

Contribuição da educação alimentar e nutricional para a promoção da alimentação saudável: conflitos e contradições

A promoção da saúde é um campo de conhecimento e de prática, que ganhou novo impulso nos últimos vinte e cinco anos. A partir de uma concepção ampla do processo saúde-doença, a promoção da saúde pressupõe a concepção, planejamento e implementação de iniciativas abrangentes, voltadas ao coletivo e ao ambiente, e levadas a efeito por meio de políticas públicas. Pauta-se sobre o incremento do poder técnico e político das comunidades e, para tanto, preconiza-se a capacitação destas para que busquem a melhoria da sua qualidade de vida e saúde, o que vai muito além de prevenir doenças por meio de cuidados individuais.

O documento fundante desta filosofia de trabalho no campo da saúde é a Carta de Ottawa, emitida ao final da 1ª Conferência Internacional de Promoção da Saúde, ocorrida em 1986, no Canadá¹. Nela foram estabelecidos como requisitos à saúde: paz, educação, habitação, alimentação, renda, ecossistema saudável, recursos sustentáveis e justiça social e equidade. Desde então, já foram realizadas outras seis conferências internacionais, cada uma delas focada em uma questão em particular, além de uma voltada a temáticas mais específicas relativas às iniquidades sociais, nos países da América Latina, que aconteceu em Bogotá, em 1992². As Cartas de Promoção da Saúde¹, emanadas do conjunto dessas conferências, compõem um bem estruturado arcabouço teórico que subsidia o planejamento das políticas e das ações

de promoção da saúde, com vistas à conquista de vida com qualidade.

Em 2004, a 57ª Conferência Anual da Organização Mundial da Saúde teve como tema “*Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*”, e o documento gerado nessa conferência também trouxe importantes diretrizes para o desenvolvimento de políticas públicas visando à promoção da alimentação saudável³. O conjunto das recomendações contempla investimentos tanto estruturais como individuais sobre a saúde, sendo que, no Brasil, as ações de promoção da alimentação saudável estão respaldadas por vários documentos emanados do governo federal: Política Nacional de Alimentação e Nutrição (1999), Política Nacional de Promoção da Saúde (2006), Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (2006), Atendimento da Alimentação Escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola (2009), Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento de Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil (2011).

Indiscutivelmente, a promoção da saúde e da alimentação saudável estão na pauta da época que atravessamos. Não é mais aceitável só prevenir e tratar doenças. Se as doenças são, em grande parte geradas na sociedade, urge que se desenvolvam outras maneiras de viver, trabalhar, ocupar o ambiente, relacionar-se, de forma a fomentar, produzir, enfim, promover saúde e não doença. Se grande parte das doenças tem entre seus fatores condicionantes práticas alimentares que contribuem para o adoecer, faz-se necessário investir na promoção de práticas alimentares saudáveis para produzir vidas com mais saúde. Isso representa redução significativa nos custos dos tratamentos de saúde e no sofrimento humano advindo das enfermidades e de suas complicações.

O que é promover?

Uma questão que precisa ser pontuada é o sentido que se dá à palavra *promover* e, conseqüentemente, o foco que se dará às ações de educação em saúde, dentro de um projeto de promoção da saúde. Promover significa *trabalhar em favor de algo, favorecer a continuidade* do que já vem dando certo nesse campo, *ser a causa de transformações, empreender esforços* no sentido de que algo se realize, *fazer algo novo acontecer*. A promoção da saúde tem abordagem positiva, multidimensional, participativa; visa à mudança nas pessoas e no ambiente. Difere da abordagem de prevenção das doenças, cujo modelo de intervenção é centrado nos profissionais de saúde e nas pessoas individualmente. No conceito de promoção de saúde está implícita a ideia de que o que as pessoas fazem individualmente não depende apenas delas próprias, mas do ambiente em que vivem, da sociedade a que pertencem, dos valores e práticas de seus grupos de referência, entre eles a própria família.

As ações para a promoção da alimentação saudável contemplam uma ampla gama de estratégias, desde políticas agrícolas, de emprego e geração de renda, de normas de fabricação de alimentos industrializados, de transporte, comércio e propaganda, que têm influência sobre a condição de alimentação das populações, como também devem focar o fornecimento de refeições de boa qualidade nos serviços de alimentação para coletividades, como o Programa de Alimentação Escolar e o Programa de Alimentação do Trabalhador, e garantir que os produtos alimentares comercializados satisfaçam normas relativas à qualidade nutricional e higiênica. Outro aspecto importante é a proteção dos cidadãos contra informações enganosas, principalmente as crianças, o que exige controle sobre a propaganda de

alimentos. A educação alimentar e nutricional tem como missão fomentar o desenvolvimento de práticas e de valores concernentes à busca de alimentação de qualidade para si e de uma postura ética por parte de todos os setores e pessoas que trabalham no campo da alimentação, alinhada com o princípio do direito à alimentação e informação de boa qualidade para todos os cidadãos.

As primeiras práticas alimentares se estabelecem no seio da família, portanto fazem parte da educação dada pela família, que deve ser orientada pelos serviços de saúde. Os profissionais de saúde que cuidam da criança contribuem nessa educação e, mais tarde, a escola e outras instituições darão continuidade a ela.

Os conteúdos pensados nas instâncias formuladoras das políticas atravessam um longo percurso até chegar a cada cidadão em particular. No que tange à educação, é preciso considerar que uma infinidade de pessoas ressignificam as formulações iniciais de acordo com a sua subjetividade, seus valores, sua cultura expressa nos costumes vigentes nas comunidades em que vivem. Os hábitos alimentares característicos de cada região e as próprias convicções sobre o que é saudável e o que não o é modificam os conteúdos inicialmente propostos das mais variadas maneiras, podendo aprimorá-los ou distorcê-los. Enfim, é inevitável que a subjetividade permeie a implementação das políticas que dependem da conduta humana⁴ e o campo da alimentação está, particularmente, imbricado em um contexto cultural.

Para que sejam bem-sucedidas, as ações educativas devem ser buscadas pelas pessoas e não impostas a elas. A pessoa mobiliza-se quando ouve do profissional de saúde que existem alternativas que possibilitam superar condições adversas à saúde, mas a orientação dada pelo profissional de saúde toma um significado mais profundo se um conteúdo similar

ecoar por outros canais de comunicação, que podem ser a escola, o restaurante da empresa ou a mídia. É necessário ter em mente que é preciso transitar entre diferentes níveis de apreensão da realidade. Isso implica compreender os problemas alimentares, não só do ponto de vista epidemiológico ou cultural. As opiniões, os valores, as representações presentes nos grupos, nos locais onde as pessoas vivem e trabalham são também muito importantes, assim como a história pessoal de cada um. Não é a mensagem televisiva que vai mudar os hábitos das pessoas, mas também não é só a palavra do profissional de saúde em meio a uma avalanche de informações descontextualizadas, veiculadas pelos meios de comunicação, que vai resolver o problema.

As mensagens de alcance populacional (campanhas, programas de rádio e televisão) são limitadas para se obter mudanças permanentes, porque elas competem com muitas outras informações. Elas contêm algumas linhas, diretrizes, válidas e necessárias, para dar um direcionamento às ações. Porém, as políticas devem ser implementadas em vários níveis, até chegar ao individual, porque todo problema pode ser analisado de um ponto de vista amplo (macro-social), de um ponto de vista grupal (microsocial) e de um ponto de vista individual. Em todas essas análises, encontrar-se-ão explicações para os comportamentos humanos e todas essas explicações são relevantes, a depender do nível em que se trabalha.

Se o Ministério da Saúde desenvolve uma campanha para promoção da alimentação saudável envolvendo a mídia, esta irá permear o atendimento a grupos de indivíduos em restaurantes para coletividades, grupos de atenção à saúde nas Unidades Básicas de Saúde, escolas, e alcançará também cada cidadão individualmente. Quando alguém procura o profissional de saúde, os dois, o profissional e o cliente,

estão expostos às mesmas mensagens e a mídia pode ser um facilitador da comunicação interpessoal entre ambos.

Em cada um desses níveis (população em geral, grupos e indivíduos), as estratégias serão diferentes, pautadas em diagnósticos mais ou menos abrangentes, mais ou menos aprofundados e trazem explicações singulares para os problemas estudados. Nenhuma dessas explicações é descartável, pois sua utilidade dependerá do nível de intervenção a que nos propomos. Os estudos populacionais sobre consumo de alimentos e estado nutricional indicam caminhos para as políticas, mas nada informam sobre os problemas do cotidiano, as opiniões, os valores, os significados da alimentação que conferem um sentido às práticas.

Educação alimentar e nutricional não significa “passar” alguma coisa para outra pessoa. Como estratégia de promoção da saúde, ela tem o propósito de impulsionar a cultura da alimentação, tanto resgatando valores tradicionais positivos (como o consumo de arroz e feijão, por exemplo), como transformando práticas não saudáveis e valores que constituem obstáculos a uma alimentação de boa qualidade, como a preferência por alimentos com excesso de sal, açúcar, corantes, entre outros. Significa romper com alguns padrões de comportamento, como apenas um café preto ao invés de um desjejum completo, uma refeição completa na hora do almoço ao invés de um salgado e um refrigerante consumidos em pé em uma lanchonete, e a inclusão de frutas na alimentação diária, pelo menos em dois momentos do dia.

Como negar ao filho aquilo que se desejou na infância e não foi possível comer devido à falta de recursos e agora, que se pode comprar, a televisão, o nutricionista, o médico e a escola dizem que faz mal à saúde? É preciso compreender os sentimentos que sustentam práticas alimentares indesejáveis

do ponto de vista nutricional. A pobreza ao longo de várias gerações gerou um complexo e intrincado modo de viver que não se modifica apenas pelo crescimento do poder aquisitivo e nem apenas pelo acesso à orientação técnica.

A tão propalada alimentação saudável se faz de muitas pequenas decisões, como optar por uma carne assada ao invés de à milanesa, gastar mais dinheiro em frutas e menos em alimentos que possuem o fetiche da marca, acostumar a desfrutar dos lazeres, sem que os excessos alimentares sejam parte obrigatória do programa, como o hábito de comer baldes de pipoca e litros de refrigerante assistindo filmes, ou consumir dúzias de latas de cerveja quando se está na praia.

Na educação alimentar e nutricional trabalha-se com o pensar, o sentir e o agir das pessoas, condicionantes da sua forma de conduzir a própria alimentação. Algumas vezes, profissionais da saúde ou da educação justificam a ausência de ações nessa área em seus serviços dizendo que a educação em nutrição lida com algumas questões “complicadas”, como a cultura, os aspectos psicológicos, as questões do cotidiano, como se essas questões fossem impeditivas de ações educativas. Elas são, exatamente, o substrato sobre o qual se desenvolvem as ações educativas. Como diz Czeresnia

“O desafio é poder transitar entre a razão e a intuição, sabendo relativizar sem desconsiderar a importância do conhecimento, alargando a possibilidade de resolver problemas concretos.”

Czeresnia⁵, 2003: 47.

Finalmente, cabe considerar que o sucesso das iniciativas no campo da saúde e especificamente da alimentação depende também do acesso de todos os cidadãos à educação básica de boa qualidade, pois, sem esta condição, as gerações futuras estarão fadadas às mesmas iniquidades que sofrem hoje.

Dificuldades para tratar o tema alimentação saudável

A despeito da existência de uma política de promoção da saúde no Brasil, que contempla a promoção da alimentação saudável, esta ainda não alcança o cotidiano do atendimento nos serviços de saúde, por vários motivos. As questões práticas de nutrição e dietética, aquelas do âmbito doméstico, muitas vezes fogem ao alcance da compreensão e aconselhamento dos profissionais de saúde. Falta-lhes embasamento teórico para identificar e analisar os problemas alimentares tal como são trazidos pelas pessoas. É importante ressaltar que não se está tratando aqui de diagnósticos de enfermidades, mas, sim, de poder abordar com as pessoas as dúvidas com relação à alimentação que fazem parte do cotidiano da vida.

Cabe elucidar qual é o escopo que a expressão *problemas alimentares* abarca nesse contexto. Ela se refere a toda gama de fatos relacionados à alimentação que são relatados pelas pessoas ou identificados pelo profissional de saúde e, em especial, pelo nutricionista: a) práticas alimentares inadequadas (aí contempladas todas as práticas de qualquer instância do processo de obtenção dos alimentos: produção, seleção, compra, armazenamento, preparo ou consumo); b) hipóteses relativas a possíveis práticas alimentares inadequadas, que podem ser prejudiciais ao organismo, levantadas pelos profissionais de saúde a partir de dados clínicos, bioquímicos ou antropométricos; c) questões de caráter subjetivo, que possam gerar dúvidas, ansiedade, insegurança, relativas a efeitos dos alimentos ou nutrientes sobre o organismo, aventados ou efetivamente percebidos como sinais ou sintomas.

Frequentemente, os problemas alimentares são percebidos pelos próprios profissionais de saúde como contingências do sistema de vida e de trabalho, que não são passíveis de

mudança; são vistos como facilidade, ou seja, uma situação ou condição que se impõe independentemente das escolhas. Quando é realizada alguma abordagem, geralmente ela se resume ao fornecimento de impressos contendo algumas informações gerais sobre alimentação ou dietas padronizadas. Essa situação vem se modificando pela inclusão do trabalho de nutricionistas nos serviços de saúde, mas o acesso a este profissional ainda é restrito nos serviços públicos e mesmo nos convênios de saúde⁶.

Outro aspecto que constrange alguns profissionais no tocante a abordar as questões alimentares é o fato de que, ao tratar tais questões, muitas vezes os profissionais de saúde estão tratando problemas que são seus também. Se, por um lado, isso facilitaria a compreensão, por outro, as suas próprias dificuldades podem levar ao descrédito em relação à eficácia de ações nessa área. É comum ouvir-se depoimentos como "Eu deveria ser um exemplo, para eu poder passar para outra pessoa. É difícil você não seguir e falar para a pessoa que ela tem que fazer tal e tal coisa."⁶

Reconhecer perante o outro a própria dificuldade não diminui a credibilidade na recomendação e nem na pessoa do profissional. Apenas atesta que se reconhece as dificuldades de enfrentamento do problema, mas nem por isso desiste-se de enfrentá-lo, tanto na vida pessoal quanto na missão de profissional de saúde.

Educação alimentar e nutricional: um palco de conflitos

Os exemplos acima demonstram que a educação em nutrição desenvolve-se em meio a conflitos. Aprofundando esta questão, elegeamos quatro aspectos que caracterizam esse palco de conflitos:

a. A alimentação humana, entre vários outros fatores, é regida por pulsões, isto é, impulsos gerados por forças inconscientes, alheias à vontade e à determinação consciente. O conflito entre o desejado e o necessário é inerente à natureza humana, cuja alimentação não é um ato apenas direcionado à satisfação da fome. Alimentos são marcados por significados e, ao comer certos alimentos, preenche-se necessidades afetivas, da mesma forma que deixar de consumir esses alimentos pode significar privar-se de afetos.

b. A educação em nutrição muitas vezes acontece em locais onde se depara com pessoas em condição de insegurança alimentar. Isso não inviabiliza a educação, mas configura-se uma situação difícil e delicada. Professores de escolas públicas relatam casos de alunos que chegam a desmaiar em sala de aula porque vão à escola sem comer. Mas o fato de isso acontecer com um ou dois alunos não pode impedir e nem inviabilizar as ações de educação alimentar e nutricional. Aliás, a própria conduta do professor ou professora e da merendeira, assistindo essa criança, dando-lhe alimento e atenção, conversando sobre as razões pelas quais ela chegou à escola sem comer, constituem ações de educação alimentar e nutricional, de solidariedade e de cidadania. Nos serviços de saúde ocorrem frequentemente situações constrangedoras, quando as pessoas alegam que não dispõem de recursos financeiros para consumir este ou aquele alimento. Também é fato que ninguém alega não dispor de recurso para comprar refrigerante e os resultados das pesquisas sobre consumo de alimentos reforçam a tese de que o incremento da renda familiar se reverte no aumento do consumo de refrigerantes e outros alimentos pouco saudáveis.

c. A alimentação humana é um campo de trabalho fascinante e integrador, pois possibilita que esse fenômeno seja estudado por intermédio de múltiplos olhares. Obviamente não faltarão embates, mas é justamente quando visões distintas sobre um mesmo problema são analisadas em um clima de respeito e abertura a novas ideias que surge o inédito viável⁷. Assim, a interlocução dos nutricionistas com os professores, no campo do ensino, com os enfermeiros e com os médicos, no campo da saúde, com os administradores, no campo empresarial, com os economistas, no campo das políticas públicas, sempre poderá resultar em ações que construam a segurança alimentar e nutricional e constituam um ganho para a qualidade de vida das pessoas.

d. Neste palco de conflitos, onde são desenvolvidas as ações de educação alimentar e nutricional, estão presentes valores favoráveis e desfavoráveis a essa ação. Isso é apenas mais um elemento do panorama que compõe os desafios a serem enfrentados. Entre pessoas interessadas e colaborativas, encontraremos outras refratárias a qualquer iniciativa, e é preciso compreendê-las. Também é preciso ter claro que, quando se está em um programa institucional, o conjunto das ações não pode ser impedido por questões pessoais. É importante ressaltar esse aspecto porque a alimentação é um ato tão íntimo, tão pessoal, de um significado tão profundo que pode levar uma pessoa a sentir-se invadida, violentada mesmo, quando confrontada com a necessidade de fazer algo que contradiz o seu desejo. Por isso é necessário reafirmar: educação alimentar e nutricional não é uma banalidade, não é algo fácil. É preciso que o profissional tenha profundo conhecimento do fenômeno da alimentação e da natureza dos problemas alimentares.

Uma consideração sobre o acesso à alimentação saudável

A promoção da alimentação saudável depende também da acessibilidade das pessoas a alimentos que sejam simultaneamente nutritivos e atrativos. Por isso, as cantinas escolares, que, fazendo parte do ambiente escolar, devem submeter-se aos objetivos da educação, precisam oferecer alimentos compatíveis com as diretrizes educacionais. Cabe ao Serviço de Alimentação Escolar oferecer alimentos cujo consumo deve ser incentivado, aos restaurantes para coletividades oferecer cardápios compatíveis com a manutenção de um consumo controlado dos nutrientes excessivamente calóricos, e assim por diante. O apoio estrutural às práticas saudáveis é uma questão institucional, ou seja, transcende o âmbito das decisões individuais; é de responsabilidade das escolas, das empresas, das indústrias e também dos restaurantes, cujo aprimoramento técnico em nutrição possibilitaria oferecer alternativas de preparações de melhor qualidade aos seus clientes. Essa é uma demanda que tende a crescer.

A construção da segurança alimentar e nutricional no país vai exigir, paulatinamente, que a educação em nutrição esteja presente na formação dos engenheiros de alimentos, dos economistas, dos administradores, dos professores de várias disciplinas, enfim, que ela se torne uma exigência de cidadania. A Carta de Ottawa, documento final da I Conferência Internacional de Promoção da Saúde, propõe a elaboração e implementação de políticas públicas saudáveis e recomenda a construção da prioridade para a saúde entre políticos e dirigentes de todos os setores e em todos os níveis, com responsabilização pelas consequências do impacto das políticas econômicas sobre a saúde da população. A Promoção da Saúde no Mundo Globalizado foi o objeto específico da VI

Conferência Internacional de Promoção da Saúde, realizada em Bangkok, em 2005.⁸

Proteger, mas formar valores para autonomia

A promoção da alimentação saudável envolve alguns parâmetros: por um lado, é preciso proteger o cidadão, sobretudo do aquele que ainda não é responsável por si mesmo, ou seja, a criança. Por isso, cabe ao governo estabelecer o que a escola pode ou não servir no Programa de Alimentação Escolar, que é uma política pública de segurança alimentar e nutricional. Por outro, quando se pensa no outro extremo dessa linha, onde está a criança, não se pode proibi-la de comer alguma coisa nem obrigá-la a comer outra. A legislação, neste caso, regulamenta as ações institucionais para proteger a criança, mas não legisla sobre a conduta alimentar das pessoas.

A promoção da alimentação saudável depende também da proteção ao consumidor. Aqui, pode-se pensar em um consumidor de produtos ou de mídia e, sobretudo, no consumidor que ainda não está preparado para julgar a informação que recebe, ou seja a criança⁹. Por isso, a política de promoção da alimentação saudável não pode prescindir da legislação normatizadora da publicidade.

A legislação também se faz necessária para garantir a qualidade dos alimentos. Em inglês, tem-se dois termos para expressar segurança alimentar: *food security* e *food safety*. A primeira refere-se à segurança de acesso aos alimentos e a segunda ao consumo de alimentos seguros do ponto de vista nutricional e higiênico.

Evidentemente que a educação no campo da nutrição deve estender-se a todos os profissionais que militam no

campo da alimentação, porém não é possível prescindir da legislação tanto relativa à publicidade de alimentos, como à qualidade higiênica e nutricional dos produtos comercializados. A educação alimentar e nutricional do consumidor não é suficiente para garantir a promoção da alimentação saudável, pois ele está condicionado pelo meio e depende de apoios estruturais desse meio, que possibilitem levar a intenção de um consumo saudável a um efetivo consumo saudável.

Por outro lado, não se pode pressupor a existência de um ambiente ideal, no qual se conte permanentemente com todos esses apoios estruturais. A educação ocorre entre condições. A vida é um palco de conflitos e até quem se alimenta muito bem com prazer comeria mais chocolates, tomaria mais cervejas, eventualmente substituiria o almoço por um lanche e extrapolaria os limites nas festas e comemorações. Isto não é "outra coisa". Este é o próprio objeto da educação: conhecer-se, reconhecer e estabelecer seus próprios limites, reconhecer os impulsos e adotar uma postura ao mesmo tempo crítica e tolerante consigo próprio, identificar as mensagens enganosas ou subliminares da mídia, enfim, lidar com as contradições e, mesmo em meio a elas, desenvolver uma postura assertiva, uma busca pela alimentação de boa qualidade, consciente das dificuldades e das próprias limitações.

Educação não é uma pílula. Seu resultado vai depender do tempo de cada um. No campo da nutrição, as mudanças de comportamento demoram e são precedidas de mudanças internas, invisíveis, pelo menos aos olhos que buscam evidências que possam ser mensuradas. Profissionais bem formados, cuja capacidade de ouvir e compreender, de perceber o conteúdo expresso na comunicação não verbal, de interpretar as questões de alimentação à luz dos conhecimentos de psicologia, antropologia, sociologia, poderão,

sim, ser bem-sucedidos no papel de educadores. Isto é o que se espera do profissional nutricionista, que é formado para ser educador nesse campo.

Finalmente, cabe ressaltar que a educação alimentar e nutricional não pode ficar restrita a uma disciplina ou a um projeto dentro de um curso ou de uma escola. Esta forma fragmentada de pensar a educação inviabiliza a sua inserção no cotidiano.

Fala-se muito sobre alimentação: o que se comeu, o que se comprou, o que se preparou, trocam-se receitas, comenta-se recomendações de uns e de outros, temas abordados pela mídia falada e escrita. Quando falamos sobre alimentação com crianças estamos, inadvertidamente, educando-as, formando opiniões, comunicando valores. Entre adultos nos educamos e reeducamos conversando sobre o tema. Nem nos cursos de Nutrição a formação do aluno para a Educação Alimentar e Nutricional pode ficar apenas a cargo da disciplina específica¹⁰, e nem no Ensino Fundamental ela pode ficar apenas no programa de ciências, no Projeto Horta ou em algum outro projeto específico.

Educar é, antes de tudo, uma intenção, uma comunicação de valores, que precisa estar presente no professor, e educar, no campo da Nutrição, transcende o ensino de conteúdos técnicos de nutrição. Assim como a alimentação está colocada como um tema transversal nos Parâmetros Curriculares Nacionais¹¹, que regem o Ensino Fundamental, a Educação Alimentar e Nutricional deveria ser um tema transversal na formação do nutricionista.

A efetiva incorporação da alimentação de boa qualidade como um valor para a vida depende da educação. Educar para promover a alimentação saudável implica intervir na vida das pessoas com ética, com conhecimentos técnicos e com profunda compreensão da condição humana.

Referências Bibliográficas

1. MINISTÉRIO DA SAÚDE. *As cartas de Promoção da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Projeto Promoção da Saúde. Série B: Textos básicos de saúde*. Brasília, 2002. Acesso em 14/11/2011. http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf
2. BUSS, P.M. "Promoção da saúde e qualidade de vida". *Ciência & Saúde Coletiva* 5 (1): 163-177, 2000.
3. ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. "Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud". Ginebra: OMS; 2004. Acesso em 19/11/2011. <http://www.propia.org.ar/descargas/aprobada.pdf>
4. TRAVERSO-YÉPES, M. "Reivindicando a subjetividade dos usuários da Rede Básica de Saúde: para uma humanização do atendimento". *Cadernos de Saúde Pública* 20 (1): 80-88, 2004.
5. CZERESNIA, D. O conceito de saúde e a diferença entre prevenção e promoção. In: CZERESNIA, D.; FREITAS, C.M. (org.) *Promoção da saúde: conceitos, reflexões, tendências*. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2003.
6. BOOG, M.C.F. "Dificuldades na abordagem de problemas alimentares". *Revista de Nutrição* 12 (3): 261-272, 1999.
7. FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 7ª. São Paulo: Paz e Terra, 1998.
8. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Sexta conferência global de promoção da saúde. <http://www.bvsde.paho.org/bvsdeps/fulltext/cartabangkokpor.pdf>. Acesso em 31/01/2012. Tailândia, Bangkok, 2005.
9. MOURA, N.C. "Influência da mídia no comportamento alimentar de crianças e adolescentes". *Revista de Segurança Alimentar* 17 (1), 113-122, 2010.
10. FRANCO, A.C.; BOOG, M.C.F. "Relação teoria-prática no ensino de educação nutricional". *Revista de Nutrição* 20 (6), 643-655, 2007.
11. PINTO, P.C.; PEREIRA, R.B. "A tabela de composição de alimentos na educação escolar". In: SALAY, E. (org.) *Composição de alimentos: uma abordagem multidisciplinar*. Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação da Universidade Estadual de Campinas (Nepa-Unicamp), pp. 95-111, 2005.

3

Explorando a multidimensionalidade da alimentação

O fenômeno da alimentação é multidimensional por que pode ser estudado, analisado e compreendido por intermédio de diferentes áreas do conhecimento. A palavra *dimensões* está sendo empregada aqui a partir do sentido em que é utilizada pelo filósofo Edgar Morin quando se refere a uma abordagem do conhecimento que não deixa de fora nenhum aspecto integrante de um determinado objeto de estudo, desde que se vislumbre alguma relação desse tópico ou aspecto com o objeto estudado.¹

A abordagem multidimensional situa a temática em pauta relacionando-a com outras áreas do conhecimento, de forma a permitir perceber-se a complexidade dos fenômenos e, por isso, vem sendo referida como paradigma da complexidade. Esta maneira de olhar para o universo e a vida conduz a um diálogo entre a ciência, a técnica e a filosofia.

A filosofia tem o poder de romper a estrutura do pensamento cartesiano, lógico-dedutivo, possibilitando também que se projetem novos sentidos sobre os fatos estudados. Assim, embora toda a geração atual de profissionais do campo da nutrição tenha aprendido a ver a nutrição apenas como ciência, é possível ir além. Isso não significa, de forma alguma, reduzir o valor da ciência! O olhar filosófico vem para ampliar a capacidade de estabelecer múltiplas relações entre os fatos, para se chegar a uma compreensão, se não total, o mais ampla possível dos fenômenos estudados, no nosso caso, a alimentação.