

## **CONHECIMENTO SOBRE O GUIA ALIMENTAR PARA POPULAÇÃO BRASILEIRA EM ADULTOS DE PELOTAS, RS**

SALLABERRY, Juceli Soares; GIGANTE, Denise Petrucci  
DELPINO, Felipe Mendes; GULARTE, Laura Santos; TEIXEIRA, Samara Christ; De BRITO, Larissa Padilha

MINTEM, Gicele Costa  
juberry@gmail.com

Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Alimentos, Universidade Federal de Pelotas

**Palavras-chave:** conhecimento nutricional, hábitos alimentares, alimentação saudável

### **1 INTRODUÇÃO**

Nos domicílios brasileiros há uma evolução de disponibilidade de alimentos, indicando que os alimentos ultraprocessados vêm ganhando espaço ao longo dos últimos dezesseis anos (IBGE, 2020).

O Guia Alimentar para a População Brasileira foi criado pensando em prover acesso à informação sobre alimentação adequada e saudável e ampliar a autonomia na prática de melhores escolhas. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014)

Alguns estudos sobre o conhecimento nutricional sugerem que ele pode desempenhar um papel pequeno, mas fundamental na adoção de hábitos alimentares mais saudáveis (WORSLEY, 2002). O objetivo deste estudo foi descrever o conhecimento sobre alimentação saudável conforme o Guia Alimentar Brasileiro em adultos de Pelotas/RS.

### **2 METODOLOGIA**

Estudo transversal com 232 adultos em territórios adstritos a Unidades de Estratégia de Saúde da Família em Pelotas/RS realizado de dezembro de 2019 a março de 2020. Para a definição de conhecimento foi utilizada a Escala de avaliação do conhecimento de profissionais de saúde da Atenção Básica sobre os conteúdos do Guia Alimentar (GAB1) ((REIS; JAIME, 2019) adaptando sete questões com respostas: “certo”, “errado” e “não sei”, dicotomizada em certo e errado. Na coleta de dados foi usado o Redcap e na análise o Stata 12. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (3.166.109).

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na pergunta sobre se a preparação de refeições em família facilitaria ter hábitos alimentares mais saudáveis 95% da amostra respondeu de forma correta. Café com leite, mamão e bolo caseiro como bons exemplos de desjejum teve 82% de acertos. Entretanto, 69% acreditavam que barra de cereal e biscoito integral industrializado seriam boas opções de lanches. Aproximadamente 63% acertaram ao responder que empanado de frango assado não pode substituir frango na refeição e 83% acertaram que o uso de mídias durante a refeição poderia reduzir o prazer pela refeição. Sobre as informações vinculadas na mídia, 51% acreditavam ser confiáveis, não escolhendo a resposta certa. Quanto a alimentos *in natura* e minimamente processados constituírem a base de uma alimentação saudável, 53% responderam de forma correta.

### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A capacitação da população na escolha de alimentos nutritivos, de forma saudável e sustentável, respeitando as especificidades regionais, seguindo orientações do Guia Alimentar Brasileiro contribuirá para um resultado positivo na saúde dos indivíduos.

Com a utilização dessas sete questões foi possível identificar que muito há ainda que se investir em educação alimentar e nutricional dessa população, priorizando informações do Guia Alimentar.

### 5 REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2a. ed. Brasília. v. 2 Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf).

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2017-2018: avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento**. Rio de Janeiro: 2020, 2020. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101670.pdf>.

REIS, Lígia Cardoso Dos; JAIME, Patricia Constante. Conhecimento e percepção de autoeficácia e eficácia coletiva de profissionais de saúde para a implementação do Guia Alimentar na Atenção Básica. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 14, p. e39140, 2019. DOI: 10.12957/demetra.2019.39140.

WORSLEY, Anthony. Nutrition knowledge and food consumption: can nutrition knowledge change food behaviour? **Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition**, v. 11, n. s3, p. S579–S585, 2002. DOI: 10.1046/j.1440-6047.11.supp3.7.x. Disponível em: <http://doi.wiley.com/10.1046/j.1440-6047.11.supp3.7.x>.