

# A pedagogia crítica nas ações de educação alimentar durante o período de isolamento social: estratégias metodológicas

*Critical pedagogy in nutrition education actions during the period of social isolation: methodological strategies*

<https://doi.org/10.5335/rbceh.?????.?????>



Francieli Aline Conte<sup>1</sup>, Johannes Doll<sup>2</sup>

## Resumo

O estudo teve como objetivo explorar estratégias metodológicas para ações de educação alimentar e nutricional crítica em um ambiente virtual com mulheres adultas e idosas. Foi realizado um programa de educação alimentar online com sete mulheres do município de Ijuí-RS, durante o período de isolamento social devido à pandemia de Covid-19. O programa consistiu em seis encontros educativos mensais, utilizando métodos como autoavaliação da alimentação, problematização da alimentação e de exames laboratoriais, proposição de metas e aconselhamento nutricional. A autoavaliação alimentar e a problematização permitiram que as participantes refletissem criticamente sobre seus hábitos alimentares e suas condições de saúde, levando a busca de soluções viáveis e mudanças na alimentação e estilo de vida ao longo dos seis meses. Os resultados indicaram que programas de EAN crítica podem ser adaptados para o ambiente virtual, mostrando-se uma alternativa eficaz para a educação em saúde na impossibilidade de encontros presenciais. A pesquisa enfatiza a importância de integrar tecnologias e metodologias problematizadoras na educação alimentar, garantindo a participação ativa e a reflexão crítica dos participantes. A transição para o ambiente virtual exigiu adaptações metodológicas, porém as estratégias utilizadas permitiram que o trabalho não fosse prejudicado.

**Palavras-chave:** Pedagogia Crítica. Educação Alimentar e Nutricional. Idosas. Pandemia. Ambiente Virtual.

## Introdução

Esse estudo destaca a adaptação de estratégias metodológicas de ações de educação alimentar e nutricional (EAN) baseado na pedagogia crítica em um ambiente virtual durante o isolamento social imposto pela pandemia de Covid-19. Como sabemos, o aprendizado ocorre por meio das interações sociais que são fundamentais para o desenvolvimento

cognitivo e social, permitindo que os indivíduos adquiram conhecimentos, habilidades e valores que, por sua vez, lhes permitem agir sobre e modificar seu ambiente (VYGOTSKY, 2003), todavia, durante a pandemia de covid-19, as interações sociais e presenciais ficaram prejudicadas e precisaram ser modificadas e adaptadas para o mundo virtual. A pedagogia crítica influenciou os conteúdos da disciplina de diversos campos e áreas, entre as quais a saúde. No campo da nutrição, ela revolucionou a forma de ver e trabalhar a educação nutricional ao promover uma abordagem mais

<sup>1</sup> Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí-RS, Brasil. · [francieliconte@yahoo.com.br](mailto:francieliconte@yahoo.com.br) <sup>2</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Brasil. · [johannes.doll@ufrgs.br](mailto:johannes.doll@ufrgs.br)

ampla e inclusiva, considerando as desigualdades sociais, a fome e a subnutrição (SANTOS, 2005).

As ações de educação em saúde em uma perspectiva crítica retiram o foco exclusivo do biológico e dos saberes técnicos e integram métodos e técnicas pedagógicas que buscam a participação ativa das pessoas e os seus contextos sociais, econômicos e políticos (SANTOS, 2005). As ações em saúde não são uma mera transmissão de conhecimentos técnicos, mas um espaço para a problematização, reflexão crítica e busca de soluções viáveis (PADRÃO; AGUIAR; PADRÃO, 2017).

## **Materiais e métodos**

Trata-se de uma pesquisa de intervenção realizada individualmente com sete mulheres adultas maduras (50 a 59 anos) e idosas (60 anos ou mais) vinculadas ao Sistema Único de Saúde do município de Ijuí-RS durante a pandemia de Covid-19. A seleção das participantes foi realizada com o auxílio da Secretaria Municipal de Saúde do município e das agentes comunitárias de saúde de três Estratégias de Saúde da Família (ESF 4, 14 e 15).

O trabalho educativo consistiu em encontros virtuais síncronos individuais, com periodicidade mensal. Os encontros ocorreram entre os meses de abril a setembro de 2021. Cada encontro foi previamente agendado com cada participante e as plataformas utilizadas foram *Google Meet* e vídeo-chamadas do *WhatsApp* (conforme a preferência da participante). Cada encontro teve duração média de uma hora. Foram realizados, ao total, sete encontros individuais com cada participante.

O primeiro encontro foi destinado ao preparo do campo. Para os encontros subsequentes (seis encontros), foi elaborado um planejamento prévio, porém não fixo, para as atividades educativas individuais, que serão detalhadas nos resultados do estudo. O trabalho desenvolvido foi registrado em diário de campo. Para a construção das informações foram aplicados questionários semiestruturado e também gravações, as quais foram objeto de análise e estudo.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sob parecer nº 4.801.673 e CAAE: 45803421.60000.5347, seguindo as recomendações da Resolução 466, de 12 de dezembro de 2012.

## **Resultados e discussão**

Participaram do estudo sete mulheres com idade acima de 50 anos, cuja idade média do grupo foi de 54,42 ( $\pm 3,63$ ) anos. Entre os diversos métodos, técnicas e instrumentos utilizados para realizar as ações de educação alimentar apontamos os seguintes:

**Autoavaliação da alimentação:** processo que consistiu na autoavaliação e reflexão da alimentação atual por meio de perguntas abertas como por exemplo: como você considera que está a sua alimentação na atualidade?

**Problematização da Alimentação:** foram identificados os alimentos importantes para a saúde e tratamento das condições clínicas pré-existentes, e também das escolhas não adequadas e como elas impactaram sobre a sua saúde e das condições clínicas.

**Problematização dos exames laboratoriais:** buscou-se explicar a fisiopatologia das doenças e condições clínicas e

conscientizar sobre os riscos e impactos na saúde a médio e longo prazo. Para explicar de forma mais didática, foram construídos desenhos durante as explicações.

**Determinação de metas:** as participantes precisavam pensar em soluções práticas no seu cotidiano para mudar suas a alimentação e estilo de vida.

**Interpretação e problematização de rótulos:** as mulheres foram desafiadas a ler as informações nos rótulos de alimentos que elas consumiam. Em seguida, foram explicados e problematizados esses elementos.

**Construção de Plano Alimentar:** as participantes que solicitaram um plano alimentar foram convidadas a ajudar na construção do seu próprio plano.

**Aconselhamento Nutricional:** foram fornecidas orientações ou possibilidades para auxiliar no processo de mudança de hábitos e comportamentos alimentares.

**Avaliação dos Conhecimentos:** foram avaliados e comparados os conhecimentos adquiridos antes e após as ações educativas.

**Avaliação dos Resultados:** foram avaliados os resultados alcançados em relação ao estado nutricional, parâmetros bioquímicos e percepções sobre a saúde após a EAN crítica.

Consideramos que os elementos didáticos utilizados foram fundamentais para proporcionar uma educação nutricional abrangente e participativa mesmo não sendo desenvolvida presencialmente. Destacamos que o diálogo desenvolvido com cada participante foi fundamental para desenvolver as ações e conseguir a adesão das mesmas ao projeto.

O trabalho auxiliou as mulheres a entenderem melhor sua própria alimentação e contexto de saúde, além de incentivá-las a realizar mudanças positivas em suas vidas cotidianas. Na área da saúde o uso das tecnologias digitais foi fundamental para garantir fornecer cuidados com pessoas e grupos durante o período pandêmico.

Paulo Freire, em suas obras, enfatiza a importância do diálogo e da problematização como meios de promover a consciência crítica. O processo de codificação e decodificação da realidade é essencial para que os educandos/participantes possam compreender e transformar sua realidade (GIROUX, 1997; FREIRE, 1987).

## **Conclusão**

Os resultados indicam que os programas de EAN crítica podem ser adaptados para ambientes virtuais, oferecendo uma alternativa quando o trabalho presencial não é possível. A integração de tecnologias e metodologias problematizadoras na educação alimentar é essencial para manter a participação ativa e a reflexão crítica dos participantes, assegurando a efetividade dos programas de educação em saúde. Apesar dos grandes desafios, foi possível realizar um trabalho de educação alimentar em uma perspectiva crítica, pois a dinâmica dos encontros ocorreu de forma síncrona, possibilitando um ambiente de diálogo e, de certa forma, próximo ao presencial utilizando estratégias que incentivaram a participação ativa e a reflexão crítica.

## **Agradecimentos**

Agradecemos à agência de fomento CAPES pelo financiamento desta pesquisa.

## Referências

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da esperança**: um reencontro com a pedagogia do oprimido. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997.

GIROUX, Henry. **Os professores como intelectuais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

PADRÃO, Susana Moreira; AGUIAR, Odaleia B; BADRÃO, Gilcilene de Oliveira D. Educação Alimentar e Nutricional: a defesa de uma perspectiva contra-hegemônica e histórico-crítica para educação. **Demetra**, v.12, n. 3, p. 665-682, 2017.

SANTOS, Lúcia Amparo da Silva. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 5, 2005.

VYGOTSKY, L. S. **Desenvolvimento da percepção e da atenção**. 6ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003.