

Orientações Gerais sobre as ações de Promoção da alimentação saudável e prevenção da obesidade infantil

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) tem o propósito de melhorar as condições de alimentação, nutrição e saúde, em busca da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional e do Direito Humano à Alimentação Adequada da população brasileira. A política está organizada em diretrizes que abrangem o escopo da atenção nutricional no Sistema Único de Saúde (SUS) com foco na vigilância, promoção, prevenção e cuidado integral de agravos relacionados à alimentação e nutrição; atividades, essas, integradas às demais ações de saúde nas redes de atenção, tendo a Atenção Básica como ordenadora das ações.

A diretriz da PNAN de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável apresenta os principais conceitos acerca deste tema e sua interface com a promoção da saúde. Segundo a política, a alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis.

A diretriz de promoção da alimentação adequada e saudável deve ser implementada pelos gestores e profissionais do SUS em parceria com atores de outros setores, privilegiando a participação popular e deve combinar iniciativas focadas em:

- (i) políticas públicas saudáveis;
- (ii) criação de ambientes favoráveis à saúde nos quais indivíduo e comunidades possam exercer o comportamento saudável;
- (iii) o reforço da ação comunitária;
- (iv) o desenvolvimento de habilidades pessoais por meio de processos participativos e permanentes e
- (v) a reorientação dos serviços na perspectiva da promoção da saúde.

Considerando as políticas e prioridades brasileiras e compromissos internacionais no campo da Nutrição, observamos inúmeros esforços na luta contra a fome e todas as formas de má nutrição. Contudo, constatamos um cenário preocupante de avanço desenfreado do excesso de peso, em especial no público infantil. Sabemos que em nível local, as questões nutricionais ganham foco em função do investimento no diagnóstico local alimentar e nutricional e, por essa razão, neste momento, o PSE assume como uma de suas prioridades, as ações de prevenção e controle da obesidade infantil.

A obesidade infantil está associada à uma combinação de fatores de exposição das crianças a um ambiente obesogênico¹. Segundo a OMS (WHO, 2016), o aumento da obesidade infantil decorre da alteração na disponibilidade e tipo de alimento consumido, associado a um declínio na atividade física da criança, que resultam em desequilíbrio energético. Como consequência desse aumento, são observadas repercussões importantes, como o desenvolvimento precoce de doenças crônicas como resistência à insulina, diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares; distúrbios psicológicos e obesidade na vida adulta.

Assim, por se tratar de tema afeto à promoção da saúde a discussão da agenda da obesidade infantil, deve levar em consideração aspectos transversais e intersetoriais. A Atenção Básica do SUS é

¹ Ambiente obesogênico é aquele que favorece comportamentos relacionados à ingestão de alimentos densamente calóricos e sedentarismo (WHO, 2017).

espaço fundamental para a prevenção e o cuidado integral das crianças com excesso de peso, por seu alto grau de capilaridade e pelo vínculo com a população do território adscrito, que permite uma melhor compreensão dos determinantes do ganho de peso e a articulação de ações de prevenção e controle do excesso de peso infantil.

Para além da Atenção Básica do SUS, a escola é um equipamento público privilegiado que permite a construção de relações favoráveis à promoção da saúde, contribuindo com a proteção, a atenção e o pleno desenvolvimento da comunidade escolar. Nesta perspectiva, a escola é um espaço potente na articulação de ações referentes ao controle da obesidade infantil, pois tem a capacidade de promover e contribuir com a prática de atividades físicas para além das aulas de educação física; articula a comunidade escolar em torno de ações promotoras do controle da obesidade infantil; fomenta a instituição de cantinas saudáveis; promove ações de educação alimentar e nutricional, dentre outras.

Destaque deve ser dado à potencialidade da Alimentação Escolar ofertada por meio do Programa Nacional de Alimentação do Escolar (PNAE), que atende os alunos de toda a educação básica (educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos) matriculados em escolas públicas, filantrópicas e em entidades comunitárias (conveniadas com o poder público).

Dentre os eixos de atuação do PNAE estão as ações de avaliação do estado nutricional dos estudantes; a identificação de indivíduos com necessidades nutricionais específicas; a realização de ações de educação alimentar e nutricional para estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que colaborem para a aprendizagem, a boa saúde do escolar e a qualidade de vida do indivíduo e da comunidade escolar; a interação com os agricultores familiares e empreendedores familiares rurais de forma a conhecer a produção local, inserindo estes produtos na alimentação escolar; o planejamento e acompanhamento dos cardápios da alimentação escolar.

As cantinas escolares que muitas vezes oferecem alimentos de baixo valor nutricional, geralmente ricos em energia, gorduras, açúcar e sal e pobres em vitaminas e sais minerais, contribuem para escolhas não saudáveis pelas crianças. Diante deste cenário preocupante de obesidade infantil e da ausência de normativas em âmbito federal que regulamente sobre a comercialização, propaganda, publicidade e promoção comercial de alimentos e bebidas ultra processados em escolas públicas e privadas, entendemos ser imprescindível um olhar atento das equipes de saúde e educação para a implementação de programas abrangentes que promovam ambientes escolares saudáveis, eliminando a provisão ou venda de alimentos não saudáveis dentro do ambiente escolar.

E, por fim, o Programa Saúde na Escola (PSE) concentra e potencializa as ações de prevenção e controle da obesidade infantil por tratar-se de um espaço que permite colocar em prática a promoção da alimentação adequada e saudável diretamente com os escolares por meio do esforço coordenado entre saúde e educação.

Segundo recomendações da OMS (2017), as melhores práticas para a prevenção e controle da obesidade infantil devem incluir uma agenda combinada de alimentação adequada e saudável, atividade física e modos de vida numa perspectiva mais ampla voltada para o crescimento e desenvolvimento saudáveis. Com isto, recomenda-se às equipes de saúde e educação um conjunto de ações que abarcam estratégias de promoção da alimentação adequada e saudável, estímulo à realização de práticas corporais e atividade física e mudança de comportamento.

Tais medidas têm como objetivo incentivar a qualificação das estratégias de prevenção e tratamento da obesidade infantil nos municípios brasileiros, permitir o desenvolvimento de ambientes saudáveis e, de forma específica, realizar o planejamento das ações de enfrentamento da obesidade frente à realidade local; fortalecer o acompanhamento do ganho de peso de crianças de 0 a 10 anos de idade; estruturar e qualificar as ações intersetoriais de promoção da alimentação adequada e saudável e

educação alimentar e nutricional; práticas corporais e atividade física e propor a discussão acerca do cuidado à criança com excesso de peso.

A construção do planejamento das ações em nível local deve considerar o papel de cada ator envolvido no processo e as possibilidades de atuação frente ao enfrentamento da obesidade infantil. A estratégia é reunir uma série de recomendações a serem observadas pelos profissionais de saúde da atenção básica à saúde, das escolas, das famílias e da comunidade, no enfrentamento da obesidade infantil. Nas escolas, o desenvolvimento de ações de promoção da saúde com a comunidade escolar precisa ser o ponto de partida para o enfrentamento da obesidade. É preciso envolver cada ator, de modo a fazê-lo interpretar o cotidiano e atuar de modo a incorporar atitudes e/ou comportamentos adequados para a melhoria da qualidade de vida.

Desta forma, espera-se nas escolas uma atitude permanente de empoderamento dos princípios básicos de promoção da saúde e desenvolvimento de ações ou iniciativas que contribuam com a prevenção e controle da obesidade infantil, como:

- utilizar como material de apoio para a promoção da alimentação adequada e saudável, o Guia Alimentar da População Brasileira;
- instituir mecanismos de orientação para co-responsabilização dos pais e/ou responsáveis pelos educandos sobre a alimentação escolar, os alimentos oferecidos nas cantinas e os lanches preparados em casa e levados à escola, no que diz respeito à quantidade de gordura, sal, açúcar, etc;
- inserir a educação nutricional como temática transversal nas disciplinas;
- ampliar a promoção de atividades físicas programadas junto aos educandos, para além das aulas formais de atividade física;
- manter envolvimento ativo da família junto à escola;
- apoiar o acompanhamento do ganho de peso dos educandos, com base nas normas de vigilância alimentar e nutricional adotadas na atenção básica do SUS;
- ofertar uma alimentação saudável e sem a presença de alimentos ultraprocessados;
- promover a construção de hortas escolares para apoiar as ações de educação alimentar e nutricional e reforçar a presença de alimentos saudáveis na alimentação escolar;
- proibir a venda de alimentos ultraprocessados nas cantinas das escolas;
- coibir a venda de alimentos ultraprocessados no comércio do entorno da escola para que o ambiente não influencie negativamente no comportamento alimentar das crianças, dentre outras;
- desenvolver atividades, feiras e espaços de troca de experiências e conhecimento entre os estudantes e comunidade escolar sobre alimentação adequada e saudável, empoderando-os sobre o tema;
- implementar processos de formação e educação permanente e continuada com a comunidade escolar e, em especial, as merendeiras, sobre alimentação adequada e saudável.



MINISTÉRIO DA SAÚDE
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Sugestão de ações a partir do nível de ensino

Ação estratégica	Grupo etário	Tipo de ação (individual ou coletiva)	Periodicidade	Por quê?	Para quê?	COMO/COM O QUÊ? (recursos humanos/materiais)
Promoção da alimentação saudável e prevenção da obesidade infantil	Estudantes de todas as idades	Coletiva	anual	Observamos um cenário epidemiológico bastante preocupante com avanço rápido do excesso de peso em todas as faixas etárias. Dados da POF (2008) mostram que na faixa etária de 5 a 9 anos, uma em cada três crianças já apresentam excesso de peso no Brasil. Inúmeras evidências e recomendações internacionais da OMS mostram que intervenções em escolas têm se	Deter o avanço da obesidade infantil no Brasil. Estimular ambientes promotores da alimentação saudável. Reunir esforços para formação e difusão de conhecimentos acerca dos benefícios de uma alimentação adequada e saudável, prática de atividade física e adoção de modos de vida saudáveis.	Planejamento local para reconhecimento do cenário alimentar e nutricional da população, em especial dos estudantes e desenvolvimento de ações de promoção da saúde, atividade física e mudança de práticas não saudáveis com profissionais de saúde da atenção básica e da educação em escolas aderidas ao PSE. Materiais – Manual instrutivo do Programa Crescer Saudável; Guia Alimentar da População Brasileira e manuais de apoio de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável ao Programa Saúde na Escola. De forma detalhada: <ul style="list-style-type: none">• utilizar como material de apoio para a promoção da alimentação adequada e saudável, o Guia Alimentar da População Brasileira;• instituir mecanismos de orientação para co-responsabilização dos pais e/ou



PROGRAMA
SAÚDE NA
ESCOLA

MINISTÉRIO DA SAÚDE
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

				<p>mostrado bastante efetivas no controle da obesidade infantil, quando centra seus objetivos em componentes de alimentação adequada e saudável e modos de vida.</p>		<p>responsáveis pelos educandos sobre a alimentação escolar, os alimentos oferecidos nas cantinas e os lanches preparados em casa e levados à escola, no que diz respeito à quantidade de gordura, sal, açúcar, etc;</p> <ul style="list-style-type: none">• inserir a educação nutricional como temática transversal nas disciplinas;• ampliar a promoção de atividades físicas programadas junto aos educandos, para além das aulas formais de atividade física;• manter envolvimento ativo da família junto à escola;• apoiar o acompanhamento do ganho de peso dos educandos, com base nas normas de vigilância alimentar e nutricional adotadas na atenção básica do SUS;• ofertar uma alimentação saudável e sem a presença de alimentos ultraprocessados;• promover a construção de hortas escolares para apoiar as ações de educação alimentar e nutricional e reforçar a presença de alimentos saudáveis na alimentação escolar;
--	--	--	--	--	--	--



PROGRAMA
SAÚDE NA
ESCOLA

MINISTÉRIO DA SAÚDE
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

						<ul style="list-style-type: none">• proibir a venda de alimentos ultraprocessados nas cantinas das escolas;• coibir a venda de alimentos ultraprocessados no comércio do entorno da escola para que o ambiente não influencie negativamente no comportamento alimentar das crianças, dentre outras;• desenvolver atividades, feiras e espaços de troca de experiências e conhecimento entre os estudantes e comunidade escolar sobre alimentação adequada e saudável, empoderando-os sobre o tema;• implementar processos de formação e educação permanente e continuada com a comunidade escolar e, em especial, as merendeiras, sobre alimentação adequada e saudável.
--	--	--	--	--	--	---