those that require a reduction and those that should be avoided. Conclusion: It is concluded that users who attend outpatient clinics have little knowledge about preventive healthy eating for cancer, revealing a greater need for actions of food and nutrition education, being a multiprofessional health approach in order to guarantee a greater expansion of knowledge and the importance of maintaining healthy eating habits in improving the quality of life.

KEYWORDS: Cancer. Food and nutrition education. Healthy eating.

1. INTRODUÇÃO

O câncer não é uma doença atual, a etimologia da sua palavra vem do grego, *karkínos*, que significa caranguejo, e foi utilizada pela primeira vez por Hipócrates, o qual é considerado o pai da medicina, que viveu entre 460 e 377 antes de Cristo (a.C). Segundo a literatura, o fato de ter sido detectado o câncer em múmias egípcias, comprova que este já acometia o homem há mais de 3 mil anos a.C. (BRAY et al., 2018).

Atualmente, o nome é destinado a caracterizar um conjunto de mais de 100 doenças que tem em comum o crescimento desordenado de células que invadem tecidos e órgãos, este se divide rapidamente e estas células tendem a ser muito agressivas e incontroláveis, determinando assim, a formação de tumores, que podem espalhar-se para outras regiões do corpo conhecido como metástase. Podendo ser denominado de acordo com a sua localização, quando começam em tecidos epiteliais, como pele ou mucosas, são denominados carcinomas, quando os tecidos conjuntivos são os afetados, como: osso, músculo ou cartilagem, são chamados então de sarcomas (INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA, 2020).

Existem vários fatores de risco para o desenvolvimento do câncer. Estes são divididos em fatores endógenos e exógenos. Fatores endógenos estão ligados ao indivíduo, como idade e fatores genéticos, já os exógenos referem-se ao meio ambiente e ao estilo de vida das pessoas, como: A exposição a fatores químicos, radiação, poluição, infecções virais, hábitos alimentares, consumo de álcool, uso de tabaco e exposição à fumaça ambiental do tabaco. Além disso, a saúde geral como, por exemplo, sobrepeso, também pode desempenhar um papel no desenvolvimento do câncer (LAMORE et al., 2019).

A incidência e a mortalidade por câncer vêm aumentando, por isso é considerado o principal problema de saúde no mundo, ocupando uma das quatro posições de principais causas de morte antes dos 70 anos de idade na maioria dos países, e isso se deve em parte pelo envelhecimento, pelo crescimento populacional. Entretanto, é visto que há um declínio do câncer em países em desenvolvimento, sendo maior a prevalência daqueles associados ao estilo de vida, como o sedentarismo e a alimentação inadequada (DE MELLO et al., 2020).

A educação alimentar e nutricional (EAN) por sua vez tem uma grande importância para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e conseqüentemente para prevenção das doenças crônicas não transmissíveis, principalmente o câncer. A EAN é conceituada pela ação de múltiplos profissionais, intersetorial e transdisciplinar, em que todo conhecimento e aprendizado são transmitidos para outras pessoas com o objetivo de desenvolver a autonomia e o aumento das escolhas alimentares mais saudáveis, criando um hábito melhor ao se alimentar. As ações realizadas através da EAN muitas vezes são destinadas ao grande crescimento das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT), com o objetivo de diminuir a incidência dessas doenças, promovendo hábitos alimentares saudáveis e a melhoria da qualidade de vida (BRASIL, 2016).

Nesse contexto, foi desenvolvida uma ação de educação alimentar e nutricional para estimular a autonomia para escolhas alimentares saudáveis para prevenção e controle do câncer.

2. METODOLOGIA

Esse estudo trata-se de um relato de experiência, no qual foi realizada uma intervenção pelos acadêmicos de nutrição, sob orientação do professor da disciplina Prática de Ensino na Comunidade (PEC), destinada aos usuários da sala de espera do ambulatório da Universidade Federal de Sergipe, Campus Lagarto, sobre a temática da importância da alimentação na prevenção do câncer.

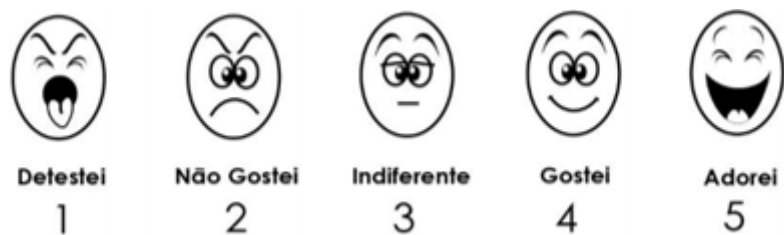
A intervenção foi desenvolvida em quatro etapas. A primeira consistiu na apresentação do grupo e da pesquisa, e na explanação, com o auxílio de cartazes com imagens ilustrativas, sobre: o que é câncer (CA), os principais tipos de CA que acometem homens, mulheres e crianças, os fatores de risco, os sinais e sintomas e a importância de realizar uma alimentação saudável para prevenção e tratamento do CA. Posteriormente, foram esclarecidas as dúvidas sobre a explicação.

Na segunda etapa foi realizada uma dinâmica sobre os mitos e verdades do CA com os usuários, a fim de verificar os conhecimentos obtidos a respeito do tema abordado. Desse modo, foram feitas questões e distribuídas placas nas cores verde e vermelha representando respectivamente, verdade e mentira, para os que se encontravam presentes na primeira etapa, sendo este um critério de inclusão para conseguir avaliar a intervenção com precisão ao final. As perguntas foram sobre a importância de realizar uma alimentação saudável e acerca das propriedades funcionais dos alimentos como prevenção e/ou tratamento do CA. Após cada questão foi registrado o quantitativo dos participantes que levantavam uma das placas e em seguida foi explicado sobre o conteúdo da questão, a fim de esclarecer melhor sobre a temática.

Na última etapa foram explicados os dez passos sobre a importância de realizar uma alimentação saudável para prevenir, tratar e para sobreviventes do CA que são: manter sempre o peso ideal (eutrófico); realizar exercícios físicos pelo menos dez minutos todos os dias, sob orientação do médico e um educador físico; evitar bebidas açucaradas (refrigerantes, sucos artificiais) e limitar o consumo de alimentos densamente energéticos; dar preferência a alimentos de origem vegetal, ex.: hortaliças, frutas, cereais, e grãos integrais; limitar o consumo de carnes vermelhas e evitar carnes processadas (embutidos em geral); limitar o consumo de bebidas alcoólicas, se for consumir limitar o consumo para duas doses para homem e uma para mulher; limitar o consumo de alimentos industrializados e o uso de sal acima do recomendado; não usar suplementos alimentares para se proteger do CA, utilizar a alimentação para obter as necessidades energéticas e prevenção do CA; amamentar as crianças exclusivamente até os seis meses como prevenção do CA para a criança e a mãe; sobreviventes do CA devem continuar seguindo as orientações médica e nutricional para prevenção (LAZCANO-PONCE, 2009).

Ao final foi aplicada uma escala hedônica facial para cada usuário que participou da intervenção a fim de avaliar a aceitação acerca da intervenção realizada. Essa escala apresenta 5 opções de respostas, que variam de 1 a 5: 1 (detestei), 2 (não gostei), 3 (indiferente), 4 (gostei) e 5 (adorei) (Figura 1).

Figura 1. Representação da escala hedônica utilizada como material de apoio para obter os resultados quanto à satisfação dos usuários do ambulatório médico.



Fonte: Adaptação do Modelo de ficha de escala hedônica facial que pode ser utilizada para escolares do Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade Ministério da Educação Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação 2ª ed – Revisada e Atualizada no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

3. RESULTADOS

Participaram da intervenção 40 pessoas, 75% do sexo feminino e 25% do sexo masculino, entre as faixas etárias de 20 a 50 anos. Eles demonstraram interesse em aprender sobre os aspectos que se relacionam ao câncer, sendo estes: conceito, sinais e sintomas, fatores de risco e possíveis alimentos que o previnem. Além disso, foi possível observar interação por parte do público-alvo através dos questionamentos que foram levantados pelos mesmos, sendo as dúvidas mais frequentes aquelas relacionadas ao cotidiano, como por exemplo: “Beber uma cerveja desencadeia câncer?”, “Utilizar chás curam câncer?”, “Comer biscoitos recheados causam câncer?”, “Quais alimentos devo comer para prevenir o câncer”? Todas estas foram sanadas durante o momento de intervenção.

A partir da dinâmica intitulada de mitos e verdades realizada, observou-se que 40% dos participantes da ação responderam corretamente aos questionamentos e 60% não souberam ou se abstiveram (Gráfico 1). Em relação à aceitação da intervenção realizada, a maioria (75%) “adorou” e nenhum dos participantes “não gostou” ou “detestou” (Gráfico 2).

Gráfico 1. Resultados quanto aos acertos e erros das questões realizadas após a dinâmica “mitos e verdades” pelos usuários da sala de espera do ambulatório médico obtidos através da aplicação da escala hedônica.

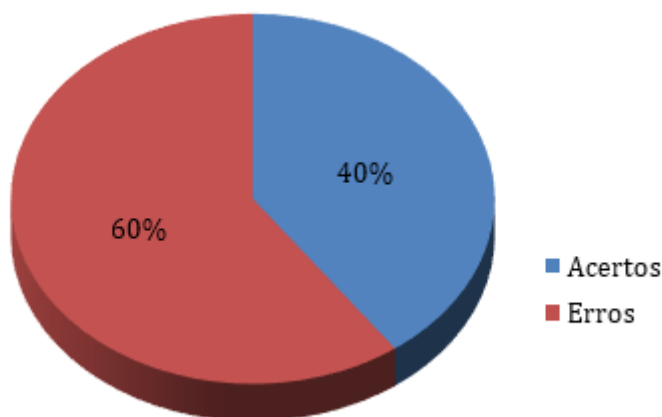
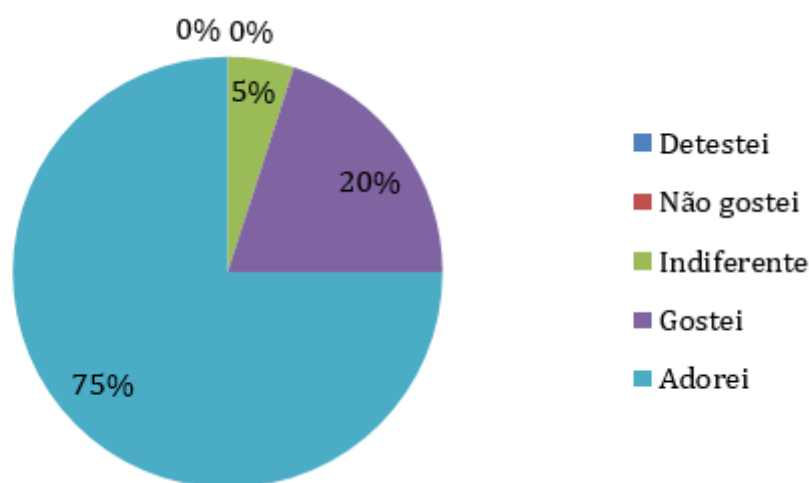


Gráfico 2. Resultados da escala hedônica que avaliou a satisfação quanto a intervenção administrada pelos discentes de nutrição.



5. DISCUSSÃO

A ação de educação alimentar e nutricional realizada na sala de espera da clínica médica da UFS revelou uma maior necessidade em abordar a temática da importância da alimentação saudável na prevenção e tratamento do CA, demonstrado pela falta de conhecimento da população acerca dos alimentos que devem ser consumidos, os que requerem uma diminuição e os que devem ser evitados. Embora esse tipo de ação envolva muitos benefícios ao público-alvo, no presente estudo a maioria dele apresentou erros em detrimento aos acertos, quando questionado sobre o conteúdo abordado. Assim percebe-se a importância de realizar ações de EAN regularmente como ferramenta para proporcionar hábitos alimentares saudáveis e autonomia aos indivíduos ao se alimentar.

Boog (2013) afirma que o conhecimento e o aprendizado sobre a EAN, devem ser sempre contínuos, pois promove o desenvolvimento e a autonomia dos indivíduos para escolhas alimentares saudáveis, sendo dessa maneira uma estratégia fundamental e indispensável dentro das políticas públicas em alimentação e nutrição, ademais, a EAN é de suma importância no enfrentamento dos problemas alimentares e nutricionais no cenário mundial atual.

Outros autores referem que as ações de EAN proporcionam uma maior ampliação na participação ativa dos indivíduos, capacidade de melhor escolha dos alimentos, e também de transformar e produzir em sua realidade. Além disso, destacam a importância de intervenções alimentares e nutricionais, as quais compreendem um universo complexo que perpassa o ato de se alimentar, envolvendo também fatores socioculturais que estão inerentes à realidade do indivíduo (BRASIL, 2012a; FRANÇA, CARVALHO, 2017).

Conforme resultados descritos, constatou-se que a intervenção desenvolvida neste estudo foi satisfatória para a grande maioria dos participantes, sugerindo que as discussões e dinâmicas implementadas foram um recurso capaz de sensibilizar os participantes a respeito da temática abordada,

revelando-se como estratégias promissoras e efetivas nos ambientes de saúde.

A sala de espera utilizada nesse estudo como espaço para a execução da intervenção se mostrou como um cenário privilegiado para a divulgação e a propagação do conhecimento científico, pois facilita a comunicação, a transmissão de informações e a aproximação entre o profissional e a população. Sendo possível desenvolver ações de acolhimento, prevenção e promoção de saúde com os usuários que esperam por um atendimento profissional, apesar de ser um ambiente suscetível à distração, com presença de barulho ao seu redor. Dessa maneira, a sala de espera se torna um local rico para troca de informações e experiências quanto para os profissionais de saúde quanto para a comunidade, criando assim um vínculo de ambos (SILVA et al., 2019).

Outro fator que torna rica a utilização desses espaços para realização de EAN, é a possibilidade de incluir outros profissionais da saúde, que de acordo com o conceito da EAN, esta deve ser realizada de forma multiprofissional, intersetorial e transdisciplinar, para proporcionar aos indivíduos uma maior participação e entendimento acerca do conteúdo abordado (BRASIL, 2012b). Por conseguinte, ações de EAN voltadas as DCNT devem articular profissionais da nutrição e demais áreas da saúde, a fim de minimizar a morbimortalidade relacionada a essas doenças.

Destarte, percebe-se que a intervenção desenvolvida na sala de espera de um ambulatório foi de suma importância para entendermos as principais dúvidas do público-alvo e suas dificuldades em realizar uma alimentação saudável para prevenção e/ ou tratamento do câncer. Entretanto, como exposto, uma única ação alimentar e nutricional não implica na confirmação de mudança de comportamento alimentar dos sujeitos, dessa forma são necessárias mais ações com a participação de todos os profissionais da área da saúde. Isto proporcionaria maior ampliação sobre os aspectos envolvidos com a prevenção e o controle do CA e demais DCNT, partindo da complexidade dos sujeitos, e suas realidades sociais (FRANÇA; CARVALHO, 2017).

4. CONCLUSÃO

Desse modo, pode-se concluir que a educação alimentar e nutricional é um instrumento de fundamental relevância para articulação dos saberes acadêmicos e dos populares, a fim de, promover um campo comum de reflexão e orientação prática, desenvolver o pensamento em realizar uma alimentação saudável e manter hábitos saudáveis por longo prazo.

Nesse sentido, as ações de EAN realizadas em salas de espera de serviços de saúde, integradas a estratégias mais amplas para a prevenção e controle do CA, deveriam ser incorporadas à rotina dos serviços de saúde, o que poderia contribuir para melhorar a qualidade de vida da população.

5. REFERÊNCIAS

BOOG, Maria CF. Educação em nutrição: integrando experiências. Campinas: Komedi, 2013.

BRAY, F. et al. Global cancer statistics 2018: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality.

ty worldwide for 36 cancers in 185 countries. **CA: a cancer journal for clinicians**, Hoboken, v. 68, n. 6, p. 394-424, Nov. 2018. Disponível em: < <https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.3322/caac.21492>>. Acesso em: 24 Agost. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012a.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012b.

BRASIL. Ministério da Saúde; UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS. Instrutivo: metodologia de trabalho em grupos para ações de alimentação e nutrição na atenção básica. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2016.

DE MELLO, A. V. et al. Social determinants, lifestyle and diet quality: a population-based study from the 2015 Health Survey of São Paulo, Brazil. **Public health nutrition**, v. 23, n. 10, p. 1766-1777, 2020. Disponível em: < <https://www.cambridge.org/core/journals/public-health-nutrition/article/social-determinants-lifestyle-and-diet-quality-a-populationbased-study-from-the-2015-health-survey-of-sao-paulo-brazil/1CD0F331BFF79E3FC7C2DE85C6639B9C>>. Acesso em: 24 Agost. 2020.

FRANÇA, Camila de Jesus; CARVALHO, Vivian Carla Honorato dos Santos de. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. **Saúde em Debate**, v. 41, p. 932-948, 2017.

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Estimativa 2020: incidência de câncer no Brasil / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. – Rio de Janeiro: INCA, 2019. Disponível em: <<https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/estimativa-2020-incidencia-de-cancer-no-brasil.pdf>>. Acesso em: 24 Agost. 2020.

LAMORE, K. et al. Diet, Physical Activity, Obesity, and Breastfeeding: How French People Perceive Factors Associated with Cancer Risk. **Nutrients**, v. 11, n. 10, p. 2491, 2019. Disponível em: <<https://www.mdpi.com/2072-6643/11/10/2491>>. Acesso em: 24 Agost. 2020.

LAZCANO-PONCE, E. Second expert report, food, nutrition, physical activity and the prevention of cancer: a global perspective. **Salud Pública de México**, v. 51, p. S678-S680, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0036-36342009001000024&script=sci_arttext>. Acesso em: 24 Agost. 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Oncologia Manual de bases técnicas**. 2013.

SILVA, T. N. R. DA *et al.* **Sala de espera : uma possibilidade de intervenção em Saúde do Trabalhador**. p. 907–916, 2019.

ÍNDICE REMISSIVO

A

- abordagem educacional 92
- ação antiviral 40, 42
- ação da insulina 53, 54
- ácido glicirrízico 41, 43, 44
- ácido sórbico 108
- água 96, 108, 110, 135, 148, 150
- álcool patchouli 43
- aldeído 52
- aleitamento materno 33, 34, 99, 100, 101, 102
- alergias 100, 109
- alimentação adequada 63
- alimentação equilibrada 60
- alimentação escolar 96, 98
- alimentação inadequada 59, 63, 76, 101
- alimentação saudável 61, 74, 77, 80, 96, 97, 104
- alimentos (energia química) 50
- alimentos industrializados 59, 77, 97, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 109
- alimentos in natura 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 68, 71
- alimentos naturais 99, 100, 101, 102
- alimentos processados 58, 59, 60, 63
- alimentos saudáveis 58, 61, 63, 128
- alimentos ultraprocessados 59, 60, 68, 94, 96, 100, 102, 103, 104
- alterações cardiometabólicas 102
- alterações sensoriais 138, 140
- aminoácidos 134, 136
- andrographolide 43
- anemia 126
- ansiedade 63
- anticorpos 33
- aprender a aprender 87
- aprendizado na prática 86
- aprendizagem de conceitos 54
- aprendizagem de conhecimento 54
- aprendizagem de solução de problemas 54
- aprendizagem efetiva 86
- aprendizagem instrumental 54

aprendizagem perceptiva 54
aprendizagem social 54
aptidão física 126, 129
aptidão funcional 126
atendimento humanizado 71, 83
atuação cerebral 49, 55
aumento da mortalidade 143
avaliação nutricional 126, 127, 128, 132, 135, 136, 138, 144, 146

B

baicalin 43
barreira física 34
Boas Práticas de Produção (BPP) 147, 148
busca do conhecimento 82, 84

C

cálcio 107, 109
calorias 50, 59, 61, 97, 135
câncer 59, 61, 69, 74, 76, 77, 78, 80, 81, 105, 106
carboidrato 49, 53
carbonos quirais 52
carcinomas 76
carreadores saturáveis 53
cascata inflamatória 40, 41, 42
cefaleia 108
células 41, 43, 48, 49, 50, 53, 54, 74, 76, 133
células hospedeiras 43
ciclo de vida do patógeno 42
ciclo viral 33
Ciências da Alimentação e Nutrição 85
cirrose 132, 133, 134, 135, 136, 137
cirrose hepática 132, 133, 134, 135, 136, 137
colesterol 70
comportamento alimentar 58, 80, 94, 96
comunicação intergrupar 92
comunicações celulares 49
condições higienicossanitárias 147, 149, 151
conexões neurais 50
conservantes 105, 106, 107, 109, 110
conservantes alimentares 105, 106

conservantes químicos 105
constituintes bioativos 43
construção do conhecimento 83, 84
consumo alimentar 54, 58, 60, 61, 64, 97, 98, 130
consumo de álcool 76
consumo de nutrientes 135
contaminação dos alimentos 148
coronavírus 33, 34, 37, 38, 43, 44, 89, 90, 91, 93
Coronavírus 38, 93
corpos cetônicos 53, 54, 55
COVID-19 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 89, 90, 91, 93
COVID-19 entre os neonatos 33
cuidados alimentares 99, 101, 102, 103
cuidados nutricionais 143

D

deficiências nutricionais 126
depressão 139
desenvolvimento biopsicossocial 95
desenvolvimento infantil 101, 103
desmame precoce 101, 103
desnutrição 128, 130, 132, 134, 135, 136, 138, 139, 140, 142, 143, 144, 145, 146
diabetes 38, 59, 61, 69, 107, 126, 128
dificuldades respiratórias 108
difosfato de adenosina (ADP) 49
disfunções cerebrais 52
distúrbios nutricionais 100
doença multifatorial 102
doenças autoimunes 132, 133
doenças cardiovasculares 69
doenças crônicas 41, 59, 61, 65, 66, 68, 69, 70, 71, 76, 99, 101, 102, 103, 135
doenças infecciosas 145
doenças metabólicas 132, 133

E

educação alimentar 74, 76, 79, 80, 81, 91, 92, 93, 95, 97, 98
efeitos anti-inflamatórios 44
efeitos colaterais 44
efeitos tóxicos 108, 109
elementos imunológicos 33

eletrólitos 135
escurecimento enzimático 108
estado nutricional 66, 99, 102, 103, 104, 126, 128, 129, 135, 136, 138, 139, 140, 141, 143, 144, 145, 146
estilo de vida 69, 76, 102, 105
estratégias de ensino 84
exame físico 126
exercícios físicos 68, 71, 77, 129
experiência vivida 86

F

Fake News 90, 93
falência de múltiplos órgãos 41
falência respiratória 128
fatores de risco 68, 70, 72, 74, 76, 77, 78, 102, 125, 129, 133
febre 150
ferramentas tecnopedagógicas 89, 91
fibrose 132, 133
fitoterápicos 37, 39, 40, 41, 43, 44, 45
formação de tumores 76
função antimicrobiana 108
função energética 48
funcionamento cerebral 48, 49, 54
funcionamento do corpo 50
funções biológicas 49

G

ganho de peso 104
glicogênio hepático 49
glicose 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 70, 134
grupos alimentares 62, 64

H

hábitos alimentares 66, 70, 75, 76, 79, 94, 96, 97, 99, 100, 101, 102, 103, 109, 128
hábitos de vida 58, 60, 65, 66
hidroxilas 52
higiene 149, 150
hipertensão 38, 59, 61, 68, 70, 107, 126, 128
hipotensão 108
homeostasia 48, 49, 53, 55

I

idosos 41, 66, 89, 91, 92, 129, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146
imaturidade imunológica 32
impacto de infecções 33
importância da alimentação 65, 74, 77, 79, 90, 92, 94, 96
impulsos nervosos 49
imunidade 42, 63, 89, 91, 92
infecções respiratórias 33
infecções virais 76, 132, 133
inflamação pulmonar 41, 42
informações falsas 90
isolamento social 89, 90, 91, 93

L

leite materno 33, 34, 101
lesão no fígado 132, 133
luteolina 43

M

manipulação dos alimentos 147, 148
marcadores inflamatórios 41
mediador da aprendizagem 84
mediadores químicos 53
medicamento fitoterápico 38
medicamentos 37, 38, 39, 40, 41, 44, 45, 133
medidas cautelares 34
medidas preventivas 34
memória de longo prazo 54
memória operacional 54
mercado profissional atual 86
metabissulfito de sódio 109
metabolismo dos monossacarídeos 49
metabolização 53, 55
metástase 76
metodologia problematizadora 84, 86, 87
métodos de conservação 105, 106, 110
micronutrientes 135
mídias sociais 89, 90
minerais 135
moléculas 43, 49, 52

morbimortalidade 39, 80, 128, 135, 139, 145

mudanças sociais 59

mutação viral 40

N

neurotransmissores 53

nitrito de sódio 108, 109

notícias falsas 90

nutrição 48, 50, 53, 55, 66, 70, 71, 72, 77, 79, 80, 81, 83, 85, 87, 88, 89, 95, 96, 97, 98, 109, 127, 130, 135, 140

nutrientes 33, 50, 54, 60, 64, 101, 134, 135, 136

O

obesidade 38, 59, 61, 97, 99, 101, 102, 107, 126, 128

oligoelementos 135

órgão glicodependente 53

otimização da memória 48

P

padrão alimentar 58, 99, 100, 102, 125, 129

pandemia 37, 38, 40, 89, 90, 91, 93, 99, 102

pandemia mundial 37, 38

parâmetros metabólicos 132

patologia 68, 71, 133, 134, 140

período gestacional 101

períodos pandêmicos 33

peso ideal 77

pneumonia 38

podcast 91, 92

Podcast 89, 90, 91, 92, 93

prática profissional 86

práticas alimentares 97, 98, 100, 103, 149

processo de aprendizagem 50, 56, 87

processo patológico 41

processos degenerativos 48, 49, 55

processos de infecção 100

processos metabólicos 48, 50, 52

produção de vacinas 37, 38

proteínas receptoras 50

Q

qualidade de vida 60, 61, 63, 65, 68, 71, 72, 75, 76, 80, 135, 136

qualidade higienicossanitária 147

quercetina 43

R

reação anafilática 108

reações alérgicas 44, 108

reações orgânicas 49

reações químicas 53

recurso pedagógico 97

rede de conteúdos 90

reforma sanitária 84

replicação viral 37, 42, 43, 44

reservas energéticas 49, 54

resposta imune 40, 41

resposta inflamatória 41, 42

riscos à saúde 108

riscos higienicossanitários 147, 150

S

sarcomas 76

SARS-CoV-2 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 89, 90, 93

SARS-COV-2 45

editoraomnisscientia@gmail.com



<https://editoraomnisscientia.com.br/>



@editora_omnis_scientia



<https://www.facebook.com/omnis.scientia.9>



editoraomnisscientia@gmail.com



<https://editoraomnisscientia.com.br/>



@editora_omnis_scientia



<https://www.facebook.com/omnis.scientia.9>



ISBN: 978-65-991674-5-4

CRL



9 786599 167454