NutriSer - Da Horta para a Mesa

1. Eixo temático PAVS – Horta e Alimentação Saudável
2. Coordenadoria Regional de Saúde – Sudeste
3. Supervisão Técnica de Saúde - Ipiranga
4. UBS de referência – UBS Sacomã
5. Secretaria Municipal de Saúde - Coordenadoria de Atenção Básica – SPDM-PAIS

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, o Brasil passou por grandes transformações sociais, que tiveram impacto direto nos hábitos alimentares e, conseqüentemente, na saúde da população. Observou-se uma rápida transição demográfica, epidemiológica e nutricional, apresentando como conseqüência maior expectativa de vida, além de mudanças importantes no padrão de saúde e consumo alimentar da população brasileira.

As mudanças socioeconômicas possibilitaram a diminuição da fome, da escassez de alimentos e da desnutrição, embora parte da população ainda sofra com a falta de alimentos, mas trouxeram mudanças importantes no perfil alimentar e nutricional, com o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados. Em contrapartida, o consumo de frutas e hortaliças se manteve estável, sendo metade do recomendado pelo Guia Alimentar para a População Brasileira.

O excesso de peso e as doenças crônicas afetam, cada vez mais, adultos e crianças e, na maioria das vezes, está associado aos hábitos alimentares e a ausência da prática de atividades físicas, resultando, atualmente, na principal causa de morte entre adultos.

OBJETIVO

Objetivo Geral

Disseminar práticas sustentáveis e a educação ambiental à 140 crianças, equipe do CEI e comunidade escolar, afim de promover a consciência ambiental e adoção de hábitos alimentares saudáveis.

Objetivos específicos

- Fomentar a educação ambiental de forma lúdica dos alunos;
- Realizar a compostagem, implantar uma horta pedagógica;
- Reduzir o consumo de alimentos ultra processados e aumentar o consumo de alimentos in natura e minimamente processados
- Incentivar o aleitamento materno.

RESULTADO

O trabalho com hortas proporciona não somente o acesso a uma educação alimentar mais saudável, como também trás outros benefícios à saúde. O contato com a terra, com a natureza, pelo manejo da horta, contribui com a saúde mental e é uma atividade física de grau leve a moderado, segundo diversos estudos.No CEI Margarida a horta envolveu toda a comunidade escolar, por meio de atividades práticas de manejo da horta, do minhocário e oficinas de culinária/alimentação saudável e em sala de aula, como contações de histórias - que trazem os aspectos culturais que envolvem a alimentação, sensoriais – com objetivo de aguçar a percepção de como todos os 5 sentidos são estimulados durante o processo de alimentação, artísticas, além de palestras e formações sobre técnicas agroecológicas de cultivo e aleitamento materno. Essas atividades são realizadas por profissionais de saúde - Agente de Promoção Ambiental (APA), Agentes Comunitários de Saúde (ACS), enfermeiras, nutricionistas, entre outros - da UNAS e Insper, direcionadas aos alunos, corpo docente da escola e comunidade.Até o momento foram realizadas 41 atividades coletivas sobre alimentação saudável e 42 Visitas Domiciliares Ambientais para orientação de gestantes quanto a possibilidade de continuidade do aleitamento no CEI e divulgação do programa, CEI Amigo do Peito, da Secretaria Municipal de Educação.Como reconhecimento do trabalho realizado, o projeto recebeu o 1º lugar no Prêmio Paulo Freire de Qualidade do Ensino Municipal categoria Educação Infantil.

IMAGENS

Famílias participam de celebração e colheita, na horta do CEI.

Agente de Promoção Ambiental, em parceria com equipe ESF, apresentam teatro sobre alimentação saudável.

Enfermeira da unidade realiza palestra sobre aleitamento materno para profissionais do CEI.

Agente de Promoção Ambiental realiza atividade de manejo da horta com as crianças.