

EDUARDO BULHÕES LEOPOLDO DA CÂMARA

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, UERN, Mossoró, RN, Brasil.

GABRIELA ZANOTTO DELLA GIUSTINA

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, UERN, Mossoró, RN, Brasil.

LETÍCIA DE LIMA MENDONÇA

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, UERN, Mossoró, RN, Brasil.

THIAGO LUIS DE HOLANDA REGO

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, UERN, Mossoró, RN, Brasil.

ELLANY GURGEL COSME DO NASCIMENTO

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, UERN, Mossoró, RN, Brasil.

*Recebido em maio de 2021.
Aprovado em agosto de 2021.*

FERRAMENTA LÚDICA DE ENSINO SOBRE INTERPRETAÇÃO DOS RÓTULOS ALIMENTÍCIOS PARA POPULAÇÃO

RESUMO

Relato de ação realizada por estudantes de medicina em supermercado quanto à leitura e interpretação dos rótulos dos alimentos, a partir de uma abordagem lúdica, com uso de caixa decorada em simulação de um e utilização da rede social no processo de educação em vigilância sanitária. Públicos diversos foram atingidos, a partir de informações passadas de maneira dinâmica e didática, contribuindo para a consolidação do conhecimento proposto em paralelo ao desenvolvimento de habilidades médicas condizentes com a Diretriz Nacional Curricular do curso de Medicina aos estudantes. Constatou-se que os participantes não possuíam o hábito de ler e não sabiam interpretar o rótulo dos alimentos. A participação ativa positiva das pessoas pôde ajudar no conhecimento acerca do rótulo de alimentos e de como interpretá-los, os quais são fundamentais para guiar o comprador a uma decisão sanitária e nutritiva.

Palavras-Chave: rotulagem de alimentos; vigilância em saúde pública; medicina preventiva; comportamento do consumidor.

TEACHING TOOL FOR INTERPRETING FOOD LABELS FOR THE POPULATION

ABSTRACT

Report of an action taken by medical students in a supermarket regarding the reading and interpretation of food labels, based on a playful approach, using a box decorated in a simulation of one and using the social network in the health surveillance education process. Different audiences were reached, based on information passed in a dynamic and didactic way, contributing to the consolidation of the knowledge proposed in parallel to the development of medical skills consistent with the National Curricular Guideline of the medical course for students. It was found that the participants did not have the habit of reading and did not know how to interpret the food label. The positive active participation of people could help in the knowledge about the food label and how to interpret it, which are fundamental to guide the buyer to a sanitary and nutritious decision.

Keywords: food labeling; public health surveillance; preventive medicine; consumer behavior.

HERRAMIENTA DE JUEGO DIDÁCTICO SOBRE LA INTERPRETACIÓN DE ETIQUETAS DE ALIMENTOS PARA LA POBLACIÓN

RESUMEN

Informe de actuación realizado por estudiantes de medicina en supermercados sobre la lectura e interpretación de etiquetas de alimentos, basado en un enfoque lúdico, utilizando una caja decorada en una simulación de una y utilizando la red social en el proceso de educación en vigilancia de la salud. Se llegó a diferentes públicos, a partir de información transmitida de forma dinámica y didáctica, contribuyendo a la consolidación de los conocimientos propuestos en paralelo al desarrollo de las habilidades médicas acordes con la Guía Curricular Nacional del curso de medicina para estudiantes. Se encontró que los participantes no tenían el hábito de leer y no sabían interpretar la etiqueta de los alimentos. La participación activa positiva de las personas podría ayudar en el conocimiento sobre la etiqueta de los alimentos y cómo interpretarla, que son fundamentales para orientar al comprador hacia una decisión sanitaria y nutritiva.

Keywords: etiquetado de alimentos; vigilancia de la salud pública; medicina preventiva; comportamiento del consumidor.

INTRODUÇÃO

Apesar dos inegáveis avanços no contexto da formação médica, por meio do desenvolvimento científico e técnico e da visão positivista/mecanicista, tem-se criado também uma lacuna que distancia o aluno da sociedade, dificultando a compreensão holística do ser humano e sobre o que está envolvido, de fato, no processo saúde-doença (CALDEIRA, TAVARES, RODRIGUES NETO, 2011).

Destaca-se, por meio disso, que a interação direta com a comunidade no processo de formação em saúde, corrobora a importância do elo entre a teoria e a prática, respaldando a atuação do estudante e promovendo um espaço de construção, produção e troca de conhecimento, onde os acadêmicos são capazes de desenvolver um olhar crítico para a saúde, compreendendo seu viés biopsicossocioespiritual (CRISOSTIMO, SILVEIRA, 2017).

Nesse espectro, o ensino baseado em estratégias de vigilância em saúde (VS) traz o objetivo da pesquisa como eixo central para a realização da prática estratégica, por meio do reconhecimento do território e forma de viver da população, apontando para a necessidade de construção de modelo de atenção fundamentado na busca da prevenção de agravos e qualidade de vida e não apenas na remissão de sinais e sintomas de doenças (FREITAS MANDÚ, 2010).

Nesse sentido, com o reconhecimento populacional da atualidade, observa-se uma carga crescente das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) em paralelo ao aumento do consumo de alimentos não saudáveis por parte da população. Sabe-se, no entanto, que o consumo alimentar é um dos determinantes da saúde, cujo caráter positivo ou negativo depende de informações adequadas, sendo de fundamental importância intervenções de educação nutricional que auxiliem a população na escolha de alimentos mais saudáveis (CLARO et al, 2015).

Diante dessa problemática dos padrões de adoecimento e consumo alimentar da atualidade, é indispensável que as ações sanitárias não se restrinjam a ações como de fiscalização e infrações, pois ainda que fundamentais dependem da educação em Vigilância Sanitária, a partir de atividades de informação, conscientização e orientação à população cotidianamente, para cumprir plenamente sua missão de eliminar, diminuir ou prevenir riscos à saúde. Inclusive com práticas referentes aos rótulos dos alimentos, visto que a rotulagem nutricional é de grande importância pela sua descrição destinada a informar o consumidor sobre as propriedades nutricionais de um alimento, permitindo-o compreender a declaração de valor energético e os principais ingredientes (BRASIL, 2020).

Uma vez sendo elementos de comunicação entre o produto e os consumidores, os rótulos devem auxiliá-los em escolhas alimentares mais criteriosas, aumentando o bem-estar do consumidor. No entanto, segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e a Universidade de Brasília (UNB)(CAVADA, PAIVA, HELBIG, 2021) dados do Ministério da Saúde mostram que metade das pessoas que costumam ler os rótulos dos alimentos que consomem não compreendem adequadamente o significado das informações o que, portanto, traz riscos à saúde dessas pessoas e torna de extrema importância levar a explicação das principais informações do rótulo e como interpretá-lo à população.

Diante do exposto, o objetivo desta ação foi orientar e conscientizar consumidores e funcionários de uma rede de supermercados da cidade de Mossoró-RN quanto à leitura e interpretação dos rótulos dos alimentos, a partir de uma abordagem direta e dinâmica com a comunidade assim como visual e, portanto, facilitadora da transmissão do conhecimento para um público diverso em prol de um consumo alimentar melhor e da formação de futuros profissionais médicos mais holísticos.

AÇÃO

PLANEJAMENTO

Diante da importância de esclarecer à comunidade a serventia das informações contidas no rótulo dos alimentos, buscou-se embasamentos teóricos no Guia Didático da Vigilância Sanitária sobre alimentos, medicamentos, produtos e serviços de interesse à saúde (BRASIL, 2020), o qual ressalta o papel de uma decisão sanitária e nutritiva no preparo de um alimento seguro. Nessa perspectiva, a principal questão seria: como atingir um número de pessoas suficiente que possibilitasse provocar um impacto social significativo? Para tal, foram elaboradas duas propostas.

A primeira proposta foi realizar a ação em um supermercado com grande fluxo de clientes e, de preferência que alcançasse as mais diversas classes sociais e níveis de instrução. No local, além da possibilidade de levar informação a quem não tem acesso a esta, teríamos pessoas interessadas em escutar sobre o tema e, principalmente, com disponibilidade para tal, como quando estivessem esperando em uma fila. A segunda proposta diz respeito à utilização do Instagram (Figura 1) como meio de abordagem, uma das mídias atualmente mais amplamente disseminadas socialmente e com intenso poder de divulgação.

Figura 1: Instagram criado pelo grupo como meio difusor de informações acerca da importância dos rótulos alimentícios.

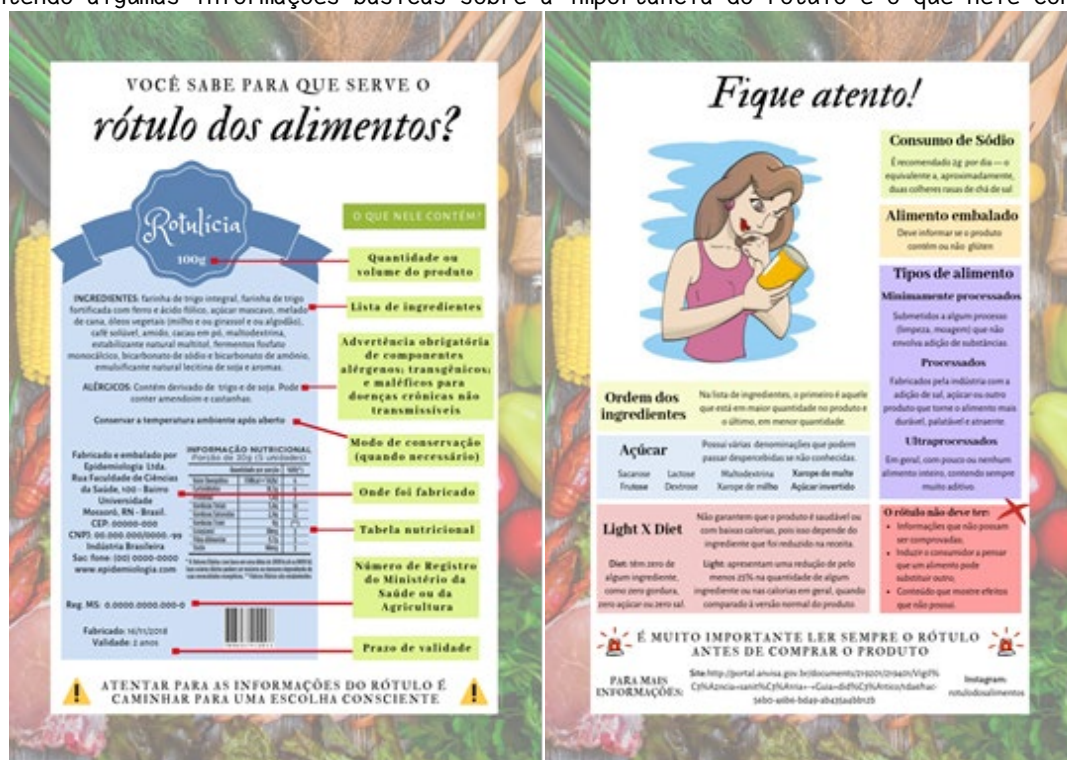


Por meio do perfil “@rotulodosalimentos” criado, há possibilidade de interagir com um público diverso e que não esteve presente no supermercado, o que traria maior acessibilidade à informação trabalhada, sendo possível, inclusive, acessá-la nos mais diversos horários, de acordo com a disponibilidade da pessoa. Além disso, até mesmo quem esteve presente no dia da ação poderia utilizar o Instagram criado para esclarecer dúvidas ou acessar maiores informações de forma prática, ágil e interativa. Dessa maneira, essa estratégia de informação se apresenta de forma mais continuada quando comparada à primeira, sendo importante para a consolidação do conhecimento.

Concomitantemente à divulgação midiática, almejamos tornar disponível os principais tópicos discutidos na ação em forma também de panfleto (Figura 2). Além deste ser uma forma rápida e simples de consulta, poderia ser usado por aqueles que não

tivessem acesso às redes sociais, trazendo informações complementares e, ainda, esclarecendo dúvidas posteriores.

Figura 2: Panfletos confeccionados e distribuídos pelo grupo aos consumidores no dia da ação, contendo algumas informações básicas sobre a importância do rótulo e o que nele contém.



Por fim, apesar da escolha dos locais de abordagem do público alvo, algo essencial deveria ser respondido: como expor os temas propostos de forma criativa, interativa e não muito demorada, já que as pessoas geralmente dizem ter pressa? A opção encontrada foi a criação, pelo próprio grupo, de uma caracterização de rótulo de alimento onde estivessem expostos todos os itens a serem trabalhados junto a desenhos, cores e fluxogramas. Um rótulo próprio e fictício era importante para que não fosse feita apologia a nenhuma marca específica, além de os desenhos auxiliarem na abordagem a pessoas pouco alfabetizadas. Para a montagem da caracterização, apenas foram utilizadas uma caixa de papelão, cartolinas, cola e lápis de cor e hidrocor (Figura 3).

Figura 3: Caixa decorada para auxiliar na abordagem do grupo de maneira mais interativa e visual.



EXECUÇÃO

A ação aconteceu no dia 16 de novembro de 2018 (sexta-feira), na cidade de Mossoró, Rio Grande do Norte. Chegando ao supermercado escolhido, já autorizados pelo gerente local, um dos coordenadores vestiu a caixa decorada com informações nutricionais do produto fictício “Rotulícia”, o que chamou muito a atenção dos que lá estavam. A estratégia inicial foi pensada para aproveitar o momento de espera dos clientes, sendo essa realizada no caixa do supermercado. Contudo, em seguida, percebeu-se um acúmulo de pessoas na seção de fruticultura, o que guiou um segundo momento de conversas.

Cada uma das abordagens se dava da seguinte maneira: Primeiramente, se questionava sobre o interesse e disponibilidade do cliente em ouvir; secundariamente, perguntava-se acerca do hábito de ler o rótulo de alimentos e da capacidade de interpretá-los. A posteriori, os recursos visuais dispostos na caixa eram utilizados para trabalhar os temas selecionados de maneira breve e interativa. A cada final de abordagem, o grupo entregava o panfleto informativo elaborado, salientando as fontes de pesquisa utilizadas (Anvisa) e divulgando o instagram disponível para mais informações (“@rotulodosalimentos”).

Durante a explicação a cada participante, o grupo iniciava discutindo sobre os temas mais comumente desconhecidos pela população, dentre os quais estavam: (1) os diversos nomes que o açúcar pode ter e a relevância deles serem conhecidos por portadores de Diabetes Mellitus, Doença Crônica não Transmissível (DCNT) cada vez mais presente na comunidade; (2) o consumo máximo de sódio recomendado de 2g diárias (equivalentes a duas colheres rasas de chá) (O'DONNELL, MENTE, RANGARAJAN, et al, 2014) e a sua importância na redução da pressão arterial sistêmica; e (3) explicação de que um produto Light possui menores quantidades de calorias enquanto um Diet é desprovido de algum elemento, como sódio ou açúcar, mas que não somente por isso significam ser a melhor escolha de compra, uma vez que há diversas outras informações que precisam ser também comparadas, a exemplo da quantidade de gorduras totais do produto.

Ainda, eram abordadas temáticas de relevante significância para uma compra consciente, como: o papel do Serviço de Inspeção Federal (S.I.F.) em garantir a qualidade de alimentos de origem animal; como apreender, a partir do rótulo, se o alimento é in natura, processado ou ultraprocessado; a lista de ingredientes e sua importância para pessoas que possuem restrições alimentares, destacando o fato de que eles eram colocados em ordem decrescente de quantidade; a tabela nutricional e como ela faz referência a apenas determinada quantidade do alimento; e a obrigatoriedade do rótulo em conter o prazo de validade dos alimentos e informações sobre alérgenos.

Uma situação que ganhou destaque em meio a vivência se deu quando abordou-se um casal em dúvida sobre a escolha entre dois refrigerantes, sendo um deles o favorito, dizendo esse ser mais saudável por ser feito de uma fruta. Ao colocarmos o conhecimento exposto em prática, comparamos a tabela nutricional e lista de ingredientes dos dois produtos e constatamos que os dois possuíam água e açúcar como os primeiros ingredientes da lista, além de, para a surpresa do casal, possuírem número de carboidratos muito similar. Esse exemplo foi capaz de evidenciar de forma prática e na realidade do nosso público alvo como a leitura dos rótulos se faz essencial para uma melhor conduta na hora da compra.

Uma outra vivência que enriqueceu a atividade se deu com a abordagem de mãe e filho, ambos analfabetos e que relataram ser de baixa renda, um desafio ao grupo haja visto que exigiu uma aplicação ainda mais visual e demonstrativa dos conceitos. Ao percebermos que haviam colocado no carrinho de supermercado alguns pacotes de macarrão instantâneo, os quais disseram ser para uma criança de 1 ano, abordamos os benefícios de alimentos naturais e nutritivos, com destaque para algumas faixas etárias, explicando o que são e para que servem os conservantes e aditivos muitas vezes utilizados.

RESULTADOS E IMPACTOS

Durante as abordagens, ao caminhar pelos corredores do supermercado, alguns clientes, mesmo em meio à correria das compras, paravam e questionavam, curiosamente, acerca do que se tratava a presença do grupo no local. Ademais, até mesmo alguns funcionários que estavam em serviço, perguntavam e requeriam uma explicação acerca do que estava sendo realizado. Ao abordarmos os pontos da ação com esse público, foi possível constatar que a prática de ler o rótulo dos alimentos não é realizada nem mesmo por aqueles que estão imersos em um ambiente de rótulos e embalagens (Figura 3).

A participação ativa das pessoas presentes no local, com questionamentos e interações, caracterizou uma avaliação atitudinal positiva dos participantes. Tal característica auxiliou o prosseguimento da ação, uma vez que não apenas guiou o grupo na abordagem dos principais pontos a serem comentados, mas também tornou a atividade dinâmica e fluida de modo que todas as abordagens cumprissem os seus objetivos esperados, sendo atrativa e funcional ao público.

Ao concluirmos a atividade, realizou-se uma retrospectiva de todas as abordagens, quando foi possível perceber que públicos diversos foram atingidos, como crianças, idosos, portadores de DCNT e analfabetos. De modo geral, constatou-se que a maioria dos participantes não possuía o hábito de ler o rótulo dos alimentos, bem como não sabia interpretar boa parte das informações disponibilizadas, realidade que demonstrou uma boa escolha do grupo acerca do público e local a ser realizada a ação.

Além disso, a realização de atividades que propiciem o contato dos estudantes com a comunidade faz-se crucial no desenvolvimento de habilidades médicas. Nesse sentido, historicamente, a graduação em medicina teve como cenários do aprendizado prático ambientes hospitalares e clínicos, os quais são incapazes em capacitar profissionais para atuação nos problemas de saúde coletiva e, de modo mais recente, para atuar no Sistema Único de Saúde (SUS) (ALMEIDA, MORAIS, GUIMARÃES, 2012).

Ainda, a ação proporcionou aos alunos a utilização de diferentes cenários de ensino-aprendizagem, os quais propiciaram a vivência e o conhecimento de diversas situações de vida e da organização da prática profissional, o que se adequa às propostas da Diretriz Nacional Curricular do curso de medicina (BRASIL, 2014). Dessa forma, foi possível ir além do modelo historicamente empregado o qual prioriza um padrão de atenção individualizado, especializado e responsável por fragmentar a atenção do indivíduo em sistemas (ALMEIDA, MORAIS, GUIMARÃES, 2012).

CONCLUSÃO

Diante da importância em se trabalhar uma ação que abordasse a serventia do rótulo dos alimentos, foram escolhidas temáticas relevantes a serem trabalhadas, como: itens obrigatórios e proibidos nesses; interpretação e importância do conteúdo neles expostos; e informações pouco conhecidas, mas essenciais na escolha de um produto. Para tal, o grupo desenvolveu metodologias capazes de esclarecer à população as informações de maneira dinâmica, prática e didática, contribuindo para a consolidação do conhecimento proposta.

A ação alcançou um público diverso, inclusive àqueles que trabalhavam no local de sua realização. Nesta, tornou-se perceptível a atuação da Vigilância Sanitária na fiscalização e inspeção de alimentos e na Educação em Vigilância Sanitária, deflagrando o papel fundamental dessa instituição na proteção alimentar e na saúde coletiva. Nesse sentido, ainda foi possível identificarmos a correlação da rotulagem com o controle nutricional e como ambas se complementam no contexto do comércio.

Assim, partindo do pressuposto de que uma compra consciente necessita de uma boa interpretação dos rótulos, a ação realizada pelo grupo proporcionou a união das informações exigidas pela Vigilância Sanitária para um rótulo de alimentos e o conhecimento acerca de como interpretá-las, os quais podem guiar o comprador a uma decisão sanitária e nutritiva.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Magda Moura de et al. Da teoria à prática da interdisciplinaridade: a experiência do Pró-Saúde Unifor e seus nove cursos de graduação. Rev. bras. educ. med., Rio de Janeiro, v. 36, n. 1, supl. 1, p. 119-126, 2012. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022012000200016&lng=pt&tlng=pt

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Superior. Resolução Nº. 3 de 20 de junho de 2014. Institui diretrizes curriculares nacionais do curso de graduação em Medicina e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, 23 jun. 2014; Seção 1, p. 8-11. Available from: <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/Med.pdf>

BRASIL. Ministério da Saúde. Educação em Vigilância Sanitária: textos e contextos: caderno 1 / Ministério da Saúde, Agência Nacional de Vigilância Sanitária. - Brasília: Ministério da Saúde, 2020. 101 p Available from: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/33856/396767/Educanvisa+-+Educa%C3%A7%C3%A3o+em+Vigil%C3%A2ncia+Sanit%C3%A1ria+-+Textos+e+Contextos+-+Caderno+1/1689d7ef-e8a8-46a3-a46f-835585560588>

BRASIL. Ministério da Saúde. Vigilância Sanitária. Guia Didático Vigilância Sanitária, p110, 2020.

CALDEIRA, Érika Soares; LEITE, Maisa Tavares de Souza; RODRIGUES-NETO, João Felício. Estudantes de Medicina nos serviços de atenção primária: percepção dos profissionais. Rev. bras. educ. med., Rio de Janeiro, v. 35, n. 4, p. 477-485, Dec. 2011. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rbem/v35n4/a06v35n4.pdf>

CAVADA, Giovanna da Silva et al. Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo?. Braz. J. Food Technol., Campinas, v. 15, n. spe, p. 84-88, 2012. Available from: http://www.scielo.br/pdf/bjft/v15nspe/aop_bjft_15e0115.pdf

CLARO, Rafael Moreira et al. Unhealthy food consumption related to chronic non-communicable diseases in Brazil: National Health Survey, 2013. Unhealthy food consumption related to chronic non-communicable diseases in Brazil: National Health Survey, 2013. Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, v. 24, n. 2, p. 257-265, June 2015. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/ress/v24n2/2237-9622-ress-24-02-00257.pdf>

CRISOSTIMO, Ana Lúcia; SILVEIRA, Rosemari Monteiro Castilho Foggiatto. A EXTENSÃO universitária e a produção do conhecimento: caminhos e intencionalidades. Guarapuava: Ed. da Unicentro, p. 242, 2017. Available from: <https://www3.unicentro.br/ppgen/wp-content/uploads/sites/28/2017/11/A-Extens%C3%A3o-Universitaria-e-a-Produ%C3%A7%C3%A3o-de-Conhecimento.pdf>

FREITAS, Maria de Lourdes de Assis; MANDU, Edir Nei Teixeira. Promoção da saúde na Estratégia Saúde da Família: análise de políticas de saúde brasileiras. Acta paul. enferm., São Paulo, v. 23, n. 2, p. 200-205, Apr. 2010. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002010000200008

O'DONNELL M, et al. Urinary sodium and potassium excretion, mortality, and cardiovascular events. N Engl J Med. V. 371, n. 7, p. 612-23, 2014.