

muito mais complementares, já que as forças de uma vêm reforçar a debilidade da outra e vice-versa. De fato, ali onde as intervenções populacionais fracasam na solução de problemas específicos e frequentemente urgentes, a atenção individualizada poderia ajudá-los a estabelecer uma série de pautas orientadas às necessidades concretas em nível intrafamiliar de certos setores da população.”

Suárez-Herrera et al., 2009, 79)

Referências Bibliográficas

1. DIEZ-GARCIA, R.W.; CERVATO-MANCUSO, A.M.C. *Mudanças alimentares e educação nutricional*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.
2. RODRIGUES, E.M.; SOARES, F.P.T.P.; BOOG, M.C.F. “Resgate do conceito de aconselhamento no contexto do atendimento nutricional”. *Revista de Nutrição* 18 (1): 119-128, 2005.
3. MOTTA, D.G.; MOTTA, C.G.; CAMPOS, R.R. “Teorias psicológicas da fundamentação do aconselhamento nutricional”. In: DIEZ-GARCIA, R.W.; CERVATO-MANCUSO, A.M.; *Mudanças alimentares e educação nutricional*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.
4. PATTERSON, L.E.; EISENBERG, S. *O processo de aconselhamento*. São Paulo: Martins Fontes, 1988.
5. BURLANDY, L. *Segurança alimentar e nutricional: intersectorialidade e as ações de nutrição*. Saúde em Revista 6 (13): 9-16, 2004.
6. BOOG, M.C.F. “Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental em zona rural”. *Revista de Nutrição* 23 (6): 1005-1018, 2010.
7. SUÁREZ-HERRERA, J.C.; JUAN, J.J.O.; SERRA-MAJEM, L. “La participación social como estrategia de la nutrición comunitaria para afrontar los retos asociados a la transición nutricional”. *Revista Española de Salud Pública* 83: 791-803, 2009.

Pesquisar para compreender, compreender para interagir

Alguns profissionais de saúde consideram que as questões alimentares são “difíceis” porque fogem do alcance da tecnologia terapêutica, são inacessíveis e, por tudo isso, tendem a qualificá-las como facticidade, isto é, como uma condição na qual a pessoa se encontra não por opção, mas por ser inerente à vida ou condição social em que ela se encontra, uma situação inevitável. Na realidade, essas questões consideradas como facticidade, e geralmente referidas como “difíceis”, não são uma “outra coisa” – elas são o próprio objeto das ações educativas nessa área.

A educação alimentar e nutricional não preconiza uma obediência passiva a dietas. Ela proporciona acesso a informações, mas trabalha também os aspectos subjetivos da alimentação, para que mudanças possam acontecer no tempo e no ritmo de cada pessoa. Por isso, educação alimentar e nutricional não é uma tarefa banal. Ela é uma tarefa complexa, na qual aspectos psíquicos, culturais e sociais são trabalhados articuladamente aos aspectos técnicos da nutrição, com a finalidade de formar valores, mudar opiniões, trazer as representações culturais sobre alimentos e alimentação à consciência crítica, favorecendo, desta forma, o desenvolvimento de atitudes conducentes à reflexão sobre as práticas alimentares, próprias da família e da sociedade. Quando o educando se liberta dos condicionamentos que criam obstáculos à autossuperação, ele se abre à transformação do seu modo de pensar, de agir e passa a transformar também o mundo concreto em que vive.

Para que sejam bem-sucedidas, as ações educativas devem ser buscadas pelas pessoas e não impostas a elas. A pessoa mobiliza-se porque reconhece que existem alternativas que possibilitam produzir saúde, superar condições adversas à saúde (suas ou de outras pessoas), que podem aliviar seu sofrimento ou postergar processos degenerativos. Para se trabalhar nessa linha, é necessário transitar entre diferentes níveis de apreensão da realidade, o que, na prática, significa compreender os problemas alimentares não só do ponto de vista epidemiológico, social ou cultural, mas também alcançando o patamar da subjetividade, onde a história pessoal reconstrói os determinantes mais amplos, exigindo do profissional uma abordagem individualizada sobre a alimentação. As representações presentes no grupo familiar, nos nichos onde as pessoas vivem e trabalham são também muito importantes, assim como a história pessoal de cada um, as opiniões e os valores individuais. Traverso-Yepes e Morais tecem uma crítica à forma de atendimento aos usuários da Rede Básica de Saúde, dizendo:

“... as práticas relacionadas com o processo saúde-doença, longe de se reduzirem a uma evidência orgânica e objetiva, estão intimamente relacionadas com as características de cada contexto sociocultural e também com a forma com que cada pessoa experimenta subjetivamente esses estados. O interessante é perceber, porém, que nas práticas cotidianas do atual sistema de saúde, baseado no modelo biológico hegemônico, continua-se negligenciando essa complexidade ao enfocar a doença e desconsiderar o valor da experiência subjetiva do paciente...”

Traverso-Yepes e Morais²³, 2004: 81.

Essa complexidade a que se referem as autoras do trecho acima, contém elementos de ordem econômica, social e

cultural; contém elementos oriundos dos grupos de referência de cada pessoa e, finalmente, contém elementos singulares da pessoa, de sua história de vida, de sua psique. A educação dirigida à população baseia-se nos diagnósticos de consumo alimentar, nos estudos socioeconômicos e ainda nos conhecimentos disponíveis sobre história e cultura. Por exemplo: é possível desenvolver uma campanha pela televisão com vistas a aumentar o consumo de frutas da época. A educação desenvolvida em comunidades ou grupos já pode contar, no diagnóstico de necessidades, com informações mais específicas sobre a produção de frutas na região, a comunidade, a cultura, as representações sociais sobre as frutas, os valores; no grupo pequeno e no aconselhamento individual ou familiar, pode-se conhecer a história de vida das pessoas, seus afetos, sua psique, enfim, de forma a efetivamente procurar compreender as razões do não consumo.

Em cada um desses níveis, as estratégias de educação em saúde serão diferentes, pautadas em diagnósticos mais ou menos aprofundados, mais ou menos específicos, mas sempre diferentes daqueles obtidos por meio de estudos epidemiológicos, de abrangência populacional, que embasaram os estudos sobre consumo de alimentos. A intervenção educativa competente pauta-se sobre informações diferentes daquelas obtidas por meio dos estudos epidemiológicos que identificaram os problemas alimentares. Em suma, os programas educativos precisam ser sempre precedidos de diagnósticos educativos, que são diferentes dos diagnósticos de saúde.

O primeiro passo a ser dado em qualquer situação é procurar conhecer a pessoa, o grupo ou o público com quem se vai trabalhar. A seguir são elencadas algumas questões que o educador deve procurar responder para planejar seu trabalho:

- a. Características gerais: idade, sexo, nível de escolaridade, ocupação, local de residência e condições de moradia;

- b. Quais são os conhecimentos disponíveis a respeito de suas práticas alimentares?;
- c. Por que elas irão participar de uma atividade de educação em nutrição? O interesse é pessoal ou profissional? A participação é espontânea ou a pessoa foi encaminhada por um serviço de saúde ou pelo empregador?;
- d. Como se dá a relação dessa pessoa com a sua própria alimentação em nível pessoal? Quais são os problemas alimentares que as afligem?;
- e. Quais são as expectativas dela em relação à atividade educativa?;

Os indicadores vitais, antropométricos e relativos aos índices de morbidade não nos dizem nada sobre a subjetividade das pessoas. Para se intervir no campo da educação alimentar e nutricional é preciso mais: é preciso conhecer as razões pelas quais o comportamento alimentar se dá da forma como se dá. Frequentemente vemos artigos sobre antropometria ou estudos sobre hábitos alimentares que concluem pela necessidade de intervenção educativa para resolver o problema encontrado. O problema daquele grupo estudado é a obesidade, o consumo de refrigerantes, o não consumo de hortaliças, porém esses trabalhos não trazem um diagnóstico *educativo*. Nada informam sobre as ideias que os sujeitos têm sobre suas práticas alimentares, sobre a sua opinião a respeito das orientações dadas pelos serviços de saúde, sobre as dificuldades para implementar mudanças na alimentação e, principalmente, sobre seus valores e condição emocional em que se encontram.

Frente à ausência de conteúdos específicos a serem trabalhados, refletidos, discutidos, parte-se para programas padronizados, que tratam de nutrientes, pirâmide alimentar e recomendações sobre o que comer e o que não comer, reduzindo a orientação a uma abordagem maniqueísta, entre

o que é bom e o que não é, como se não houvessem diferentes gradações e configurações entre o comer melhor ou pior². As intervenções precisam ser precedidas de diagnósticos abrangentes, que deem conta dos aspectos culturais e psicológicos também.

Pode-se explicar o que é a pesquisa qualitativa, dizendo que é um olhar investigativo diferente, que permite apreender fenômenos presentes em campos até costumeiramente estudados, fenômenos estes inacessíveis aos métodos que validam os dados a partir de métodos objetivos de coleta e análise de dados. No campo da alimentação, por exemplo, ao invés de nos determos apenas no que e no quanto se come, como se procede nos inquéritos alimentares, as interrogações que impulsionam o pesquisador referem-se às ideias que explicam as práticas alimentares: por que se comem determinados alimentos, quais os significados atribuídos a eles, quais os sentidos conferidos às refeições e assim por diante. O pesquisador qualitativo, no campo da alimentação, está mais empenhado em compreender as razões pelas quais as pessoas agem como agem, do que em conhecer o que se consome para avaliar os nutrientes ingeridos. A pesquisa qualitativa permite apreender a multidimensionalidade de um fenômeno e acessar a forma pela qual tal fenômeno se apresenta à consciência das pessoas.

O método quantitativo adequa-se especialmente à linha positivista, empírico-analítica, na qual são empregados experimentos padronizados, questionários fechados, escalas validadas, o que implica em quantificar e mensurar as variáveis estudadas e expressar os resultados através de números. Os métodos qualitativos, por sua vez, contemplam a apreensão de significados, de percepções, de experiências de vida, de crenças e atitudes, e pressupõem que o construto final do trabalho seja produto da intersubjetividade presente na relação do pesquisador com os sujeitos da pesquisa. Mais do que ape-

Método é uma palavra de origem latina que se refere a um modo ou uma maneira planejada e determinada de se conhecer alguma coisa. O método é o traçado do caminho a ser seguido em uma pesquisa, que possibilitará, por fim, acessar o fenômeno que se deseja estudar. Por meio do método, os passos que o pesquisador dá são antecipados e planejados, de forma a permitir antever situações que possam levar a erros. Desta maneira, pode-se chegar com mais segurança ao objetivo da pesquisa.

Desde o século XVI até o início do século XX, a ciência descobriu, descreveu e traduziu em linguagem matemática uma gama imensa de fenômenos que constituíram caminhos seguros para grandes invenções, as quais permitiram ao homem conhecer e aproveitar os recursos naturais, curar doenças, ganhar o mundo com o desenvolvimento dos meios de transporte e até perscrutar o universo por meio da pesquisa espacial.

Contudo, não basta aos profissionais do campo da alimentação e nutrição conhecer fatos objetivos como a fisiopatologia da doença, a composição dos alimentos e as técnicas que possibilitam avaliar os resultados das intervenções dietéticas para cuidar e educar. Não basta a quem cuida de diabéticos conhecer a doença e a dieta. É preciso entender o significado do “ser diabético” e como esta condição interfere na organização da vida cotidiana, como ela afeta os relacionamentos e interfere no direcionamento que a pessoa imprime à sua vida.

Por outro lado, pode-se inquirir também qual é o significado que o profissional atribui ao seu trabalho de cuidar de diabéticos, pois esse significado imprimirá aos seus atos profissionais um sentido, que é percebido pelo cliente e que pode favorecer ou dificultar a sua maneira de viver o “ser diabético”. Não empregamos aqui a expressão “adesão ao trata-

nas um método, a visão qualitativa é um pressuposto epistemológico, que compreende a pesquisa como um processo de comunicação, como um processo dialógico, mediante o qual não apenas são apreendidos significados já presentes, como são criados *espaços de sentido* que implicam a pessoa estudada, além do próprio pesquisador³.

A origem da utilização de métodos qualitativos em pesquisas atribui-se a três importantes autores: no campo da antropologia, a Malinovski, no campo social, a Marx e no campo da psicanálise, a Freud⁴. É indiscutível a relevância dos achados desses três estudiosos a respeito do conhecimento sobre as culturas, sobre a sociedade e sobre os mecanismos do inconsciente, respectivamente. A despeito dos construtos teóricos provenientes de suas observações científicas não terem sido fundamentados em resultados numéricos, suas observações e interpretações de fenômenos são de enorme importância.

Geralmente, a proposta de uma pesquisa qualitativa é formulada após o ganho de uma certa experiência pelo pesquisador. É comum que o tema surja à sua mente depois de um período significativo no campo de trabalho, período este marcado por impasses, conflitos, dificuldades de várias ordens, que acabam por conduzir o pesquisador a uma busca mais aprofundada das razões que constituem os óbices ao desenvolvimento de um projeto de trabalho, de intervenções, programas e ações que envolvem pessoas. Não raro, o tema da pesquisa qualitativa guarda uma forte relação com um passado de lutas que o pesquisador imprimiu à sua biografia⁵.

Neste livro não se tem como propósito ensinar técnicas de pesquisa qualitativa, mas tão-somente alertar para o fato de que o conhecimento prévio aprofundado sobre como se dá o fenômeno alimentar na vida das pessoas com as quais se vai trabalhar é indispensável e que o acesso a isso se faz, principalmente, por meio de métodos qualitativos.

mento”, pois aderir a alguma coisa significa aceitar princípios, ligar-se a algo, e o que se requer aqui é a construção de uma nova maneira de ser, sendo diabético, hipertenso, colostomizado, entre outros agravos à saúde que exigem das pessoas uma construção de um novo modo de viver, no qual o modo anterior e as exigências atuais possam ser integradas em um novo todo.

Enfim, esse *setting* precisa ser desvelado. Turato conceitua *setting* como o microambiente de relação interpessoal, eminentemente psicológica, que engloba todos os aspectos incidentais que envolvem as pessoas, num determinado momento. Nesse *setting* se reconhece e valoriza “os elementos latentes que transitam no corredor desta relação intersubjetiva”⁶. Enfim, há um rico campo de intersubjetividade a ser compreendido e explorado para aperfeiçoar os processos de ajuda, cuidado e ensino que se entrelaçam nas ações de educação alimentar e nutricional.

O acesso a esse campo da subjetividade só é possível por meio de abordagens científicas qualitativas que captem a experiência humana e produzam um conhecimento que aprofunde a compreensão dos problemas vividos e traga como benefício um aprimoramento das intervenções profissionais.

Pelo fato de a educação envolver aspectos culturais e afetivos, relações interpessoais e questões de caráter simbólico, a pesquisa em educação requer o emprego de métodos qualitativos, que permitam apreender aspectos intangíveis dos fenômenos. Isso não significa que métodos quantitativos não possam ser empregados, porém, certamente, eles não são suficientes para subsidiar intervenções nessa área, pois servem para constatar fatos, enquanto os qualitativos levam à compreensão sobre como as pessoas pensam, sentem e vivenciam as situações da vida.

A leitura deste capítulo não prepara um pesquisador (ainda que experiente em métodos quantitativos) para desenvolver pesquisas qualitativas, pois para isso seriam necessárias leituras específicas sobre o tema. As considerações aqui apresentadas visam a demarcar o valor da pesquisa qualitativa para que ela se torne um instrumento de trabalho para os profissionais que desenvolvem ações de educação em nutrição, auxiliando-os a desenvolver uma relação empática com pacientes, clientes, alunos e outras pessoas com as quais interagem. Muitas são as técnicas empregadas em pesquisas qualitativas e, à guisa de exemplo, citamos algumas: entrevista (simples, em profundidade, focalizada, por pautas), grupo focal, etnografia, história de vida, por imagens, observação (simples, participante, sistemática), pesquisa-ação, entre várias outras.

O acesso ao pensamento dos sujeitos e a compreensão que se obtém a partir disso permitem formular intervenções e programas mais adequados às realidades e mais significativos aos sujeitos, portadores de uma história, que não pode ser ignorada nas ações propostas, seja no campo da alimentação ou em qualquer outro campo da saúde^{7,8,9}. É muito importante ressaltar ainda, como lembra Turato, que apenas encalçar depoimentos de sujeitos que responderam a questionários padronizados não configura legitimamente uma abordagem qualitativa⁶.

É óbvio que uma pesquisa não se encerra com a coleta de dados. Esses dados são analisados à luz de técnicas e referências teóricas do campo da educação, da sociologia, da psicologia, da psicanálise, da filosofia, da história, das ciências humanas em geral. Chega-se então a uma interpretação dos fenômenos estudados que possibilita compreender a visão e as experiências vividas pelos sujeitos pesquisados, o que permite desenvolver novas maneiras de trabalhar.

Essa breve incursão pelo tema das metodologias qualitativas teve por finalidade reforçar a tese de que é preciso conhecer as *pessoas* com as quais se vai trabalhar: não só suas práticas alimentares, mas as dificuldades enfrentadas na vida cotidiana, assim como sua cultura, seus valores, seus anseios e suas inseguranças. Um diagnóstico prévio do consumo alimentar e de como se vem lidando com os problemas alimentares ajuda o profissional de saúde a pensar em conteúdos que possam ser significativos, porque responderão a problemas reais vividos e sobretudo *sentidos* pelas pessoas, no cotidiano.

Grande parte dos trabalhos publicados em periódicos científicos, que focam resultados de programas de educação alimentar e nutricional, restringem-se à mensuração de conhecimentos sobre nutrição ou mudança de práticas alimentares, como se o resultado de um programa educativo só pudesse ser avaliado dessa forma. Não só o diagnóstico prévio, mas as intervenções no campo da alimentação podem ser realizadas por meio de dados mensuráveis e não mensuráveis, porém, paradoxalmente, são os não mensuráveis que revelam e descrevem com mais acurácia, sentimentos, valores, representações sobre os alimentos e tudo o que envolve e está contido no complexo fenômeno da alimentação humana.

No campo da educação alimentar e nutricional, a avaliação fica muito prejudicada porque ainda se luta contra o pouco reconhecimento das técnicas e, sobretudo, do valor das metodologias qualitativas, e são justamente os métodos qualitativos que possibilitam conhecer as necessidades das pessoas e acessar mudanças de ordem subjetiva, muito significativas na educação.

Hoje já se dispõe de um expressivo número de estudos qualitativos que permitem compreender de forma mais aprofundada como acontece, no cotidiano, o enfrentamento

das doenças, a apropriação das orientações recebidas¹⁰, o trato com os problemas alimentares na vida doméstica¹¹. Assim é possível conhecer mais sobre as dificuldades alimentares de diabéticos^{12,13}, hipertensos¹⁴, adolescentes obesos², pessoas que passaram por cirurgia bariátrica¹⁵, alcoolistas¹⁶, lendo estudos realizados por meio de métodos qualitativos.

As contribuições dos estudos qualitativos, contudo, não focam apenas o enfrentamento de condições patológicas, como pode ser atestado na consulta ao ensaio de Boog, "A pesquisa qualitativa no campo da alimentação e Nutrição", publicado em 2005¹⁷, e na revisão sobre o tema publicada posteriormente, em 2009, por Canesqui¹⁸, contendo quase uma centena de artigos científicos relacionados ao campo da alimentação e nutrição desenvolvidos por intermédio de abordagens qualitativas, abrangendo várias subáreas dentro do campo da alimentação e nutrição. Não se está, portanto, falando de algo novo, mas de uma metodologia que começou a ser pensada ainda no século XIX e que já conta com larga e reconhecida produção científica, inclusive do campo da nutrição.

A pesquisa qualitativa é apropriada para ser desenvolvida em qualquer campo de trabalho e a sua finalidade vai além do conhecimento de fatos concretos. Acessando a subjetividade das pessoas, ela vem de encontro à humanização do trabalho na saúde em qualquer subárea.

A pesquisa qualitativa no campo da nutrição

Alguns autores já se debruçaram sobre a desafiadora tarefa de desenvolver modelos para pesquisa de fenômenos complexos, como é o caso da alimentação, que mobilizam conhecimentos de diferentes áreas, porque tem interfaces com a economia, a sociologia, a antropologia, a nutrição, a história,