

O PAPEL DA NUTRIÇÃO COMO ATO PREVENTIVO DAS DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS: UMA ABORDAGEM PRÁTICA PARA O 1º ANO DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA ESTADUAL DE IMPERATRIZ –MA.

Lívia Chagas Santana Ribeiro¹
Arabutan Maracaípe da Silva Neto²
Daniel Lopes Costa³
Jociel Ferreira Costa⁴

INTRODUÇÃO

Nos dias vigentes, é notório um crescente número de casos de Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT's). Isso se dá devido ao aumento do consumo de alimentos ricos em calorias, com alto teor de sódio, gorduras, açúcares e aditivos químicos, associado ao baixo consumo, legumes, verduras e frutas, que vem tornando-se um padrão alimentar comum na população brasileira, em particular a população de menor poder econômico (NETO, 2022).

A alimentação saudável é uma das principais aliadas à prevenção de doenças e à manutenção da saúde, pois, engloba os aspectos nutricionais, culturais e sociais. Hodiernamente é comprovado, por meio de estudos, que o consumo insuficiente de frutas, legumes e verduras (FLV) eleva o risco para se adquirir as DCNTs, entretanto, o consumo adequado destes alimentos previne consideravelmente o desenvolvimento dessas doenças (PINTO *et al.*, 2022).

Os alimentos possuem nutrientes que favorecem o funcionamento correto do organismo. Diante da falta desses nutrientes, o corpo pode sofrer graves consequências em virtude da interrupção de alguma atividade básica e desencadear algumas doenças. Nesse aspecto, fica evidente que para que uma alimentação seja considerada saudável a mesma deve conter todos os nutrientes necessários para que ocorra o devido funcionamento do organismo (CAVALARI, 2023).

Nessa perspectiva, é imprescindível abordar no que tange às DCNT's, visto que o Brasil possui uma ampla magnitude em relação as doenças cardiovasculares, as quais correspondem a 31% do total de óbitos por causas conhecidas, bem como a diabetes e neoplasias, apresentando

¹ Graduanda do Curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão – UEMASUL, liviasantana.20200002129@uemasul.edu.br;

² Graduando do Curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão – UEMASUL, arabutanneto.20200002236@uemasul.edu.br;

³ Graduando do Curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão – UEMASUL, danielcosta.20200002165@uemasul.edu.br;

⁴ Doutorando em Ciência Animal pela Universidade Estadual do Maranhão -UEMA, jociel.costa@uemasul.edu.br.

15% dos óbitos no ano de 2003 (SCHMIDT, 2011). Desse modo, é imperioso discutir sobre a alimentação devida, haja vista que é um ato preventivo para com as enfermidades mais prevalentes do país (MELO, 2019).

Recorrente aos gastos destinados (custos diretos) para tratamento, ações, procedimentos e serviços de saúde, é dito que o Brasil apresenta altas estimativas de custos em relação a esse tipo de patologias. O Sistema Único de Saúde – SUS dispõe de recursos financeiros que são destinados para cobrir os custos indiretos com absenteísmo, aposentarias precoces e perda de produtividade, estes que de algum modo são advindos 5 de DCNT's, tais como: Acidente Vascular Cerebral (AVC), Diabetes, Hipertensão, entre outros (SILVA *et al.*, 2015).

Logo, a temática da Alimentação e Nutrição com o intuito de prevenção das DCNT's se torna notória e fundamental, uma vez que o Brasil é um país estritamente afetado nos diferentes setores, familiares, socioeconômicos, culturais etc. Nesse viés, o presente trabalho se objetiva em promover a compreensão da importância da Alimentação e Nutrição como meios preventivos de doenças não transmissíveis (DCNT's) para o 1º ano do Ensino Médio da Rede Pública Estadual de Imperatriz – MA.

METODOLOGIA

O projeto de pesquisa foi desenvolvido na rede pública de ensino no município de Imperatriz no estado Maranhão. Nesse viés, ao promover a compreensão da importância da alimentação e nutrição O projeto de pesquisa foi desenvolvido na rede pública de ensino no município de Imperatriz no estado Maranhão. Nesse viés, ao promover a compreensão da importância da alimentação e nutrição como meios preventivos de doenças crônicas não transmissíveis para os alunos do ensino médio, é crucial analisar e compreender os conhecimentos dos alunos que foram adquiridos ao longo de sua vida, em relação a temática trabalhada. Assim, foi aplicado um questionário a fim de balizar os conhecimentos prévios de cada discente da turma, com intuito de nortear a equipe para um melhor direcionamento possível na execução da pesquisa.

Após conhecer a turma nos aspectos voltados a nutrição e alimentação, foram desenvolvidas práticas de mensuração do estado fisiológico dos alunos, bem como: glicemia, altura, peso, índice de massa corporal, índice do estado nutricional, entre outros. Posteriormente, ministrou-se palestras educativas a fim de ampliar os conhecimentos sobre alimentação saudável através de rodas de conversas com os alunos, incluindo também metodologias ativas, como os jogos lúdicos (no caso o ludo). Contudo, foi sucedido ainda

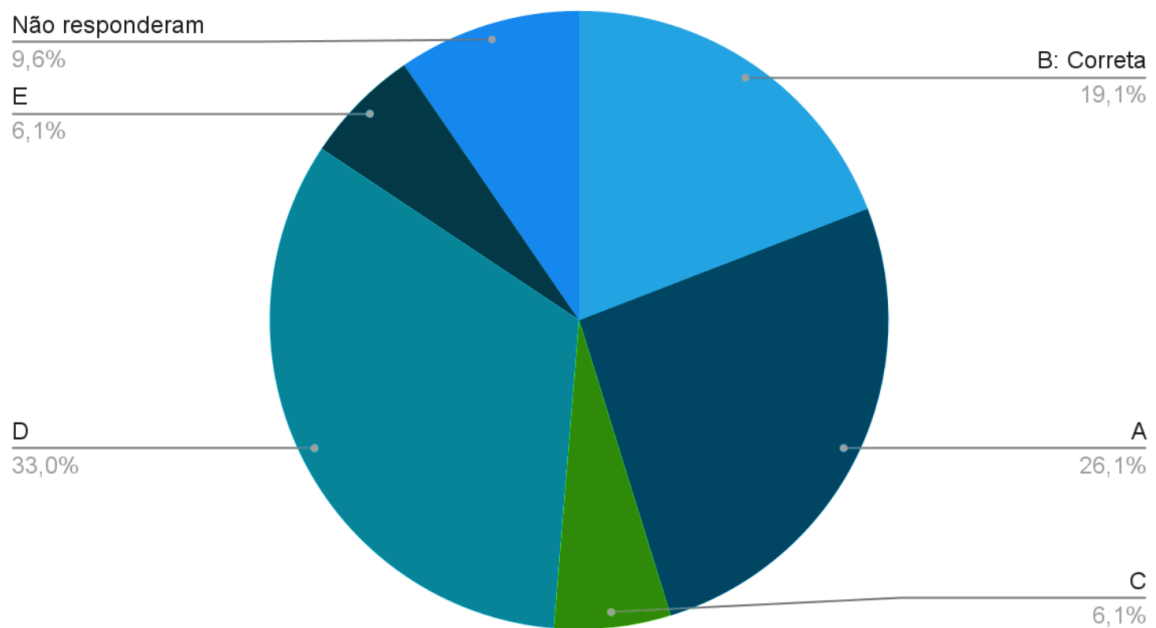
reflexões sobre a influência e o poder da mídia, e da indústria nas escolhas alimentares dos indivíduos entremeados sobre uma ótica do sistema capitalista.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisadas três questões que apresentaram uma maior discrepância entre as respostas dos alunos. Nesse contexto, os dados do gráfico de setores apresentam três principais respostas, contabilizando 78% de todas obtidas, sendo estas A, B e D. A segunda alternativa, “B”, apresentava a solução da pergunta, contabilizando 22 marcações em todas as salas das quais os questionários foram aplicados, sendo 19,1%.

A primeira alternativa apresentava algumas das principais biomoléculas, no entanto, os ácidos nucleicos não estavam representados, sendo estas o ácido desoxirribonucleico (DNA) e ribonucleico (RNA), responsáveis por armazenar, transmitir informações genéticas (NELSON, 2022). No entanto, 39,1% das marcações apontaram uma opção que tinha a água como biomolécula, contabilizando com 9,6% dos alunos que não responderam mostra-se a necessidade de revisar o conhecimento dos alunos a respeito dos termos utilizados na questão (Figura 01).

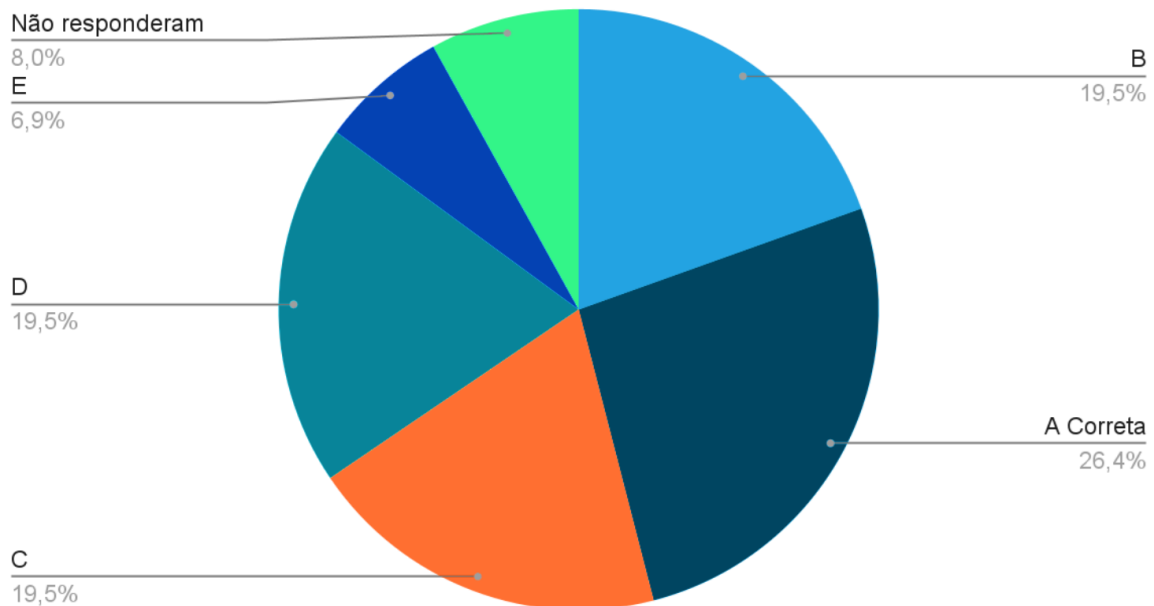
FIGURA 01: O gráfico de setores apresenta o total das diferentes respostas obtidas na questão 6 do questionário.



Fonte: Autores (2023).

Na questão 7° foi tratado do termo “Doenças Crônicas Não Transmissíveis” ou DCNT’s, que está diretamente ligada à saúde nutricional, nesta questão mais de 50% das respostas estavam certas, apontando o conhecimento básico dos alunos. Na questão seguinte tentou-se aprofundar no termo do qual o gráfico expõe os resultados (Figura 02). Nesta, 6,9% dos participantes marcaram que não há como prevenir DCNT’s com alimentação ou nutrição e três alternativas contiveram a mesma quantidade de marcações B, C e D apresentaram 17 seleções, combinado 58,5% totais dos votos, e 8% não responderam à pergunta, demonstrando a necessidade de aprofundar o assunto em um segundo encontro.

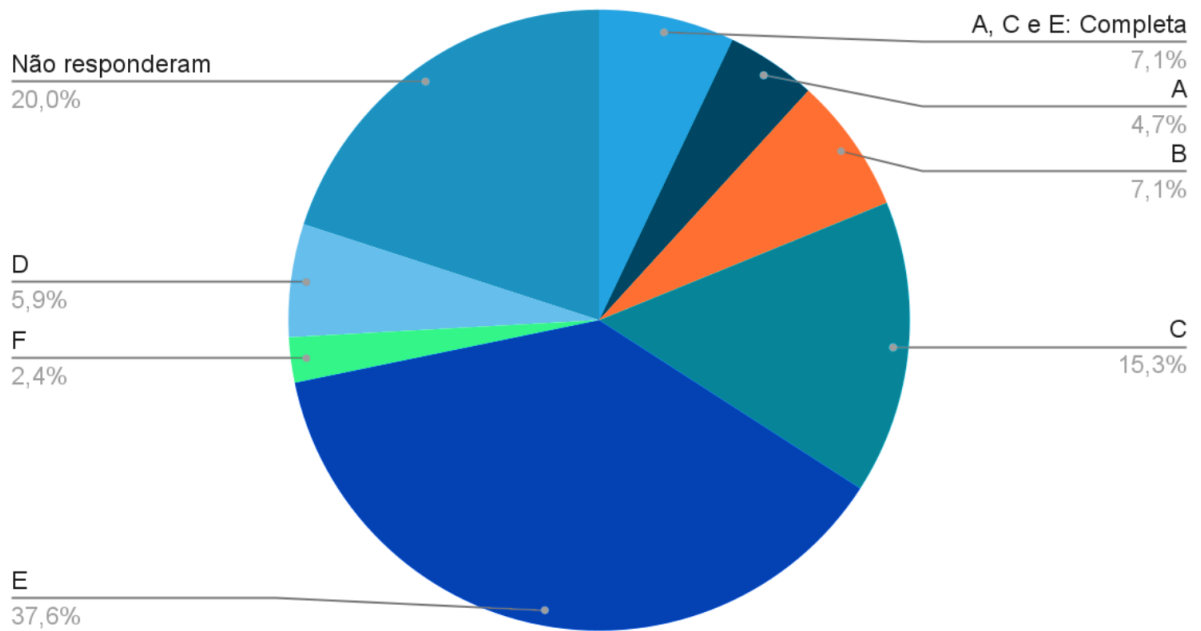
FIGURA 02: O gráfico de setores apresenta o total das diferentes respostas obtidas na questão 7 do questionário.



Fonte: Autores (2023).

Na 10° questão do questionário para conhecimentos prévios foi tratado das práticas consideradas como bons hábitos alimentares, uma questão de múltipla escolha, era necessário selecionar mais uma alternativa (Figura 03). Os resultados demonstraram o conhecimento básico dos alunos, com 37,6% das respostas focadas na quinta (E) alternativa da qual referia-se da necessidade de exercícios físicos e o consumo de legumes e verduras, seguida da terceira (C) e primeira alternativa (A) com 15,3% e 4,7% consecutivamente, no entanto este corrobora a carência de conhecimentos mais vastos a respeito da alimentação e nutrição.

FIGURA 03: O gráfico de setores representa as diferentes alternativas marcadas pelos participantes



Fonte: Autores (2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mediante os dados obtidos, evidenciou-se a falta de informações pertinentes para alcançar todos os resultados esperados. Desse modo, o estudo requer continuidade dos objetivos postulados para que possa ser validado como referência para outros trabalhos dentro da mesma temática. Sem mencionar que, o estudo totalmente concluído irá corroborar como ferramenta de pesquisa de norteamto para a região e demais estudos afins.

Ademais, é preciso realizar todas as etapas de modo equiparado, visto que em algumas turmas muitos discentes negaram a participar nas etapas metodológicas. Para isso, será essencial a realização das rodas de conversa, bem como das palestras, para que o público alvo esteja ciente que a nutrição eficaz promove o fortalecimento do sistema imunológico, prevenindo assim as doenças crônicas não transmissíveis.

Palavras-chave: Estado fisiológico; Palestras educativas; Alimentação saudável; Saúde pública.

REFERÊNCIAS



CAVALARI, João Vagner; CASONATTO, Juliano. **Exercício Físico e Hipertensão**. Editora Dialética, 2023.

MELO, Silvia Pereira da Silva de Carvalho *et al.* Doenças crônicas não transmissíveis e fatores associados em adultos numa área urbana de pobreza do nordeste brasileiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 3159-3168, 2019.

NELSON, David L.; COX, Michael M. **Princípios de Bioquímica de Lehninger**. Artmed Editora, 2022.

NETO, Francisco Ferreira Sales *et al.* **Educação nutricional como tecnologia em saúde na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis: uma revisão bibliográfica**. In: V Semana Acadêmica - Faculdade Uninta Itapipoca, 2022.

PINTO, Rafael Petrucci Marques. **A alimentação saudável e o ensino de ciências: uma proposta de Sequência Didática**. 2022.

SCHMIDT, Maria Inês *et al.* **Doenças crônicas não-transmissíveis no Brasil: carga e desafios atuais**. 2011.

SILVA BARRETO, Mayckel; CARREIRA, Lígia; MARCON, Sonia Silva. Envelhecimento populacional e doenças crônicas: Reflexões sobre os desafios para o Sistema de Saúde Pública. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 18, n. 1, p. 325-339, 2015.