

INFLUÊNCIA DA MÍDIA NOS HÁBITOS ALIMENTARES: TRABALHANDO A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO CAMPO DA SAÚDE DO TRABALHADOR

**Nereide Serafim Timóteo dos SANTOS (1); Heloísa Maria Almeida do NASCIMENTO (2);
Amanda Marília da Silva SANT'ANA (3) Dailton Alencar Lucas de LACERDA (4)**

(1) Instituição UFPB, Centro de Ciências da Saúde – Cde Universitária – Campus I, CEP: 58059-970, João Pessoa, PB, e-mail: nerietimoteo@yahoo.com.br

(2) UFPB, Centro de Ciências da Saúde – Cde Universitária – Campus I, CEP: 58059-970, João Pessoa, PB, e-mail: heloyasa28@gmail.com

(3) UFPB, Centro de Ciências da Saúde – Cde Universitária – Campus I, CEP: 58059-970, João Pessoa, PB, e-mail: amandamariliasantana@hotmail.com

(4) UFPB, Centro de Ciências da Saúde – Cde Universitária – Campus I, CEP: 58059-970, João Pessoa, PB, e-mail: dailtonlacerda@yahoo.com.br

RESUMO

O notável processo de globalização que a sociedade atual vive impõe um ritmo acelerado de produção tecnológica e altera de maneira profunda as relações desenvolvidas no mundo do trabalho, provocando, por consequência, queda crescente na qualidade de vida da população trabalhadora. O presente trabalho busca mostrar a influência que a mídia exerce sobre os sentidos e significados no comportamento alimentar humano, em um grupo operativo de saúde do trabalhador, no Centro de Atenção Integral de Saúde (CAIS) de Mangabeira, em João Pessoa-PB. O grupo é formado pelos membros do projeto (estudantes e professor), trabalhadores de saúde do CAIS e usuários/trabalhadores. A metodologia aplicada baseou-se nos princípios da prática problematizadora, valorizando o diálogo para o desenvolvimento da atividade. Foi realizado a dinâmica “O sonho” na tentativa de integrar os participantes. Por conseguinte, foram solicitados cinco voluntários a participarem da dinâmica “Os cinco sentidos”, onde foram demonstradas as influências dos sentidos nas escolhas alimentares; o grupo foi subdividido, e através de desenhos expressaram o que sabiam sobre a temática para posterior discussão, relacionando a influência da mídia e do marketing sobre suas vidas, escolhas alimentares e comportamento diante do alimento. A partir desta atividade foi possível construir uma abordagem nutricional diferenciada, tendo em vista o desenvolvimento da criticidade acerca da influência da mídia e do ambiente na construção do comportamento alimentar.

Palavras-chave: mídia, saúde do trabalhador, educação nutricional

1 INTRODUÇÃO

A relação entre o trabalho e a saúde/doença – constatada desde a Antiguidade e exarcebada a partir da Revolução Industrial – nem sempre se constituiu em foco de atenção. Ao longo das duas últimas décadas, acompanhando o processo de democratização do País, vem tomando corpo uma série de práticas no âmbito da Saúde Pública, potencializadas pelo movimento da Reforma Sanitária e criação do Sistema Único de Saúde - SUS, bem como em determinados setores do mundo do trabalho e da saúde, que no processo histórico supera as etapas da medicina do trabalho e da saúde ocupacional configurando-se atualmente no campo denominado Saúde do Trabalhador.

No campo Saúde do Trabalhador, os trabalhadores passam a sujeitos possuidores de saber e não apenas mero consumidor dos serviços de saúde, pois participam do processo de avaliação e controle dos acidentes de trabalho. A incorporação da saúde do trabalhador pelo SUS tem como pressuposto desvendar os agravos a saúde e a intervenção a ser executada, e assim desenvolver ações de prevenção, promoção e vigilância na área da saúde.

O Projeto Educação Popular e Atenção à Saúde do Trabalhador, o PEPAST é uma atividade de extensão que propõe assistência de forma integral, interdisciplinar e intersetorial à saúde do trabalhador, tendo como fio condutor educação popular em saúde. Nas sextas-feiras são realizadas reuniões no Centro de Atendimento

Integral à Saúde – CAIS de Mangabeira, com ex-trabalhadores, afastados do trabalho por terem sido acometidos por alguma enfermidade relacionada ao trabalho. Estas reuniões são mediadas por extensionistas, profissionais de saúde e pelos usuários, como espaço de atividade do PEPAST, onde há participação de todos os atores envolvidos. Por entender que a saúde do trabalhador envolve múltiplas relações humanas, o projeto possibilita ao usuário em espaço de acolhimento, autoconfiança e empoderamento, encorajando-o a enfrentar com mais seriedade seus dilemas. Como também, aos estudantes, uma verdadeira compreensão deste campo e uma experiência concreta na sua formação.

Tendo em vista que os usuários afastados de suas atividades ficam à mercê do benefício do Instituto Nacional de Seguro Social, o INSS, como também é um grupo composto por adultos, pensamos em desenvolver uma atividade educativa neste espaço cedido pelo PEPAST, abordando a temática “A influência da mídia no comportamento alimentar humano”, sendo um assunto pertinente à todas as realidades, e que condiz à qualquer pessoa, pelo fato de se alimentar e sofrer influências externas que interferem no comportamento alimentar humano.

O presente trabalho busca mostrar a influência que a mídia exerce sobre os sentidos e significados no comportamento alimentar humano, em um grupo operativo de saúde do trabalhador, no Centro de Atenção Integral de Saúde (CAIS) de Mangabeira, em João Pessoa-PB. O grupo é formado pelos membros do projeto (estudantes e professor), trabalhadores de saúde do CAIS e usuários/trabalhadores.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Em face dos desafios colocados atualmente pelos processos em curso de saúde/doença, a saúde pública vem repensando sua atuação com base na discussão acerca da promoção da saúde, que tem contribuído de forma importante no redirecionamento das práticas em saúde. Neste contexto, a Vigilância em Saúde do Trabalhador vem se firmando como uma área de atuação de saúde pública e, nesse sentido, necessita atentar para estas mudanças em curso nos processos de saúde/doença e em atuação na saúde pública em geral, a fim de poder dar respostas efetivas aos problemas colocados aos trabalhadores – problemas estes de ordem bastante complexa e de difícil resolução mediante unicamente ações curativas e preventivas (ALVES, 2003).

O notável processo de globalização que a sociedade atual vive impõe um ritmo acelerado de produção tecnológica e altera de maneira profunda as relações desenvolvidas no mundo do trabalho, provocando, por consequência, queda crescente na qualidade de vida da população trabalhadora (HECKERT, 2001). Esta foi definida, de modo mais genérico como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores, nos quais ele vive em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (WHOQOL, 1995). Dois aspectos são relevantes dentro do conceito de qualidade de vida: a subjetividade, que considera a percepção da pessoa sobre o seu estado de saúde e sobre os aspectos não médicos do seu contexto de vida; e a multidimensionalidade, que se refere ao conhecimento de que o construto é composto por diferentes dimensões (SEIDI, 2004).

Promoção da saúde é o nome dado ao processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo. Para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social os indivíduos e grupos devem saber identificar aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente o meio ambiente. A saúde deve ser vista como um recurso para a vida, e não um objetivo de viver. Nesse sentido, a saúde é um conceito positivo que enfatiza os recursos pessoais e sociais, bem como as capacidades físicas. Assim a promoção da saúde não é responsabilidade exclusiva do setor saúde e vai para além de um estilo de vida saudável, na direção de um bem-estar global (WHO, 1986).

A intervenção no campo da saúde do trabalhador deve ser articulada na perspectiva do desenvolvimento da autonomia, através da realização de práticas participativas e coletivas, subsidiada por modelos de intervenção, que combinam técnicas e tecnologias para resolver problemas e atender necessidades de saúde individual e coletivas, sendo importante na área de saúde do trabalhador, pois apontam para um determinado modo de dispor os meios técnicos científicos existentes para intervir sobre riscos e danos, incorporando uma lógica que orienta as intervenções (ROUQUAYROL, 2003). Possibilitando que os problemas possam ser compreendidos mais facilmente e, assim contribuir para a promoção de conhecimento, reflexão e decisão no ato de agir e cuidar, possibilitando maiores chances para a promoção da saúde e prevenção de doenças (VITOR, 2005). Assim, considera-se que os profissionais da área de saúde do trabalhador devam incentivar e viabilizar ações de promoção da saúde de forma ética, assumindo posicionamento político de modo crítico e

consciente de advogar pela saúde e pelo direito do trabalhador. Devem impulsionar a adoção de medidas preventivas específicas buscando subsídios em saberes interdisciplinares (MARZIALE e JESUS, 2008).

A alimentação saudável deve ser praticada em todas as idades, e o seu acesso é um direito humano instituído através do DHAA (Direito Humano à Alimentação Adequada), no que concerne à qualidade e quantidade de alimentos ingeridos, como também o acesso a alimentação sem comprometer as outras necessidades básicas do indivíduo, além da obtenção das informações relativas, considerando os aspectos econômicos, preferências alimentares, padrões culturais, presença ou ausência de patologias, a fim de que o DHAA seja garantido.

Considerando a Segurança Alimentar e Nutricional e o DHAA, cabe à educação nutricional desenvolver estratégias sistematizadas para impulsionar a cultura e a valorização da alimentação, concebidas no reconhecimento da necessidade de respeitar, mas, também modificar crenças, valores, atitudes, representações, práticas e relações sociais que se estabelecem em torno da alimentação (BOOG, 2004).

A Educação Nutricional quando realizada nessa perspectiva favorecerá a construção da autonomia e do empoderamento dos sujeitos, tornando-os responsáveis por seu processo de saúde/doença. Segundo Santos (2005) o papel da educação alimentar e nutricional está vinculado à produção de informações que sirvam como subsídios para auxiliar a tomada de decisões de indivíduos que tradicionalmente foram culpabilizados e taxados de ignorantes, enquanto vítimas da organização social capitalista. São estes mesmos que poderão, agora autônomos e providos de direitos, ser convocados a ampliar o seu poder de escolha e decisão.

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Abordar a temática “A influência da mídia no comportamento alimentar humano”.

3.2 Objetivos específicos

- Mostrar a influência que a mídia e o seu marketing exercem sobre os sentidos e como este interfere na construção do comportamento alimentar humano;
- Apresentar as diferentes formas de percepções que temos acerca do alimento;
- Identificar como o nosso comportamento alimentar é influenciado através de cada sentido.

4 METODOLOGIA

As atividades foram desenvolvidas na sala de reunião do CAIS de Mangabeira, espaço cedido às atividades do grupo operativo do PEPAST, com a participação dos usuários/colaboradores e extensionistas do PEPAST, e profissionais de saúde do CAIS. As atividades foram programadas antecipadamente. As dinâmicas escolhidas tiveram o objetivo de promover a interação entre os envolvidos.

- Descrição da dinâmica de apresentação

Num primeiro momento, trabalhou-se os aspectos da identidade dos participantes. Para tal, foi proposta uma roda de apresentação, onde cada um se apresentava.

- Descrição da dinâmica de integração

Em seguida foi realizada uma dinâmica de integração chamada “O sonho”. Nesta dinâmica, os participantes ficam dispostos em círculo, um narrador lê o “sonho”, sendo que algumas palavras quando citadas são caracterizadas pela realização de algum gesto, como abraço, aperto de mão, trocar de lugar; o que possibilitou a “quebra de gelo” do ambiente, a inter-relação entre os participantes, e o despertar para a curiosidade acerca do que seria desenvolvido adiante.

Descrição da dinâmica “Os cinco sentidos”

Logo depois, foram solicitados cinco voluntários para participarem da dinâmica “Os cinco sentidos”, estes tinham os olhos vendados, exceto o da visão e objetivou estimular a percepção acerca do comportamento alimentar e sua influência sobre os hábitos alimentares, utilizando-se de uma imagem com imagens de alimentos para a visão; um pacote de batata-frita para a audição; café em pó e tangerina para o olfato; um

biscoito doce e outro salgado para o paladar, e uma laranja e uma maçã de plástico para o tato. No fim da participação dos voluntários, estes falaram as percepções que tiveram, comprovando as relações entre os sentidos e a construção do comportamento alimentar humano.

Em seguida, o grupo foi subdividido em cinco grupos, onde eles iriam discutir a relação que os sentidos tinham com o desenvolvimento do comportamento alimentar humano, e posteriormente, através de desenho, apresentar a conclusão do grupo. A explicação dos desenhos foi uma oportunidade de expressar e reforçar seus conhecimentos, tudo isto foi feito utilizando uma metodologia que prioriza o diálogo, a problematização da realidade e a partilha de conhecimentos, princípios das metodologias relacionadas à Educação Popular; e que possibilitou a contemplação dos seguintes assuntos: a influência dos sentidos nas escolhas alimentares, a influência da mídia e de seu marketing, as consequências que os hábitos alimentares errados podem ocasionar à saúde, como a obesidade e o diabetes melitos – considerados consequências do estilo de vida atual.

- Avaliação

Por fim, foi realizada uma avaliação em conjunto, na qual cada participante pôde expor suas percepções acerca da atividade desenvolvida.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O momento de apresentação dos participantes, e a realização da dinâmica de integração possibilitou um início interativo das atividades planejadas a serem desenvolvidas, com a contribuição de todos os presentes, realçando os laços já existentes.

A dinâmica “Os cinco sentidos” demonstrou de maneira lúdica a interação entre os hábitos alimentares e os sentidos, e a influência que estes sofrem; ampliando a percepção que o ambiente e a mídia, principalmente, influenciam diretamente as escolhas alimentares, que nem sempre são saudáveis.

Analizando os efeitos nocivos da televisão sobre o imaginário social, um espaço socialmente estruturado como produtor de violência simbólica, onde ocorrem as lutas de poder para sua transformação ou conservação; nele se desdobra a pressão das macro estruturas econômicas e sociais, outorgando relações concorrenciais e desleais, sendo, verdadeiramente, um espaço de exclusões e invasões. Na medida em que a mensagem veiculada é unidirecionada para o interlocutor, não há via dialógica e sim impositiva. (ANDRADE e BOSI, 2003).

Como também, observa-se que os hábitos alimentares brasileiros tem sofrido modificações, e estas, no geral, vem em contramão do que se apregoa, existindo uma preferência por alimentos ricos em gorduras saturadas e carboidratos simples. Sendo que, o ato de alimentar-se constitui-se na dimensão ampla do humano e não se limita a um aspecto humano e mensurável (CARVALHO e MARTINS, 2004).

Uma reflexão envolvendo as práticas educativas, desenvolvidas em saúde demonstra que durante muito tempo suas orientações estiveram voltadas para os conteúdos técnicos específicos, principalmente por conta do entendimento de que esses seriam os saberes necessários e ausentes na população (MACHADO et al., 2006). No entanto, a realização da atividade proporcionou a troca de saberes entre os participantes, entre o popular e o científico, estimulando o diálogo, a afetividade, a humanização, a autonomia e o respeito a cada um dos participantes, que segundo Campos (1997) o vínculo com os usuários amplia a eficácia das ações de saúde e favorece a participação do usuário durante a prestação do serviço.

Por fim, foi realizada uma avaliação em conjunto, na qual cada um ia falando o que tinha achado da atividade desenvolvida, as percepções errôneas que tinham acerca da nutrição, não considerando as diferentes abordagens que podem ser feitas em relação ao tema alimentação. Também relataram que gostaram do que foi desenvolvido, que tinha sido uma abordagem divertida e diferente, observando com criticidade a influência da mídia e do ambiente na construção do comportamento alimentar.

Na atividade foi percebida a importância da realização de atividades educativas no nível primário de atenção em saúde, embasado pelos princípios da educação popular. Neste sentido Manfredi (1980) associa o popular vinculado à educação no sentido de prática para a autonomia; e esta é fundamental para a construção do empoderamento, liberdade de escolhas, estímulo a práticas coletivas, promovendo a humanização em saúde.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Cultivar hábitos alimentares saudáveis na população é um desafio, pois o padrão alimentar da população brasileira têm sofrido mudanças, e esta, no geral, vêm na contramão do que se preceitua. Diante os desafios a serem enfrentados a fim de se obter essas mudanças é necessário fazer uso dos órgãos dos sentidos como alternativa de estimular o consumo de alimentos antes negado. As pessoas precisam distinguir melhor as informações que lhes são passadas pelos meios de comunicação, pois esses são os principais vilões no monitoramento do comportamento alimentar.

A realização das atividades serviu para aproximar os participantes demonstrando a afetividade existente entre eles, demonstrando que a observação da subjetividade, e a firmação de vínculos, promove a autonomia, a humanização e promove a saúde.

REFERÊNCIAS

ALVES, R. B. Vigilância em Saúde do Trabalhador e Promoção da Saúde: Aproximações Possíveis e Desafios. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.19, p.319-322, jan-fev, 2003.

ANDRADE, A.; BOSI, M. L. M. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. **Revista Nutrição**, Campinas, v.16, 117-125, jan/mar, 2003.

BOOG, M. C. F. Educação Nutricional: por quê e para que? **Jornal da Unicamp**. Campina, 2004. p.2
CARVALHO, M. C.; MARTINS, A. A obesidade como objetivo complexo: uma abordagem filosófico-conceitual. **Ciência e Saúde Coletiva**. v.9, 1003-1012, 2004.

CAMPOS, G. W. S. Considerações sobre a arte e a ciência da mudança: revolução das coisas e reforma das pessoas. O caso da saúde. In: CECÍLIO, L. C. O., Organizador. **Inventando a mudança na saúde**. São Paulo: Hucitec, 1997. p. 29-87.

HECKERT, A. L.; ARAGÃO, E.; BARROS, M. E. B. A dimensão coletiva da saúde: uma análise das articulações entre gestão administrativa-saúde dos docentes, a experiência de Vitória. In: ATHAYDE, M.; BARROS, M. E. B.; BRITO, J. C.; NEVES M. Y. (Org.) **Trabalhar na escola? Só inventado o prazer**. Rio de Janeiro: IPUB/CUCA; 2001. p.123-62.

MAZIALE, M. H. P.; RODRIGUES, C. M. A produção científica sobre os acidentes de trabalho com material perfurocortante entre trabalhadores de enfermagem. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*. v.10. 571-7. 2002.

MACHADO, N. M. V.; et al. **Reflexões sobre saúde, nutrição e a estratégia de saúde da família**. Santa Catarina, 2006.

MANFREDI, S. M. A educação popular no Brasil: Uma releitura a partir de Antonio Gramsci. In: BRANDÃO, C. R., Organizador. **A questão política da educação popular**. São Paulo: Brasiliense, 1980.

ROUQUAYROL, M. Z.; ALMEIDA FILHO, N. **Epidemiologia e Saúde**. 6 ed. Rio de Janeiro: MEDSI;. p. 567-79. 2003

SANTOS, L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição**. Campina, 2005.

SEIDI, E. M. F.; ZANNON, C. M. L. C. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. **Caderno de Saúde Pública**. 2004; 20-580-8.

The WHOQOL Group. The World Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. **Social Science and Medicine**. 1995: 45:1403-10.

VITOR, J. F.; LOPES, M. V. O.; XIMENES, L. B. Análise do diagrama do modelo de promoção da saúde de Nola J. Pender. **Acta Paulista de Enfermagem**. Vv18, 235-40. 2005

WHO. Carta de Ottawa. In Ministério da Saúde/FIOCRUZ. **Promoção da Saúde: Cartas de Ottawa, Adelaide, Sundsvall e Santa Fé de Bogotá**. Brasília, 1998. p.11-8.