



Planejamento e execução de ações de EAN - parte 3: implementação

Prof Ana Paula Bortoletto

Disciplina HNT-0220 Intervenções Educativas em
Alimentação e Nutrição
2023

Mudança no cronograma - aviso enviado pelo Moodle em 04/05




As novas datas e salas da aula 7 são:

- 19/06 - noturno - Sala José Maria Gomes
- 20/06 - matutino - Sala Edmundo Juarez

Prazo para 1a entrega do estudo de caso: 10/06

Agenda - aula 5 - 29/05- noturno



19h15- 19h30: Dúvidas sobre estudo de caso?

19h30- 20h15: Planejamento de ações educativas: implementação

20h15-20h45 – Exemplos práticos e fonte de materiais

Intervalo

21h - 22h15- Atividade prática – EAN no PNAE

Agenda - aula 5 - 30/05- matutino



8h30 : Dúvidas sobre estudo de caso?

8h30h- 9h15 : planejamento de ações educativas: implementação

9h15- 9h45 - Exemplos práticos e fonte de materiais

Intervalo

10h : Apresentação e discussão do projeto "Experiências que alimentam", do

CREN - Centro de Recuperação e Educação Nutricional

Plano da aula 5



Conteúdo programático:

- etapas para execução de uma atividade educativa em grupo
- o processo grupal, principais características e definições
- abordagens teóricas para a condução de grupos: Grupos Operativos e Oficinas
- características principais e definições
- Comunicação em ações educativas - aspectos relevantes, comunicação em momentos chave - inicial e final
- Materiais e recursos para a construção de atividades educativas em grupo

Bibliografia - aula 5

> Básica

Vincha, KRR et al. **Prática Educativa em grupo: respondendo a inquietações.** (Cap 34).. IN: Diez-Garcia e Cervato-Mancuso. Mudanças alimentares e educação alimentar e nutricional. Ed Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, 2 edição, 2018.

Brasil. Ministério da Saúde. Universidade Federal de Minas Gerais. **Instrutivo : metodologia de trabalho em grupos para ações de alimentação e nutrição na atenção básica.** Brasília, 2016.

Soares, S. M., & Ferraz, A. F.. (2007). **Grupos operativos de aprendizagem nos serviços de saúde: sistematização de fundamentos e metodologias.** Escola Anna Nery, 11(1), 52–57.

> Complementar

Grillo, MJC e Soares SM. O trabalho com grupos.

Vincha KRR, Bógus CM, Cervato-Mancuso AM. Possibilidades de atuação profissional em grupos educativos de alimentação e nutrição. Interface (Botucatu). 2020; 24: e190028



Lacerda, M. G., Oliveira, R. B. A., Lourenço, A. E. P., Tavares, C. Q. Percepções de graduandos de nutrição sobre formação profissional em cuidados paliativos. Saude Coletiva 2021; (11) N.69.

Planejamento de ações de EAN - parte 3: implementação



Figura 5 – Aspectos do planejamento de ações de EAN.

Recordando: questões chave para o planejamento e desenvolvimento de ações de EAN

 1. Por que realizar?	<ul style="list-style-type: none">- Identificação das problemáticas/questões observadas no território.- Definição de necessidades e prioridades.- Delineamento dos objetivos das ações de EAN. <p>Obs: Sugere-se criar objetivos viáveis de serem realizados e que permitam avaliar se os resultados esperados puderam ser alcançados.</p>
 2. Com quem?	<ul style="list-style-type: none">- Identificação das características do público:<ul style="list-style-type: none">. informações objetivas: idade, gênero, origem, escolaridade, renda, tipo de moradia, trabalho, estado de saúde. informações subjetivas: relato de vivências, opiniões, percepção de atitudes e valores subjacentes. necessidades, demandas, expectativas, dúvidas e temas de interesses do público- Identificação e sensibilização dos Parceiros:<ul style="list-style-type: none">. que irão participar diretamente da realização das ações <p>Obs: Sugere-se identificar previamente quais seriam os perfis interessantes dos participantes para contemplar a transdisciplinariedade.</p> <ul style="list-style-type: none">. que podem colaborar com a viabilidade das ações

Retomando os passos para um diagnóstico educativo de qualidade



1o Revisão de literatura

2o Coleta de dados quantitativos

3o Coleta de dados qualitativos


4o Elaboração do diagnóstico educativo com caracterização do público alvo, do contexto que o público está inserido e do problema a ser enfrentado na ação educativa



3. Onde?

- Identificação e reconhecimento do local de realização da prática educativa:

- . espaço físico (fechado ou ar livre, barulhento ou silencioso, tamanho, cadeiras fixas ou móveis, quadro para anotações, pontos de eletricidade, de água e de gás, iluminação, internet, etc)
- . recursos audiovisuais (tv, dvd, computador, impressora, som, datashow, retroprojeter, mural, etc)
- . outros recursos (equipamentos de cozinha, material de papelaria, alimentos, etc)

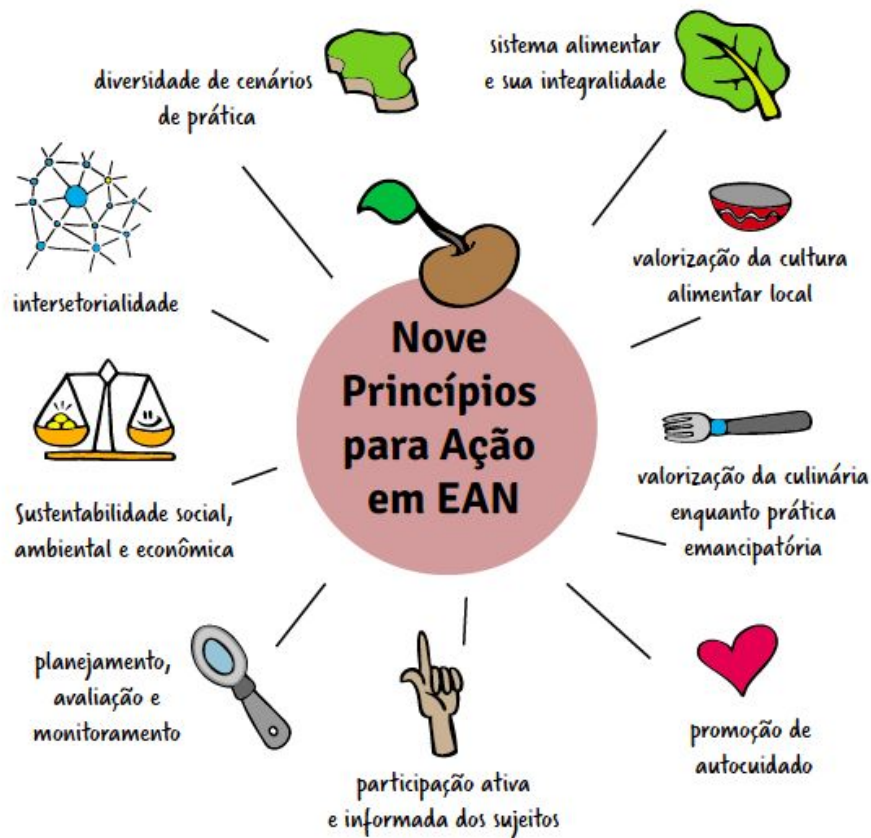
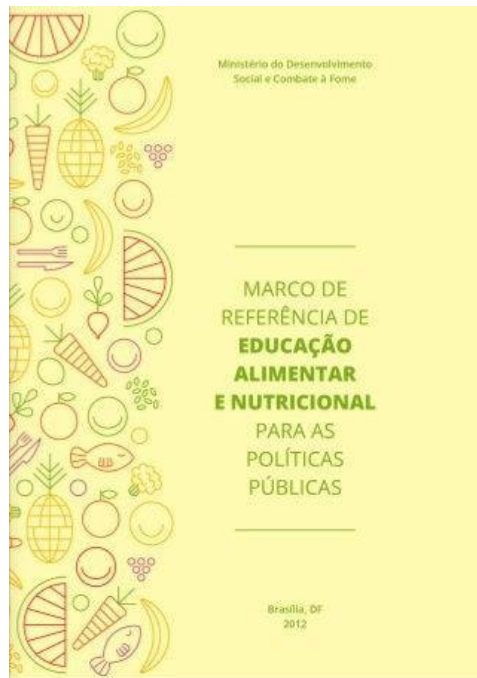


4. Sobre o que?

- Os mediadores das ações de EAN devem ter consciência das reais intenções com a prática educativa para:

- . considerar as alternativas e definir os conteúdos e as abordagens com base nas informações do diagnóstico, a fim de atender aos objetivos coletivos.
- . considerar e respeitar a realidade e o interesse do público para favorecer a participação e fortalecer o vínculo com os profissionais e demais participantes da ação, pautar-se nos princípios para as ações do Marco de EAN e buscar fontes confiáveis para abordagens dos temas.

Princípios e referências sobre modelos de educação



Conteúdos técnicos e baseados em evidências

MINISTÉRIO DA SAÚDE

MINISTÉRIO DA SAÚDE

MINISTÉRIO DA SAÚDE
UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
CADERNO DE ATIVIDADES
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO
ADEQUADA E SAUDÁVEL

Ensino Fundamental I



Brasília - DF
2018



MINISTÉRIO DA SAÚDE
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS

NA COZINHA COM AS

FRUTAS,
LEGUMES E
VERDURAS

Brasília - DF
2015



Alimentos
REGIONAIS
Brasileiros



World Health
Organization

MINISTÉRIO DA SAÚDE
UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
CADERNO DE ATIVIDADES
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO
ADEQUADA E SAUDÁVEL

Educação Infantil

DESMISTIFICANDO
DÚVIDAS SOBRE
ALIMENTAÇÃO
E NUTRIÇÃO

MATERIAL DE APOIO PARA
PROFISSIONAIS DE SAÚDE

SUSTAINABLE HEALTHY DIETS
GUIDING PRINCIPLES





6. Quando?

- **Definição da periodicidade das ações (pontuais, periódicas, permanentes)**

. Definição de cronograma para organização das atividades para um período determinado (prever o tempo disponível e necessário para cada atividade)

. conectar as atividades de médio e longo prazo entre si



5. Como?

- **Utilização de metodologias participativas, problematizadoras, lúdicas e colaborativas, pois potencializam a reflexão, o diálogo e a integração entre os participantes.**
- **Identificação de estratégias e dinâmicas educativas, como por exemplo:**
 - . roda de conversa ampliada ou em pequenos grupos
 - . demonstração de procedimentos (higienização de alimentos, lavagem das mãos, plantio de mudas, etc)
 - . oficinas culinárias para a vivência na prática
 - . montagem de mapas afetivos relacionados ao circuito alimentar local
 - . dramatização de situações do cotidiano com análise do papel de cada "personagem" e possíveis mudanças
 - . visitas a feiras e a mercados para conhecimento dos alimentos e rótulos e para diálogos com produtores e trabalhadores
 - . troca de receitas tradicionais da família ou região
 - . criação de hortas domésticas, comunitárias, escolares
- **Utilização de recursos educativos atrativos e de qualidade, como por exemplo:**
 - . alimentos: "in natura", fotos, desenhos, modelos em plástico/resina
 - . cartilhas, folhetos, matérias de jornais e revistas, receitas
 - . sites, blogs, redes sociais, fotos ou mensagens de celular
 - . filmes, músicas, poesias, contos, artes plásticas
 - . fantoches e jogos (quebra-cabeça, dominó, memória) com sucatas e materiais reutilizáveis
 - . cartazes, murais
- **Utilização das seguintes estratégias de comunicação:**
 - . manter contato visual
 - . empregar linguagem clara e acessível
 - . promover interação constante com os participantes
 - . emitir tom de voz audível e não linear
 - . evitar falas e textos longos
 - . fomentar o diálogo horizontal e a participação de todos
 - . estimular a comunicação empática e não violenta

O que teremos na próxima aula...



7. Como avaliar?

- É essencial reservar um momento para ouvir a opinião das pessoas e grupos sobre as atividades de EAN.
- Sugere-se a utilização de recursos ou dinâmicas atrativas e informais, para além de questionários e marcação da satisfação.
- Mais do que avaliar a apreensão das informações partilhadas, o objetivo da avaliação é saber se os diálogos e atividades enriqueceram a vida cotidiana das pessoas, possibilitaram o entrosamento, mobilizaram a reflexão e a transformação.
- Reflexão sobre os resultados das atividades e o alcance dos objetivos com seus parceiros, para ajustar e repensar continuamente o processo de trabalho.

Como?

**Aplicando metodologias
participativas, problematizadoras,
lúdicas e colaborativas:
técnicas de trabalho em grupo e
comunicação**

Potencialidades do trabalho em grupo



> ações educativas coletivas:

- capazes de promover uma maior participação de pessoas, o envolvimento de uma equipe multidisciplinar com otimização do tempo do trabalho;
- oferecem espaço para troca de conhecimentos entre participantes e profissionais, de sociabilidade, de reflexão sobre a realidade, e de criação de vínculos;
- permitem que participantes ofereçam apoio uns aos outros, facilitando a expressão de necessidades, expectativas e angústias e favorecendo a abordagem integral da saúde

Muitas nomenclaturas, diferentes conceitos e referenciais teóricos

grupo temático,
grupo de intervenção,
oficina de dinâmica de grupos,
grupo de encontro/vivencial,
grupo de adesão ao tratamento,
grupo de promoção da saúde,
grupo terapêutico,
grupo de reeducação alimentar...

Um grupo não é um mero somatório de indivíduos; pelo contrário, ele se constitui como uma nova entidade, com leis e mecanismos próprios e específicos. Todos os integrantes estão reunidos, face a face, em torno de uma tarefa e de um objetivo comum ao interesse de todos eles. O tamanho de um grupo não pode exceder ao limite que ponha em risco a indispensável preservação da comunicação, tanto a visual, como a auditiva e a conceitual. (...) além de ter os objetivos claramente definidos o grupo deve levar em conta a preservação do espaço (os dias e o local certo das reuniões), do tempo (horários, tempo de duração das reuniões, plano de férias etc.) e a combinação de regras e outras variáveis que delimitem e normatizem a atividade grupal proposta. O grupo é uma unidade que se comporta como uma totalidade, e vice-versa. Cabe uma analogia com a relação que existe entre as peças separadas de um quebra-cabeça e deste com o todo a ser armado (ZIMERMAN, 2007, p. 3).



Duas vertentes:

grupos socioeducativos e grupos psicoeducativos

Ambos têm como pressuposto o processo educativo, ou seja, a intenção é possibilitar a aprendizagem para mudança de comportamentos, de hábitos de vida e discussão de processos para o autocuidado.

grupo socioeducativo: voltado para os aspectos socioculturais que interferem na condição de saúde e doença,

grupo psicoeducativo: voltado para os processos psíquicos.

Duas abordagens teóricas



- 1) Método dos grupos operativos : divididos em quatro campos: ensino-aprendizagem, institucionais, comunitários e terapêuticos.
- 2) Método das oficinas



Grupos operativos

**(Pichón-Rivière,
psicanalista que
viveu na Argentina)**

É uma abordagem teórica, fundamentada na psicologia social de Pichon-Rivière, centrada no processo de inserção do sujeito no grupo, no vínculo e na tarefa.

tem sido muito utilizada para trabalhar com pessoas que precisam ser preparadas para o autocuidado no manejo de enfermidades crônicas.

Grupos operativos cumprem função terapêutica



se caracterizam por se centrar explicitamente em **uma tarefa**, a qual constitui sua finalidade ou objetivo, que pode ser o aprendizado, a cura, o diagnóstico de dificuldades etc.

Definição de “grupo” (Pichon): um conjunto de pessoas ligadas no tempo e espaço, articuladas por sua mútua representação interna, que se propunham explícita ou implicitamente a uma tarefa, interagindo para isso em uma rede de papéis, com o estabelecimento de vínculos entre si

A tarefa no grupo operativo



- > grupo se une em torno de uma “tarefa” no nível consciente, mas que também traduz uma dimensão afetiva existente no seu inconsciente.
- > dois níveis de funcionamento: um lógico e relacionado à tarefa e um envolvido com as emoções, medos, fantasias, desejos etc.
- > objetivos conscientes do grupo delimitam a sua tarefa externa
- > tarefa interna: trabalhar com os processos que dificultam ou mesmo impedem a realização da tarefa externa e até mesmo o funcionamento do grupo – em níveis consciente e inconsciente



Grupos operativos têm 3 momentos marcantes: pré-tarefa, tarefa e projeto

Pré-tarefa: é o momento em que predominam mecanismos de **dissociação**, com finalidade de defesa dos sentimentos de culpa e ambivalência, dificuldades de tolerância, frustração e postergação.

Todo grupo, ao formular os seus objetivos, se propõe a uma mudança ou realização.

2º momento do grupo operativo: tarefa



- > é quando os sentimentos que surgem no momento da pré-tarefa são elaborados, **avançando na consecução de seu objetivo.**
- > exige enfrentar obstáculos relacionados a **conceitos preestabelecidos que devem ser desconstruídos e reconstruídos.** Para o grupo, significa trabalhar sobre o objeto-objetivo (tarefa externa/explicita) e sobre si (tarefa interna/implícita).
- > é quando alcança-se mais operatividade e criatividade, podendo-se sistematizar objetivos e realizar tarefas propostas ou novas tarefas.



3º momento nos grupos operativos: projeto

- > uma vez alcançado um nível de operatividade, o grupo pode se planejar
- > a operatividade está relacionada com o **processo de mudança**, da operação de transformação da realidade.

Atenção: Esses momentos do grupo (pré-tarefa, tarefa e projeto) não seguem uma lógica linear e cumulativa.

Papéis desempenhados em um grupo operativo



podem ser **informais e formais:**

papéis formais: coordenador e observador da dinâmica grupal.

O coordenador deve contribuir para que o grupo foque sua operação e realize sua tarefa interna reflexiva, por meio de intervenções interpretativas, para atingir a condição de desenvolver sua tarefa externa.

A explicitação e interpretação dos fatores implícitos que emergem no desenvolvimento do grupo permitem aos membros **tomar consciência e enfrentar obstáculos** que, se permanecerem inconscientes, continuarão a interferir na realização da tarefa externa

Cabe ao coordenador(a) do grupo:



- > manter o grupo centrado na tarefa
- > favorecer a fala de todos, estimulando a expressão dos sentimentos, assim como a comunicação entre os membros do grupo e com ele;
- > estar atento à necessidade de reforço à auto imagem e à autoestima;
- > fornecer as informações necessárias e adequadas – as informações devem ser aquelas que o grupo explicita como necessárias.
- > ser um facilitador da interação entre os membros do grupo e ser capaz de lidar com os vários papéis que os membros do grupo interpretam.

Papéis informais que emergem espontaneamente:

- > **Líder:** aquele que favorece o trabalho do grupo, estimula ou sugere o desenvolvimento de suas atividades; o coordenador deve aproveitar a capacidade do líder espontâneo que emerge do grupo para auxiliá-lo em seu papel de coordenador.
- > **Porta-voz:** expressa os conteúdos latentes da grupalidade – ansiedades, conflitos, busca de autonomia etc.
- > **Bode expiatório:** personifica os aspectos difíceis ou amedrontadores da vivência do grupo.
- > **Sabotador:** aquele que dificulta ou que obstrui as propostas no processo grupal

Todos esses papéis podem ser expressos de diversas maneiras (ação, palavras ou silêncio).



mais um membro do grupo...

observador não-participante: com a função de registrar todas as expressões verbais e não-verbais para retroalimentar a coordenação.

Logo após a reunião do grupo, coordenador e observador devem analisar as anotações do observador e planejar as próximas atividades do grupo.

Exemplo de construção de um grupo operativo para uma ação de EAN

Objetivo: promover mudanças alimentares estimulando escolhas mais saudáveis

Pré-tarefa: reconhecimento dos participantes, "quebrar o gelo", construção de confiança

Tarefa: Explícita: participantes terão que repensar sobre suas rotinas de vida, incluindo suas refeições

Implícita: participantes terão que perceber as dificuldades quanto a inclusão de uma nova refeição na rotina diária

Projeto: a depender do objetivo, será executado de acordo com referencial teórico e recursos didáticos disponíveis

(lembrando que momentos podem se interverter ou se sobrepor)



Método de Oficinas

Objetivo: promover a construção de conhecimento por meio da reflexão sobre um tema central, inserido em um contexto social, congregando informações e reflexões e relacionando-as com significados afetivos e vivências

Como utilizar o método de oficinas?



- > número de encontros variável para que o grupo desenvolva uma determinada tarefa.
- > baseada no contexto social, histórico e institucional
- > cuidados com o número de participantes : garantir que todos se manifestem e se sintam assistidos, não colocar em risco a comunicação visual e auditiva dos participantes - recomendação até 20 pessoas
- > profissional responsável pela condução - facilitador(a) - papel importante para adequar a proposta da oficina de acordo com o interesse do grupo

Oficinas: desenvolvimento em 3 momentos (Afonso, 2006):


- **Inicial** – Preparação dos participantes com apresentação dos objetivos e das atividades. Pode ser realizada por técnicas de “relaxamento” e/ou “aquecimento”, com utilização de atividades, brincadeiras, conversas etc.
- **Intermediário** – Desenvolvimento das atividades, subdividido em:
 - a) Utilização de técnicas lúdicas, sensibilização, motivação, reflexão e comunicação.
 - b) Conversa e reflexão sobre os sentimentos e ideias do grupo sobre as situações vivenciadas.
 - c) Expansão das vivências, relacionando-as com situações do cotidiano.
 - d) Exposição e análise das informações sobre o tema comparadas às experiências dos participantes para esclarecimentos.

Oficinas: desenvolvimento em 3 momentos (Afonso, 2006):



- Inicial –
- Intermediário –
- **Sistematização e avaliação** – Visualização dos participantes da produção do grupo, acompanhando o desenvolvimento da reflexão, crescimento, ou seja, o produto da oficina construído coletivamente

(Exemplo prático mais a frente...)



Comunicação em ações educativas

Para o sucesso das ações, a comunicação deve ultrapassar os limites da transmissão de informações e a forma verbal, compreendendo um conjunto de processos mediadores da EAN.

Aspectos relevantes na comunicação:



- Escuta ativa e próxima.
- Reconhecimento das diferentes formas de saberes e práticas.
- Construção compartilhada de saberes, práticas e soluções.
- Valorização do conhecimento, da cultura e do patrimônio alimentar.
- Atenção às necessidades dos indivíduos e grupos.
- Busca da formação de vínculo entre os sujeitos que integram o processo.
- Busca de soluções contextualizadas.
- Relações horizontais.
- Monitoramento permanente dos resultados.
- Formação de rede entre profissionais e setores visando troca de experiências e o diálogo.

Comunicação no processo grupal



- 1) Momento inicial:
 - a) É o momento do acolhimento, do aquecimento e da transparência quanto ao que vai acontecer durante o evento.
 - b) Tem como principal objetivo transmitir segurança aos participantes, base para uma relação baseada na confiança.
 - c) Cabe ao coordenador, nessa hora de estreia, atuar como personagem principal, acolhendo as pessoas ali presentes.
 - d) Munido de conhecimentos específicos e das técnicas de que dispõe, procura fazer com que este conjunto de pessoas se converta em um grupo de trabalho, com objetivos comuns.



O momento inicial

- quebrar o gelo
- momento para dar transparência a tudo que vai acontecer
- pode vir com uma apresentação dos participantes, se necessário
- apresentação da agenda - incluindo os temas e a metodologia do trabalho, com o máximo de transparência
- construção de acordos sobre tempo e condutas (regras de convivência)

Técnicas de comunicação para coordenadora

Expressão	<ul style="list-style-type: none">● Permanecer em silêncio para ouvir o que o grupo tem a dizer● Verbalizar aceitação e interesse para indicar ao grupo que vc está atenta ao que está sendo dito● Repetir as últimas palavras ditas pelo grupo● Ouvir reflexivamente, estimulando o grupo a continuar falando
Clarificação	<ul style="list-style-type: none">● Estimular o grupo a fazer comparações com situações semelhantes às que foram ditas para auxiliar na compreensão do real significado da mensagem● Devolver as perguntas feitas● Solicitar esclarecimento de termos incomuns e de dúvidas
Validação	<ul style="list-style-type: none">● Repetir a mensagem dita● Pedir ao grupo que repita o que foi dito

O momento final



Coordenador e o grupo:

- > estabelecem compromissos
- > retomam aspectos da discussão que tenham ficado pendentes
- > avaliam o encontro

- > o coordenador deve fechar a atividade, com agradecimentos e apresentação das próximas etapas (se houver)

Outros exemplos de metodologias de trabalho em grupo e/ou para comunicação em saúde?

Na prática: não precisam inventar a roda para fazer uma atividade educativa!



Uso de Grupos operativos em EAN na atenção básica

artigo

Lacerda, M. G., Oliveira, R. B. A., Lourenço, A. E. P., Tavares, C. Q.,
Percepções de graduandos de nutrição sobre formação profissional em cuidados paliativos

DOI: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2021v11i69p7000>

Características funcionais de grupos operativos de nutrição em município do interior de Minas Gerais

Functional characteristics of nutrition operative groups for in municipality of the interior of Minas Gerais

Características funcionales de los grupos operativos de nutrición en una ciudad del interior de Minas Gerais

RESUMO

Objetivo: Caracterizar as condições funcionais de grupos operativos de alimentação saudável e perda de peso e identificar a percepção dos nutricionistas sobre essa ação. **Métodos:** Realizou-se observação dos grupos quanto às características do ambiente, recursos didáticos e equipamentos antropométricos; e entrevista com nutricionistas quanto à percepção sobre os grupos. **Resultados:** Os 15 grupos observados, aconteciam em locais com problemas de luminosidade, ventilação, número de cadeiras, privacidade e insuficiência de materiais educativos; a maioria contava com balanças e estadiômetros. Para os 7 nutricionistas respondentes as principais inadequações/insuficiência são: falta de privacidade, barulhos/ruídos, ventilação, materiais educativos e quantidade ou condições dos equipamentos antropométricos. Para a maioria o grupo é eficaz na promoção de melhorias na alimentação, mas não para a perda de peso, sendo a baixa adesão pelos usuários a principal barreira. **Conclusão:** Tem-se a necessidade de melhorias nas condições funcionais dos grupos, favorecendo o aumento da adesão e sua eficácia.

DESCRITORES: Atenção Primária à Saúde; Educação Alimentar e Nutricional; Processos Grupais; Manejo da Obesidade.

Possibilidades de atuação profissional em grupos educativos de alimentação e nutrição*

Professional performance possibilities in educational food and nutrition groups (abstract: p. 16)

Posibilidades de actuación profesional en grupos educativos de alimentación y nutrición (resumen: p. 16)

Kellem Regina Rosendo Vincha^(a)

<kvincha@yahoo.com.br> 

Cláudia Maria Bógus^(b)

<claudiab@usp.br> 

Ana Maria Cervato-Mancuso^(c)

<cervato@usp.br> 

* Este estudo teve o apoio financeiro da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp); projeto de pesquisa do processo número 2015/13716-0.

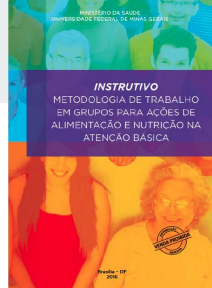
^(c) Departamento de Nutrição, Instituto Ciências da Vida, Universidade Federal de Juiz de Fora. Campus Governador Valadares, Rua Manoel Byrro, 241, Vila Bretas. Governador Valadares,

INSTRUTIVO
METODOLOGIA DE TRABALHO
EM GRUPOS PARA AÇÕES DE
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NA
ATENÇÃO BÁSICA

objetivo: apoiar o planejamento e o desenvolvimento de ações coletivas de **promoção da alimentação adequada e saudável** no Sistema Único de Saúde (SUS), em especial na **Atenção Básica**.

Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), a **promoção da alimentação adequada e saudável** deve ser composta por estratégias que proporcionem aos indivíduos e às coletividades a realização de práticas alimentares apropriadas aos seus aspectos biológicos e socioculturais, bem como ao uso sustentável do meio ambiente





Estratégias e materiais educativos

A) Oficinas – Estratégias coletivas que possibilitam o diálogo, a interação e a troca, favorecendo a construção coletiva do conhecimento e das práticas.

Duração: 40 a 60 minutos.

B) Ações no Ambiente – Estratégias coletivas que implicam a modificação do ambiente e a discussão, reflexão crítica sobre as práticas alimentares e seus resultados. Duração: 15 a 20 minutos.

C) Painel – Estratégia para promover a reflexão, informar os usuários, comunicar durante os intervalos das oficinas e das ações no ambiente, que consta de estrutura física fixada no espaço do serviço.

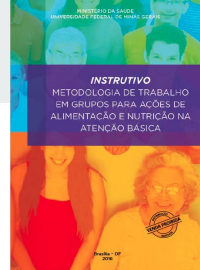
Materiais de apoio

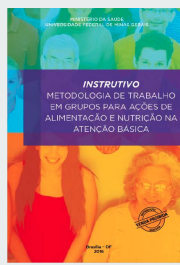
Diário de Bordo – Caderno de anotações para que o participante registre sentimentos, emoções e experiências, reflexões, comentários sobre a participação nas ações e suas construções.

Livro de Receitas - Na cozinha com as frutas, legumes e verduras – Aborda desde a compra até o preparo dos alimentos, focando em preparações culinárias saudáveis, baseadas no incentivo ao consumo de frutas e hortaliças.

Fôlderes – Trabalham os Dez Passos para a Alimentação Adequada e Saudável de forma fácil para uso no dia a dia, com ilustrações que permitam o acesso rápido à informação, mas também a reflexão sobre as escolhas e as práticas alimentares.

Livro Desmistificando Dúvidas sobre Alimentação e Nutrição – Material de apoio para profissionais de saúde sobre dúvidas e mitos frequentes nas ações de promoção da alimentação adequada e saudável desenvolvidas na Atenção Básica.





7 oficinas para serem desenvolvidas de acordo com a realidade do serviço e as necessidades dos participantes

OFICINA	OBJETIVOS
Oficina 1: Quem somos nós?	<ul style="list-style-type: none">■ Conhecer os participantes e as expectativas em relação à promoção da alimentação adequada e saudável (Pass).■ Apresentar aos participantes a ação proposta.■ Sensibilizar os participantes para a possibilidade de mudanças.
Oficina 2: O quê é saúde para você?	<ul style="list-style-type: none">■ Refletir sobre os fatores que interferem (positivos e negativos) na saúde.■ Discutir a importância da promoção da alimentação adequada e saudável para a manutenção/melhoria da saúde.■ Construir coletivamente um conceito de saúde.
Oficina 3: Tempestade de Dúvidas	<ul style="list-style-type: none">■ Discutir as dúvidas relativas à promoção da alimentação adequada e saudável.■ Refletir sobre a importância de buscar informações de fontes seguras sobre alimentação e nutrição.■ Discutir o conceito de promoção da alimentação adequada e saudável para além da ingestão de nutrientes e alimentos específicos.
Oficina 4: Alimentação saudável: por onde começar? A balança das escolhas	<ul style="list-style-type: none">■ Aprofundar o conhecimento sobre alimentação.■ Discutir os determinantes das escolhas alimentares e as consequências para a saúde.■ Refletir sobre os obstáculos e os facilitadores para escolhas alimentares saudáveis.
Oficina 5: Planejando a minha alimentação	<ul style="list-style-type: none">■ Reconhecer a importância do planejamento para realizar mudanças.■ Discutir sobre os obstáculos para realizar mudanças na alimentação com vistas a torná-la adequada e saudável.
Oficina 6: Saboreando uma alimentação adequada e saudável	<ul style="list-style-type: none">■ Estimular as habilidades culinárias dos participantes.■ Conhecer e degustar preparações culinárias com reduzidas quantidades de óleo, sal ou açúcar.■ Identificar alternativas para a maior palatabilidade destas preparações.
Oficina 7: Laboratório dos gostos	<ul style="list-style-type: none">■ Estimular os sentidos sensoriais dos participantes.■ Experimentar alimentos utilizando os sentidos sensoriais.■ Discutir a promoção da alimentação adequada e saudável para além da ingestão de nutrientes e alimentos específicos.■ Incentivar o consumo de alimentos saudáveis e preparações culinárias.

OFICINA 1: QUEM SOMOS NÓS?

DIFICULDADE: ★

OBJETIVOS

- Conhecer os participantes e suas expectativas relacionadas à promoção da alimentação adequada e saudável.
- Apresentar aos participantes a ação proposta.
- Sensibilizar os participantes para a possibilidade de mudanças.

ATIVIDADES

- Promover a integração do grupo por meio da apresentação dos participantes.
- Dialogar sobre a proposta apresentada e sobre a realização de mudanças, focando nos benefícios e nos obstáculos.
- Construir o Contrato de Convivência do grupo.

Sugere-se convidar o agente comunitário de saúde, o(a) enfermeiro(a) e/ou o(a) psicólogo(a).

DURAÇÃO TOTAL: 45 MINUTOS

RESULTADOS ESPERADOS

- Integração do grupo.
- Sensibilização dos participantes quanto à participação nas ações propostas de promoção da alimentação adequada e saudável.
- Sensibilização dos participantes quanto à possibilidade de mudanças e a importância da adesão às atividades propostas.
- Identificação dos benefícios e dos obstáculos apresentados pelos participantes referentes à participação nas ações e à possibilidade de mudanças na alimentação.

MATERIAL NECESSÁRIO (PARA APLICAÇÃO DE UMA OFICINA)

- 20 cadeiras.
- 2 mesas para acomodar as figuras e o boneco.
- Boneco de pano descaracterizado ou desenho de um boneco em papel A3 (Figura 3). Se preferir, o boneco também pode ser confeccionado em TNT, costurado e preenchido com espuma.

- 20 imagens coloridas no tamanho 10 cm x 15 cm que possam representar aspectos culturais, históricos, sociais e políticos relacionados à vivência dos participantes, como figuras urbanas e/ou rurais, violência, ambiente familiar, festas típicas etc.
- 20 imagens coloridas no tamanho 10 cm x 15 cm que possam representar traços de personalidade, como: extrovertido, reservado, agradável, instável, liberal, bagunceiro, independente, conversador, constante e consciente. Estas imagens podem ser buscadas na internet.
- 2 m de papel contact transparente para plastificar as figuras, caso queira utilizar novamente.
- Fita adesiva para fixar as figuras no boneco.
- 6 pincéis atômicos ou canetas para registrar e assinar o Contrato de Convivência do grupo.
- 1 folha de cartolina branca ou papel craft para elaboração do contrato de participação e assiduidade.

REFERENCIAL TEÓRICO

A roda de conversa será o método utilizado para o desenvolvimento desta oficina. Ela caracteriza-se por um espaço de diálogo, comunicação e intercâmbio de experiências e informações (GOMES et al., 2008; MELLO et al., 2007; SIMONETTI; ADRIÃO; CAVASIN, 2007). O seu objetivo principal é desenvolver a autonomia dos sujeitos por meio da problematização, da socialização de saberes e da reflexão para ação com vistas a promover o empoderamento para a ponderação sobre mudanças que possam repercutir em saúde para os indivíduos (GOMES et al., 2008; SIMONETTI; ADRIÃO; CAVASIN, 2007; CAMPOS, 2000).

Na roda de conversa são desenvolvidas discussões sobre temas que objetivam dar visibilidade às práticas cotidianas, buscando, principalmente, a livre expressão de dúvidas, vivências e acontecimentos (GOMES et al., 2008; MELLO et al., 2007). Para isto, os temas selecionados devem ser de interesse e/ou necessidade do público.

A roda de conversa normalmente inicia-se com a exposição do tema e os participantes são instigados a apresentar suas opiniões. O grupo, então, é motivado a participar, sendo que cada pessoa expressa sua opinião, posiciona-se e escuta o outro e a si mesmo (MELLO et al., 2007; CAMPOS, 2000). Na roda de conversa, cada sujeito avalia e reflete sobre a sua prática cotidiana e constrói alternativas para as questões apresentadas. Ao final, são retomados os pontos mais significativos do encontro, tanto pelo profissional quanto pelos participantes (AFONSO; ABADE, 2008).

DESCRIÇÃO DAS ABORDAGENS EDUCATIVAS

A) APRESENTAÇÃO DA EQUIPE (2 MINUTOS)

Este é o primeiro encontro do grupo e, apesar de muitos dos participantes já se conhecerem ou até mesmo conhecerem a equipe, este é um momento valioso para se criar vínculos e fortalecer o grupo. É importante apresentar toda a equipe, pensando na oportunidade de se construir um grupo de fato, ou seja, que possua laços e objetivos comuns com vistas a discutir sobre a alimentação adequada e saudável e todos os aspectos envolvidos.

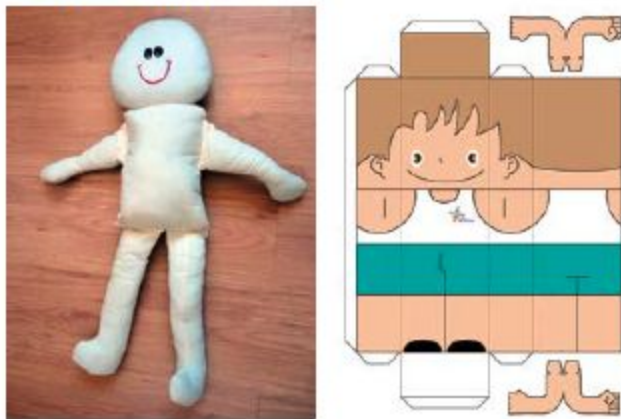
Bom dia! Tudo bem com vocês? (Apresentar a equipe envolvida). Antes de começarmos as atividades, gostaríamos de saber se alguém sabe por que estamos reunidos hoje? (Aguardar as respostas).

Hoje, iniciaremos um novo grupo para discutir e refletir sobre a alimentação adequada e saudável. Mas, antes de começarmos, precisamos nos conhecer melhor. Alguém aqui já se conhece? (Aguardar respostas). Com certeza, muitos já devem se conhecer, mas será que se conhecem mesmo? Vamos realizar uma atividade para nos conhecermos melhor?

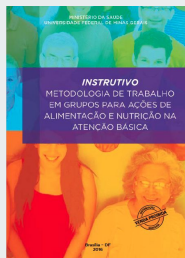
B) APRESENTAÇÃO DAS IMAGENS E CONSTRUÇÃO DO BONECO (15 MINUTOS)

1) O facilitador deverá apresentar o boneco sem nenhuma caracterização ao grupo. O boneco poderá ser de pano, de papel ou outro material disponível e que seja possível a colagem das figuras. Veja, a seguir, exemplo de um boneco de pano e uma opção para impressão.

Figura 3 - Exemplo de bonecos

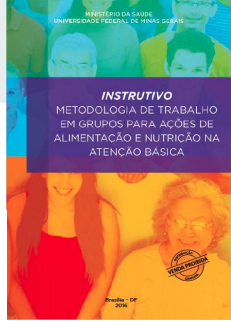


Fonte: Acervo fotográfico dos autores, 2015.



4 ações no ambiente, para que a EAN não se restringa ao momento dos encontros, com o objetivo de despertar a curiosidade e a reflexão

AÇÃO NO AMBIENTE	OBJETIVOS
Ação no Ambiente Zero: “Alimentação Saudável: por quê?”	<ul style="list-style-type: none">■ Refletir sobre o conceito ampliado de saúde associando com a alimentação adequada e saudável (PAAS).■ Discutir a necessidade e a importância do consumo de alimentos e preparações culinárias <i>versus</i> alimentos ultraprocessados.
Ação no Ambiente 1: “Nossas Escolhas Alimentares”	<ul style="list-style-type: none">■ Refletir sobre os obstáculos relativos ao consumo de alimentos e preparações culinárias com enfoque para compras, custo e tempo.■ Discutir estratégias possíveis para superar obstáculos.
Ação no Ambiente 2: “Alimentação saudável hoje e sempre”	<ul style="list-style-type: none">■ Refletir sobre os obstáculos para o consumo de alimentos e preparações culinárias, com ênfase no paladar, tempo e apoio social.■ Discutir a composição de alimentos ultraprocessados e sua relação com a saúde, bem como a importância da promoção da alimentação adequada e saudável.
Ação no Ambiente 3: “Festival gastronômico”	<ul style="list-style-type: none">■ Desenvolver e degustar preparações culinárias saudáveis (reduzidas quantidades de sal, óleo e açúcar); saborosas, práticas e acessíveis financeiramente.■ Incentivar a preparação de preparações culinárias saudáveis.

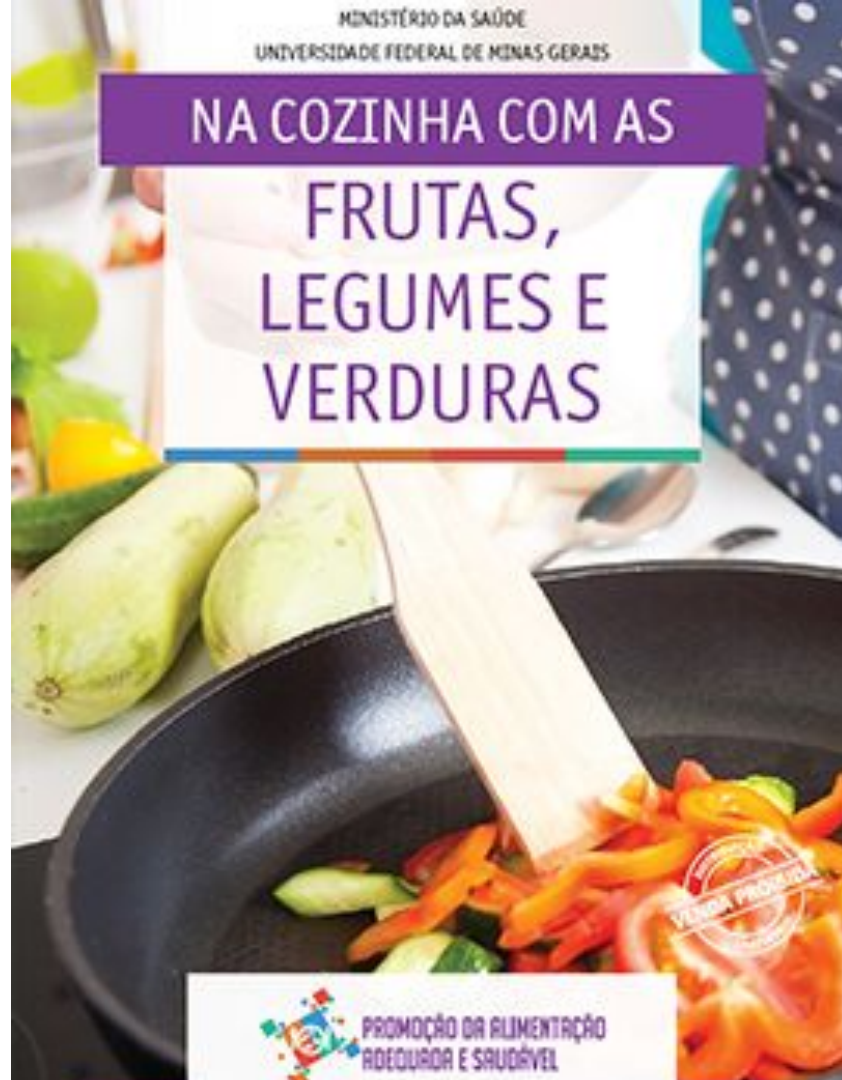
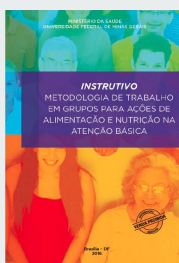


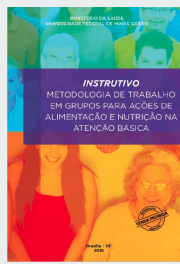
Sugestão para realizar ações coletivas de PAAS

AÇÕES DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL

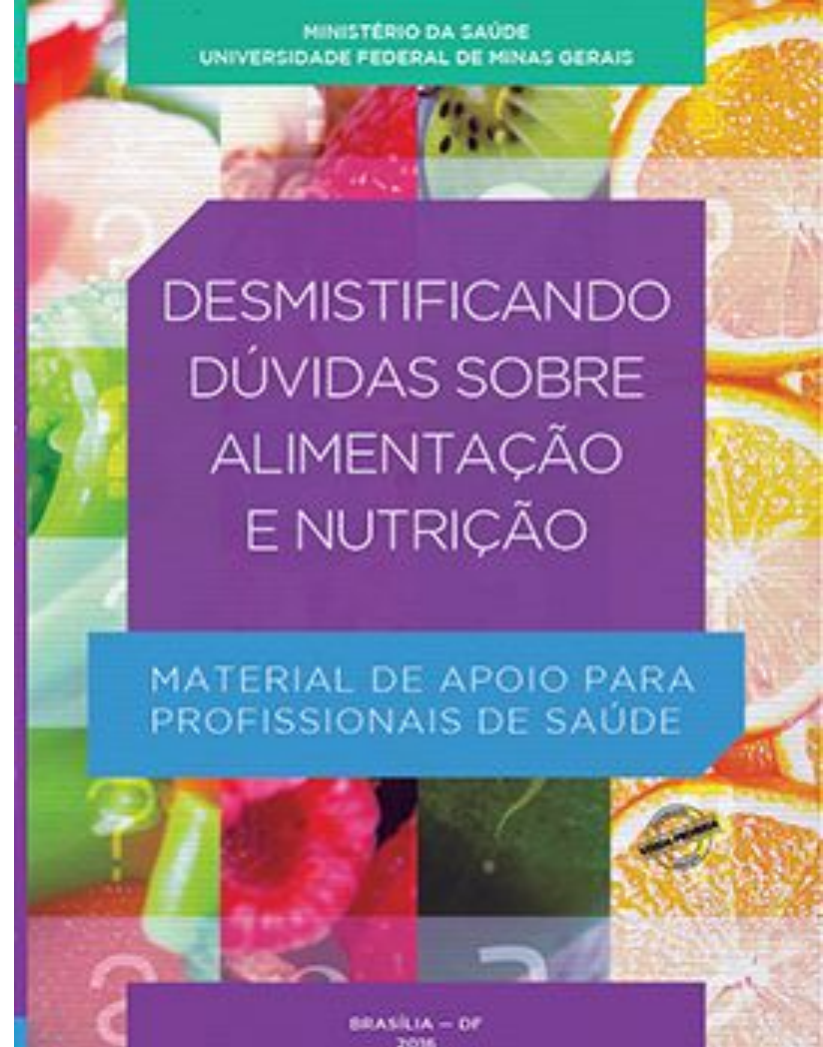



**Livros de receita e
folderes, com
informações sobre
compra,
armazenamento
preparações saudáveis
e acessíveis a base de
FLV**





Material de apoio
construído a partir
de 8 anos de
experiência no SUS
da UFMG, NASF de
BH





Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no SUS - Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil (EAAB)

objetivo: estimular a promoção do aleitamento materno e da alimentação saudável para crianças menores de dois anos no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).

A ação é resultado da integração de duas ações importantes do órgão: a Rede Amamenta Brasil e a Estratégia Nacional para a Alimentação Complementar Saudável (ENPACS)



Sobre os cursos

Buscar cursos

Matrículas

Certificados e histórico

Plataforma AROUCA

Qualificação Profissional

Amamenta e alimenta Brasil: recomendações baseadas no Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos

Universidade Federal de Santa Catarina



Carga horária: 30 horas

Público-alvo:

Profissionais de saúde da Atenção Primária à Saúde

Formato: Ensino a Distância

Nível: Educação Profissional e Tecnológica

Modalidade: Qualificação Profissional

**Explorando outros referenciais
com abordagem prática para a
execução de atividades educativas
em grupos**



Exemplo 1

objetivo: subsidiar o trabalho do **profissional dos serviços socioassistenciais** ao abordar a temática da EAN, na perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) das famílias atendidas pelos serviços socioassistenciais

CADERNO DE ATIVIDADES



Educação Alimentar e Nutricional:
o direito humano a alimentação adequada e o fortalecimento de vínculos familiares nos serviços socioassistenciais

Exemplo 1

EAN pode ser desenvolvida tanto em grupos específicos quanto intergeracionais, para:

- > favorecer mudanças alimentares voluntárias pelas famílias,
- > valorizar e fortalecer os hábitos alimentares saudáveis já adotados, por meio da abordagem sobre os direitos, sobre segurança alimentar e nutricional e sobre as etapas do sistema alimentar (produção, abastecimento e consumo), valorização do consumo de alimentos tradicionais, produção para o autoconsumo (hortas domésticas e comunitárias), entre outros

CADERNO DE ATIVIDADES



Educação Alimentar e Nutricional:
o direito humano a alimentação adequada e o fortalecimento de vínculos familiares nos serviços socioassistenciais

FAMÍLIAS

Atividade 1: O Direito Humano à Alimentação Adequada e Segurança Alimentar e Nutricional.	8
Atividade 2: Amamentação	9
Atividade 3: Cuidando da alimentação das crianças em 10 passos	11
Atividade 4: De onde vêm os alimentos?	13
Atividade 5: Era uma vez...	14
Atividade 6: Conhecendo a produção local	14

CRIANÇAS

Atividade 7: Descobrimos os alimentos por meio dos sentidos	16
---	----

ADOLESCENTES

Atividade 8: A influência da propaganda de alimento sobre a escolha alimentar	17
---	----

ADULTOS

Atividade 9: O que os rótulos de alimentos estão nos dizendo?	18
---	----

IDOSOS

Atividade 10: Colcha de retalhos	19
----------------------------------	----

Atividade 9 – O que os rótulos de alimentos estão nos dizendo?

Objetivos:

- Promover o entendimento do grupo sobre a importância de conhecer os rótulos dos alimentos;
- Melhorar o entendimento das informações do rótulo dos alimentos industrializados;
- Estimular a reflexão sobre as escolhas que estão sendo feitas sobre a alimentação da família.

Materiais necessários:

- Rótulos dos alimentos utilizados na casa dos participantes.

Duração estimada: 1 hora e 20 minutos.

Metodologia:

Previamente, a equipe deve pedir para os participantes trazerem rótulos de alimentos industrializados que costumam consumir em casa.

Metodologia:

Previamente, a equipe deve pedir para os participantes trazerem rótulos de alimentos industrializados que costumam consumir em casa.

O condutor da atividade pode iniciar a atividade questionando os participantes se eles costumam ler os rótulos dos alimentos antes de comprar ou consumir, e se, quando leem, conseguem entender as informações. Posteriormente, o condutor pode colocar que é fundamental conhecer bem os alimentos para fazer melhores escolhas alimentares.

Depois, trabalhar os principais itens da rotulagem nutricional com os participantes, pedindo que eles acompanhem nos rótulos que tem em mãos. A cada novo item, o condutor pode pedir que um participante diga o que está escrito em seu rótulo em relação àquele item. Uma sugestão é que o condutor tenha um rótulo fictício em tamanho aumentado para auxiliar na explicação e visualização dos itens. O caderno teórico, na página 24, traz o conteúdo que irá apoiar a realização desta atividade.

Exemplo 2

- Público alvo: adolescentes saudáveis que moram em grandes centros urbanos



Dicas para facilitar atividades com adolescentes

- ▶ Preferir dinâmicas menos demoradas, pensando em propostas que facilitem a atuação de adolescentes multiplicadores das informações;
- ▶ Ao falar sobre saúde, evitar o tom prescritivo. O diálogo pode contribuir para suavizar o "faça isso" ou "faça aquilo";
- ▶ Evitar transmitir muitas informações de uma só vez;
- ▶ Incentivar adolescentes a sentirem-se parte do processo de busca por uma alimentação saudável;
- ▶ Trabalhar a ideia de que a alimentação é um direito humano;
- ▶ Articular a discussão com temas como a pressão pela busca do corpo perfeito (e temas correlatos como *bullying* e baixa autoestima) e o autocuidado;
- ▶ Promover dinâmicas que permitam a realização de alguma atividade prática;
- ▶ Sempre que possível, apresentar comidas *in natura*, criando oportunidade para novas experimentações;
- ▶ Discutir a influência da mídia ao incentivar uma alimentação com poucos nutrientes, calórica e gordurosa.

CADERNO DE PERGUNTAS

INGREDIENTES

Papéis, parede, fita crepe, TNT com cola especial ou *post-its*.

MODO DE FAZER

Distribua cartões ou papéis cortados para o grupo. Separe uma parede para a atividade. Peça que escrevam suas perguntas e cole no mural (com *post-its*, fita crepe ou em um TNT com cola especial). Vale repetir ideias. Quando o grupo finalizar a elaboração das perguntas, leia todas as dúvidas, agrupando as ideias semelhantes. Se houver uma pessoa especialista em nutrição para responder, o debate pode acontecer no mesmo momento. Se não, é possível propor que o grupo de adolescentes se organize para pesquisar e compartilhar as respostas. Essa dinâmica pode ser enriquecida com a exibição de vídeos curtos (*confira a lista de sugestões ao final do Cardápio*).

USE ESTA ATIVIDADE PARA...

- ▶ Conhecer as principais dúvidas do grupo e planejar as ações seguintes.
- ▶ Chamar a atenção para o que é comum entre as preocupações de adolescentes.
- ▶ Identificar temas que vão demandar aprofundamento.
- ▶ Engajar adolescentes em atividades.

LEITURA DE RÓTULOS

INGREDIENTES

Produtos embalados variados (leite, iogurte, biscoitos, sucos, salsichas, molhos etc.) ou apenas os rótulos recortados das embalagens, caixas, papel para escrever.

MODO DE FAZER

Peça que adolescentes tragam rótulos de produtos que costumam consumir em casa ou na rua. Não há nenhum direcionamento sobre valor nutricional ou de qualidade. Os rótulos devem ser colocados em uma caixa para cada participante. A caixa será numerada e só a pessoa que facilita a oficina saberá de quem é a caixa. Cada adolescente receberá uma caixa

que não lhe pertence, ou seja, onde não se encontram os seus rótulos.

Pede-se então que cada adolescente analise os rótulos e emita um "laudo" para os produtos, classificando-os entre alimentos minimamente processados, processados e ultraprocessados. As caixas contendo os "laudos" deverão ser entregues à pessoa que facilita a oficina, que retornará as caixas de cada adolescente. Com os "laudos" em mãos, é hora do debate. Essa reflexão pode ser ampliada para toda a família, solicitando que cada adolescente compartilhe a atividade e o "laudo" com seus familiares, incentivando que tragam as reflexões no próximo encontro do grupo.

COMO LER UM RÓTULO

Os primeiros ingredientes citados no rótulo são os que existem em maior quantidade no produto. Se a lista for grande e tiver nomes pouco familiares, sinal de alerta: trata-se de um produto ultraprocessado. Alimentos ultraprocessados são formulações industriais, geralmente com alto teor de sódio, açúcar e gorduras, além de substâncias de uso exclusivamente industrial, como os aditivos alimentares. Exemplos de aditivos: corantes, flavorizantes (que modificam o sabor ou o aroma), edulcorantes (que adoçam) e conservantes. O consumo de produtos ultraprocessados favorece a ingestão excessiva de calorias e aumenta o risco de doenças e deficiências nutricionais (Fonte: *Guia Alimentar para a População Brasileira*, 2014).

USE ESTA ATIVIDADE PARA...

- ▶ Discutir as práticas da publicidade e da indústria de alimentos.
- ▶ Refletir sobre o direito à informação sobre os alimentos que consumimos.
- ▶ Incentivar a autonomia e a responsabilidade na escolha dos alimentos.
- ▶ Comentar os hábitos de consumo alimentar de adolescentes, suas famílias e comunidades.



O QUE TEM PARA COMER OU BEBER POR AQUI?

INGREDIENTES

Bloco de notas, canetas, celular.

MODO DE FAZER

O grupo pesquisa sobre a oferta de alimentos em suas escolas ou nos arredores delas. Há ambulantes perto da entrada? Que tipo de comércio existe no entorno? As informações podem ser registradas em papel ou no celular, por fotos e vídeos.

A partir da pesquisa, o grupo avalia se a maioria dos alimentos vendidos é de produtos *in natura*, minimamente processados, processados ou ultraprocessados. Uma variação desta atividade é organizar uma pesquisa sobre alimentos regionais, instigando a curiosidade de conhecer melhor os produtos locais e suas contribuições para a saúde. Depois, o grupo apresenta suas descobertas e discute a disponibilidade desses alimentos no seu cotidiano e no de sua família.



USE ESTA ATIVIDADE PARA...

- Observar o quanto os alimentos saudáveis estão disponíveis no cotidiano, considerando distância e preço. Perceber que os alimentos da estação ficam mais baratos e apresentam mais qualidade nesse período.
- Notar os alimentos que costumam estar nos ambientes ou nos caminhos frequentados por crianças e adolescentes e a relação desses produtos com a publicidade e o comércio.
- Refletir com a família sobre os alimentos normalmente consumidos em casa e a possibilidade de adotar hábitos alimentares mais saudáveis.
- Avaliar o consumo de alimentos saudáveis dentro das escolas.



Série "O Guia Alimentar na Atenção Básica"

Nupens USP

4 vídeos 1.903 visualizações Última atualização em 14...



Reproduzir tu...



Ordem aleató...

1



Vídeo 1 | Atendimento Nutricional Individual, da série O Guia Alimentar na Atenção Básica

Nupens USP • 16 mil visualizações • há 3 anos

2



Vídeo 2 | Atendimento Compartilhado, da série O Guia Alimentar na Atenção Básica

Nupens USP • 2,5 mil visualizações • há 3 anos

3



Vídeo 3 | Visita Domiciliar, da série O Guia Alimentar na Atenção Básica

Nupens USP • 2,3 mil visualizações • há 3 anos

4



Vídeo 4 | Grupo de Educação Alimentar e Nutricional, da série O Guia Alimentar na Atenção Básica

Nupens USP • 4,3 mil visualizações • há 3 anos





cidinha da jeito



Cidinha Dá Jeito



Guia Alimentar



Cidinha dá Jeito

@CidinhadaJeito 1,22 mil inscritos 43 vídeos

Oi! Sou Cidinha, capricorniana, carioca, professora, mãe e esposa. Criei es... >

Inscrito

INÍCIO

VÍDEOS

PLAYLISTS

COMUNIDADE

CANAIS

SOBRE



Descrição

Oi! Sou Cidinha, capricorniana, carioca, professora, mãe e esposa. Criei esse canal para dividir com vocês todos os "jeitos" que dou no dia a dia da cozinha. Se você acha importante cozinhar em casa mas tem dúvidas sobre o que é saudável cozinhar, acha trabalhoso demais ou se sente sobrecarregada/o na cozinha, esse é seu lugar! Seja bem-vinda/o! Projeto idealizado por um grupo de nutricionistas,

Estatísticas

Inscreveu-se em 9 de out. de 2019

19.276 visualizações



Guia Alimentar para a População Brasileira

Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde

11 vídeos 95.119 visualizações Última atualização em...



▶ Reproduzir tu...

🔀 Ordem aleató...



1 Princípios do Guia Alimentar para população brasileira

Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde • 35 mil visualizações • há 4 anos



2 Alimentos ultraprocessados

Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde • 60 mil visualizações • há 4 anos



3 Alimentação in natura - Minimamente processados

Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde • 51 mil visualizações • há 4 anos



4 Habilidades culinárias e o tempo

Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde • 10 mil visualizações • há 4 anos



5 Obstáculo: Informações e Publicidade

Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde • 9,2 mil visualizações • há 4 anos



Obstáculo: custo e oferta

Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde • 8,5 mil visualizações • há 4 anos

Técnica para interação em sub-grupos: Carrossel

Técnica do Carrossel



Quando há a necessidade de todos opinarem sobre todos os temas/assuntos!

Quando se quer uma construção coletiva!

Vantagens:

- todos contribuem com os diversos assuntos
- reduz o tempo de apresentação e debate em plenária
- garante a participação efetiva

De 12 a participantes

Regras



Pelo menos três temas/assuntos

- As conversas são guiadas por perguntas orientadoras
- Os subgrupos “giram” por todos os temas
- São feitas tantas rodadas quanto o número de temas
- As conclusões são escritas em cartelas e afixadas em painel ou similar ou em flip, seguindo as regras de escrita.
- As ideias devem ficar claras para o próximo grupo que vai opinar sobre o assunto
- Prefira grupos com até 8 pessoas
- Atenção: mais de 5 temas a técnica fica cansativa

Como funciona?



Na 1a rodada cada subgrupo discute um tema específico e registra as conclusões em cartelas ou flip

- Na 2a rodada todos subgrupos giram/mudam de tema no sentido horário. Tomam conhecimento das conclusões do primeiro grupo, contribuem com novas ideias e/ou apontam discordâncias.
- ...e assim sucessivamente até ter passado por todos os grupos/ temas
- Atenção: sem eliminar e/ou modificar nenhuma cartela do grupo anterior...
- A primeira rodada, por ser o levantamento inicial, deve ser mais longa que as demais. E a última é mais curta, pois o assunto já está muito trabalhado.
- Um exemplo de carrossel com quatro assuntos.
1a - 30 min; 2a - 20min; 3a - 15min e 4a - 10 min



Nosso carrossel em sala de aula: 3 rodadas

- 1) Qual o conteúdo mais relevante que você aprendeu na disciplina até agora?
- 2) Qual o conteúdo ou atividade que você considera que foi menos relevante na disciplina até agora?
- 3) O que ainda está faltando?

Aula	Conteúdo
Aula 1	Boas vindas, apresentação da disciplina e Determinantes das escolhas alimentares e EAN
Aula 2	Modelos teóricos da educação e Marco de referência de EAN para políticas públicas
Aula 3	Histórico EAN e Planejamento e execução de ações de EAN parte 1: panorama geral
Aula 4	Planejamento e execução de ações de EAN - parte 2: diagnóstico e formulação de objetivos
Aula 5	Planejamento e execução de ações de EAN - parte 3: implementação

Noturno:

Atividade prática: EAN no PNAE

Matutino:

**Apresentação e discussão do projeto
"Experiências que alimentam", do CREN -
Centro de Recuperação e Educação
Nutricional**
