

COMO CITAR:

Bento IC, Gazzinelli MF, Abreu MNS, Pereira SCL. Intervenção educativa alimentar e nutricional: Percepções de frequentadores de restaurantes populares de Belo Horizonte/MG. *Rev Contexto & Saúde*, 2023;23(47):e14306.

Intervenção Educativa Alimentar e Nutricional: Percepções de Frequentadores de Restaurantes Populares de Belo Horizonte/MG

Isabel Cristina Bento¹, Jullyane Hott Figueiras², Mery Natali Silva Abreu³,
Maria Flávia Gazzinelli⁴, Simone Cardoso Lisboa Pereira⁵

RESUMO

Objetivou-se identificar o efeito de uma intervenção educativa alimentar e nutricional com o emprego de uma telenovela junto a frequentadores dos restaurantes populares de Belo Horizonte/MG. Trata-se de uma intervenção com 4 oficinas envolvendo 14 frequentadores de dois restaurantes populares de Belo Horizonte/MG. A coleta de dados deu-se por meio de gravação das oficinas. Os diálogos transcritos foram analisados pela técnica da Análise de Conteúdo temático-categorial, proposta por Bardin. Após a transcrição das falas, seguiu-se a leitura individualizada de cada depoimento, em que emergiram as seguintes categorias: 1) Telenovela: cenas, personagens e ambiente; (2) Alimentação Adequada e Saudável: dúvidas e conhecimentos trazidos; (3) Dificuldades, reflexões e intenções de mudanças na alimentação; e (4) Telenovela como estratégia educativa: aprendizado e possibilidades de ampliação. Concluiu-se que a intervenção educativa, mediada pela telenovela, marcou e afetou os participantes pela intensidade das sensações e emoções produzidas. Além disso, auxiliou na compreensão da realidade objetiva, incidiu sobre a dimensão subjetiva e traduziu-se em uma estratégia potente para superar as dificuldades inerentes às práticas educativas tradicionais, superficiais e fragmentadas, ainda presentes na atualidade.

Palavras-chave: educação em saúde; educação alimentar e nutricional; restaurantes; pesquisa qualitativa.

EDUCATIONAL FOOD AND NUTRITIONAL INTERVENTION: PERCEPTIONS OF PEOPLE WHO FREQUENT POPULAR RESTAURANTS IN BELO HORIZONTE/MG

ABSTRACT

The objective of this study was to identify the effect of a food and nutritional educational intervention with the use of a television set with visitors to popular restaurants in Belo Horizonte / MG. This is an intervention with 4 workshops involving 14 visitors to two popular restaurants in Belo Horizonte / MG. Data collection took place through recording of the workshops. The transcribed dialogues were analyzed using the thematic-categorical Content Analysis technique proposed by Bardin. After the transcription of the speeches, the individualized reading of each statement followed, in which the following categories emerged: 1) Telenovela: scenes, characters that played and the environment; (2) Adequate and Healthy Eating: doubts and knowledge brought; (3) Difficulties reflections and intentions for changes in food (4) Soap opera as an educational strategy: learning and possibilities for expansion. It is concluded that the educational intervention, mediated by the telenovela, marked and affected the participants by the intensity of the sensations and emotions that it was able to produce. In addition, it helped to understand the objective reality, focused on the subjective dimension, and translated into a powerful strategy to overcome the difficulties inherent in traditional, superficial and fragmented educational practices, still present today.

Keywords: health education; food and nutrition education; restaurants; qualitative research.

Submetido em: 11/4/2023

Aceito em: 23/5/2023

¹ Autor correspondente: Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte/MG, Brasil. <http://lattes.cnpq.br/2665273004745238>. <https://orcid.org/0000-0002-5205-7821>. evmepia@gmail.com

² Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte/MG, Brasil. <http://lattes.cnpq.br/9892931921347041>. <https://orcid.org/0000-0001-6924-9304>

³ Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte/MG, Brasil. <http://lattes.cnpq.br/7264030967340210>. <https://orcid.org/0000-0002-6691-3537>

⁴ Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte/MG, Brasil. <http://lattes.cnpq.br/2557921736699122>. <https://orcid.org/0000-0003-0523-3973>

⁵ Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte/MG, Brasil. <http://lattes.cnpq.br/4505783211336103>. <https://orcid.org/0000-0001-9261-2597>

INTRODUÇÃO

A Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) baseia-se em um processo que almeja elaborar conceitos e estratégias que auxiliem os sujeitos e a coletividade no desenvolvimento de sua autonomia e de suas práticas alimentares. No campo da SAN existem alguns desafios, entre os quais aqueles relacionados à Educação Alimentar e Nutricional (EAN), que também se configura em um campo da promoção da saúde, sendo uma prática permanente e contínua em que se utilizam abordagens e recursos educacionais ativos e problematizadores, bem como interações e significados que compõem o comportamento alimentar.¹

Não obstante, a EAN se constitui em uma das diretrizes da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), que garante a SAN e que destaca as redes de instituições públicas de alimentação e nutrição, englobando os restaurantes populares. Estes locais oferecem uma alimentação de qualidade nutricional e sanitária a um baixo custo, priorizando a população em vulnerabilidade social, e ainda estimulam a produção de alimentos da agricultura familiar local, configurando-se em um espaço para a realização da EAN.² Apesar de os restaurantes populares contribuírem para reduzir a insegurança alimentar e nutricional,² o contexto em que seus frequentadores estão inseridos é preocupante. Tem-se observado alta prevalência da obesidade, e da insegurança alimentar e nutricional,³ bem como a presença de hábito alimentar inadequado,⁴ que caracterizam a condição de saúde e de segurança alimentar dos indivíduos que frequentam esses estabelecimentos.

Além disso, o estudo aponta que o público que frequenta os restaurantes populares detinha informações sobre o que é uma alimentação saudável, embora, muitas vezes, deixasse se guiar por suas práticas alimentares apoiado em noções do senso comum.⁴ Verificou-se ainda que os frequentadores que não apresentavam insegurança alimentar preferiam alimentos mais saudáveis e evitavam aqueles com alto teor de energia, e alegaram como principal obstáculo para uma dieta mais saudável a falta de tempo. Por outro lado, aqueles em situação de insegurança alimentar desejavam consumir frutas e vegetais, porém tinham a renda como principal obstáculo para compra de alimentos mais saudáveis.⁴

Diante desse cenário, uma intervenção de EAN foi elaborada e executada, a fim de afetar e produzir sensações sobre a subjetividade dos frequentadores dos restaurantes populares, em direção à mudança nas práticas e nos seus modos de pensar a alimentação.^{5,6} Para que isso fosse possível, partiu-se do suposto de que a adoção de um comportamento e de novas práticas requer um investimento pedagógico que atue não somente na dimensão intelectual ou cognitiva da aprendizagem, mas também na sua dimensão afetiva. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi verificar o efeito de uma intervenção educativa alimentar e nutricional com o emprego de uma telenovela, com frequentadores dos restaurantes populares de Belo Horizonte/MG.



METODOLOGIA

Tipo de estudo

Trata-se de um estudo quase experimental,⁷ com abordagem qualitativa, acerca do efeito de uma intervenção educativa com frequentadores de restaurantes populares empregando uma telenovela intitulada “*O caminho do meio*”. Esta proposta educativa segue as diretrizes do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas¹ e, portanto, configura-se no estímulo do encontro entre sujeitos, sendo o diálogo entre eles e os seus saberes os maiores efeitos que se busca. Nesta direção, um desafio seria dar conta das diferentes dimensões implicadas nas interações e significados das práticas alimentares dos sujeitos, justificando a escolha pelo delineamento quase experimental e abordagem qualitativa, métodos sensíveis aos componentes subjetivos inerentes ao campo de ensino-aprendizagem da educação, pleno de sentidos e significados que compõem a ação humana.

Este estudo é uma continuidade do projeto de Mestrado intitulado “*Perfil Sociodemográfico, Nutricional e Psicossocial dos Usuários dos Restaurantes e Refeitórios Populares de Belo Horizonte-MG: fundamento para a elaboração de uma Intervenção Educativa Alimentar e Nutricional*”,⁴ em que se elaborou uma estratégia pedagógica pautada em aspectos sociodemográficos, nutricionais e psicossociais dos frequentadores dos restaurantes populares. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFG, sob parecer e nº ETIC 0473.0.203.000-10, e financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa (Fapemig), projeto nº 20075.



Cenário e sujeitos do estudo

O estudo foi conduzido em dois Restaurantes Populares (RP) de Belo Horizonte: Restaurante Popular Herbert de Souza (RPI), situado no distrito sanitário Centro-Sul, e Restaurante Popular Dom Mauro Bastos (RPIV), localizado no distrito sanitário Barreiro. A escolha desse cenário também se justifica tendo em vista a realização de estudos para levantamento do perfil sociodemográfico, econômico e nutricional dos frequentadores destes e de outros restaurantes populares de Belo Horizonte, desde o ano de 2009.^{8,9}

O recrutamento dos frequentadores do restaurante popular foi aleatório e voluntário, ocorrendo no período do almoço (11h – 14h) por uma equipe devidamente treinada, que também coletou dados sociodemográficos e econômicos com auxílio de um questionário estruturado. Após três meses de triagem, foram selecionados 193 frequentadores do RPI e 164 frequentadores do RPIV, que compuseram grupos de 6 a 10 participantes nas oficinas. Na literatura não há um consenso com relação ao número de participantes em um grupo. Há de se lembrar que grupos menores favorecem a cumplicidade entre os participantes, porém com menor diversidade de pontos de vista; enquanto em grupos maiores tem-se maior diversidade de perspectivas, mas as trocas emocionais são mais superficiais, além de dificultar a participação de todos os integrantes.¹⁰

Adotou-se como critérios de inclusão: não ser morador de um domicílio no qual reside alguém já participante da presente pesquisa; ter mais de 18 anos, idade em que o indivíduo tem certa autonomia e pode responder por seus atos; frequentar o restaurante popular no mínimo três vezes por semana; possuir telefone para contato e que concordasse em participar da pesquisa, firmando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), atendendo às recomendações éticas da Resolução 510/206 do Conselho Nacional de Saúde.¹¹

Estratégia pedagógica: a telenovela “O Caminho do Meio”

A telenovela intitulada “O caminho do meio” procurou reproduzir uma situação cotidiana, apresentando, por meio do personagem Marcos, as projeções de planos e desejos expressos pelos frequentadores quanto aos hábitos alimentares e, por meio da personagem Júlia, os obstáculos que dificultam a aquisição de uma alimentação saudável.

Marcos e Júlia, ao apresentarem comportamentos tão distintos, situados entre o considerado saudável e não saudável, expressam realidades contrapostas que ora permeiam o imaginário, ora remetem ao vivido. Essa dualidade abstrata e concreta possibilita que as histórias dos frequentadores e dos personagens se entrelacem, permitindo que os espectadores encarem as questões de frente e reflitam sobre as possíveis soluções.

Embora muito diferentes, Marcos e Júlia, inicialmente, apresentam em comum o fato de não estarem abertos a experimentar novas situações, seja porque se sentem seguros ao agir sempre da mesma forma, seja porque não pararam para pensar e se ocupar do modo como levam a vida.

A telenovela, como uma experiência estética, cria um espaço comum e de diálogo entre Júlia, em que telespectadores se identificam com ela e, do mesmo modo, com Marcos. Nesse espaço, situado entre o imaginário e o concreto, significados podem ser negociados, signos são decifrados e interpretados, processos de reflexão sobre si podem ser forjados e futuras experiências podem ser projetadas.

Por meio da telenovela os espectadores observam um conjunto de traços dos personagens, de imagens, de sentimentos que o indivíduo reconhece como fazendo parte dele próprio. Trata-se de um fenômeno subjetivo e dinâmico que ocorre por meio da noção de si mesmo, em uma relação dicotômica, resultante da dupla constatação de semelhanças ou diferenças entre os personagens e os sujeitos espectadores.

Para efetivar este processo de identificação foi necessário incluir, seja no enredo da telenovela e no perfil dos personagens, seja nas questões para discussão constantes da intervenção, os aspectos sociodemográficos, nutricionais, psicossociais dos sujeitos da pesquisa.

A Intervenção – Oficinas com a telenovela

A intervenção educativa consistiu em oficinas utilizando a telenovela “O Caminho do Meio”, com realização de dinâmicas de grupo a partir de quatro encontros semanais com duração de, aproximadamente, 40 minutos, em cada restaurante popular. As oficinas ocorreram durante 4 semanas em 3 etapas: (1)



Visualização de um capítulo da telenovela, sendo um capítulo por semana, de 10 a 15 minutos cada; (2) Discussão sobre o capítulo da telenovela e (3) Discussão sobre os “10 passos para uma alimentação saudável”, ocorrendo 2 a 3 passos por encontro. Todo o processo da intervenção foi mediado pela nutricionista pesquisadora e seguiu um roteiro previamente elaborado, com perguntas e assuntos que seriam discutidos.¹²

A proposta de oficina trabalha com a informação, a reflexão, os significados afetivos e as vivências relacionadas com o tema a ser trabalhado no grupo.¹⁰ Dessa forma, as oficinas possibilitariam aos participantes o (re)conhecimento dos seus pensamentos, sentimentos e representações relacionados à alimentação. As questões formuladas deveriam guiar-se, por conseguinte, pela intenção de fazer emergir a expressão de sentimentos sobre o próprio comportamento alimentar e a sua motivação para mudança. Assim, a partir das falas dos participantes, identificaram-se os pontos fragilizados. Neste momento, a condutora do processo educativo teve a oportunidade de fornecer motivação e encorajamento para que os participantes fizessem mudanças em sua alimentação, procurando soluções para minimizar barreiras e instigando-os no que respeita ao exercício do pensar crítico e da atitude reflexiva. A nutricionista pesquisadora solicitava que os participantes, sentados, fizessem um círculo e, em seguida, realizava as discussões. Esta etapa teve duração de aproximadamente 30 minutos.

A técnica grupal foi utilizada como estratégia participativa de construção de conhecimento e de coleta de dados, sendo fundamentada nos pressupostos de Paulo Freire e Boaventura de Sousa Santos, os quais assumem a educação como um conhecimento emancipatório em que o sujeito é produtor de seu próprio conhecimento.¹³ Além disso, com grupos é possível atingir um número maior de indivíduos.¹⁰

Em cada oficina, após a apresentação e discussão sobre o capítulo da telenovela “*O Caminho do Meio*”, optou-se por abordar os “10 passos para uma alimentação adequada e saudável”, proposto pelo Ministério da Saúde no novo “Guia Alimentar para a População Brasileira”.¹⁴

Coleta e análise de dados

A coleta de dados foi realizada por meio da técnica da gravação de áudio das discussões. Os diálogos provenientes das oficinas registrados em áudio foram transcritos e analisados por meio da técnica da Análise de Conteúdo (AC) temático-categorial proposta por Bardin para a organização e análise dos resultados. A Análise de Conteúdo é definida por Bardin como um conjunto de técnicas de análise das comunicações. Uma análise é categorial quando toma em consideração a totalidade de um texto, e esta será temática quando se constrói categorias por intermédio da identificação do que os elementos do texto têm em comum, preocupando-se com o sentido contido no texto, bem como as diferenças de sentido entre um texto e outro, e não em enumerar a ocorrência de um mesmo signo linguístico (palavra) que se repete com frequência. Essa técnica é composta de três grandes etapas: pré-análise, que consiste na organização do material e formação de hipóteses; exploração do material, que se trata da codificação dos dados e tratamento dos resultados e interpretação.¹⁵



Os nomes dos sujeitos do estudo foram mantidos em sigilo, e seus discursos identificados por denominações A1, A2, A3, CA, HE, J, JF, MA, RO, R1, R2, visando à proteção de sua identidade/sigilo/anonimato garantida pelo TCLE.

Foi feita uma avaliação da efetividade da intervenção por meio dos discursos dos participantes no decorrer da ação educativa no que diz respeito às mudanças que foram efetivadas e às intenções de mudanças na alimentação.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Dos 193 frequentadores do RPI e 164 do RPIV, selecionados na entrevista, 13 frequentadores do RPI e 8 do RPIV aceitaram participar da intervenção.

Dos 21 participantes dos dois estabelecimentos que concordaram em participar da pesquisa, apenas 14 permaneceram. Destes, verificou-se predominância de indivíduos do sexo masculino (92,85%) com a idade média de 37 anos, variando entre 24 e 51 anos; escolaridade média (35,71%), com ocupação formal (71,43%); situação conjugal solteiros/divorciados (57,14%) e realizavam suas refeições no RP quatro ou mais vezes por semana (64,28%).

Após a transcrição e exploração do material, emergiram 4 (quatro) categorias: (1) Telenovela: cenas, personagens e ambiente; (2) Alimentação Adequada e Saudável: dúvidas e conhecimentos trazidos; (3) Dificuldades e intenções de mudanças na alimentação; (4) Telenovela como estratégia educativa: aprendizado e possibilidades de ampliação.



Telenovela: cenas, personagens e ambiente

Nessa categoria estão os discursos dos participantes acerca das (1) cenas, dos (2) personagens colocados em evidência, de acordo com as suas impressões acerca da telenovela e das questões norteadoras sobre alimentação e nutrição, bem como o (3) ambiente que envolve esses personagens.

Com relação às cenas, os participantes recordam da cena em que Diva necessita fazer mudanças em sua alimentação devido a um acontecimento traumático que a levou a um atendimento de emergência e internação (Figura 1).

A gente só acorda quando passa mal, igual ela passou e foi parar no hospital (Participante RO).

Ela entendeu que estava faltando fazer o consumo das frutas ali e ela comentou, mas só que ela, na minha opinião, só estava comentando, não estava praticando... (Participante J).

Nos discursos relacionados, percebe-se a experiência estética que é aquela que se caracteriza por marcar e afetar o sujeito pela intensidade das sensações e emoções produzidas. Existem situações que emergem da vida cotidiana, como o acontecimento traumático ocorrido com Diva, que fez com que ela não se apresentasse como um conjunto de fatos banais e corriqueiros, mostrando-se como entrecortada por experiências marcantes, que, por sua estranheza e diferença, forçaram o pensamento. Para Dewey,⁶ a experiência estética liga-se à concepção de educação, uma vez que esta é um processo de reconstrução da

experiência – aqui entendida como “sofrer algo”, “passar por algo”, deixando-se afetar por qualquer sensação que esta vivência possa trazer: seja de alegria, tristeza, dor ou prazer.⁶

Figura 1 – Cena do profissional de saúde fazendo recomendações a Diva no hospital. Belo Horizonte/MG, 2023



Fonte: Filgueiras¹².

No que diz respeito aos personagens, os discursos dos participantes apontaram modos de agir, traços de personalidade, suas percepções sobre alimentação. Marcos é compreendido como “saudável” e Júlia “não saudável”, assim como sua mãe Diva. Mencionam ainda as relações que os personagens estabeleceram entre si. É importante salientar que cada indivíduo responde à realidade com base na compreensão que tem de si mesmo, ou seja, a partir da experiência vivida dentro da sua realidade, que nada mais é que a sua vida presente, e que, de acordo com o significado que lhe é concedido, forma uma unidade com a pessoa.¹⁶

E ele (Marcos) já aprendeu o certo né? Fazer exercício e tudo, não precisou passar por uma situação difícil igual a dela (Diva) (Participante HE).

Achei interessante quando o rapaz tentou mostrar para a moça que a saúde é importante, mas o problema foi o jeito dele [...] Toda hora ele cobrava, tentava... e isso quase atrapalhou o relacionamento dele com a namorada (Participante MA).

Eu acho que a menina, Júlia, comer pipoca com maionese e ketchup não engorda, não. Nunca vi isso! Eu como pão e não sou exagerado. Ela tem o corpo normal (Participante A3).

Tinha fruta lá, mas ela não comeu. Acho que era pera (Participante A2).

A telenovela, ao trazer os personagens Marcos, Júlia e Diva, de certa forma opostos em termos de comportamento, contribui para o envolvimento e identificação dos sujeitos espectadores, seja por meio dos “extremos”, pelo “entre”, seja pelo “caminho do meio”. É possível observar, no entanto, que a percepção dos participantes sobre esses personagens permanece polarizada, bem como suas diferenças pessoais e ideológicas. Isso talvez se justifique pelo tempo de contato com a telenovela, o qual pode não ter sido suficiente para identificar as rupturas, as falhas de um e a qualidade dos outros personagens.

As relações entre os personagens Marcos e Júlia e a mudança de percepção ocorrida em cada um deles revelam a importância de ouvir, escutar o outro, dentro das relações interpessoais, uma vez que saber escutar é importante e essencial nas práticas educativas, pois se passa a falar com o sujeito, “alvo da educação”, e não a falar para ele, como se o educador fosse detentor da verdade a ser transmitida.¹⁷

Nesse contexto, podemos enxergar Marcos como o educador que queria transmitir seus conhecimentos a Júlia, educanda, mas que não possuía a capacidade de ouvir. Somente com a mudança da trama, juntamente com o surgimento das “posturas” necessárias para o saber escutar, definidas por Freire (humildade, amorosidade aos educandos e tolerância),¹⁷ os personagens conseguiram chegar ao “caminho do meio”.

No começo da telenovela, ele queria impor pra ela que ela seguisse a ideia dele. [...] E ela, no decorrer do tempo, da telenovela, foi havendo as mudanças, mas pra ele e pra ela, ela continuou achando ele radical e ele que ela não importava com a saúde. E precisou de alguém chegar naquele meio ali e mostrar que houve a mudança. Aquele rapaz aí intermediando, mas na verdade as ideias dela mais as dele já tinham cedido. Com a presença do rapaz ou não, daquele que interferiu, eles iam perceber que, se escutassem um ao outro, acaba acontecendo alguma mudança (Participante J).

A respeito do ambiente em que os personagens estão inseridos, a dualidade de suas práticas alimentares e estilo de vida leva os participantes a perceberem o ambiente em que estão inseridos.

No bar eu percebi que não tinha uma folha (hortaliça) naquela mesa. Você só via comida assim, parecia, provavelmente fritas. Não existia um arroz lá, uma verdura. Eu entendi o seguinte: pra todo lugar que você vai, você leva sua cultura, você leva seu jeito de ser. Você vai para um lugar diferente você leva seu hábito de alimentar. Você vai pra festa, você faz extravagância, chega lá, se você já tem o hábito de comer gordura, lá na frente não vai ser diferente. Aon-



de a gente vai não deixa em casa a ignorância. Você vai com ela, o modo de ser. Onde você vai, seu hábito você leva também. Você pode quebrar os bons hábitos também. Você vai pra uma festa, começa a comer lá gordura, salgado, você vai para outra cultura, que você vai colocar na sua vida, que vai mudar e vai invadir seu modo de alimentar (Participante J).

Os participantes apresentaram uma visão crítica que os leva a refletir, a construir uma nova visão e a tomar uma decisão consciente acerca do seu modo de viver e suas escolhas alimentares. Deparam-se assim com uma problematização de sua realidade, uma vez que têm consciência e executam uma ação, ou seja, são capazes de transformar a sua realidade.¹⁷

Alimentação Adequada e Saudável: dúvidas e conhecimentos trazidos

Nesta categoria estão agrupados os discursos dos participantes que dizem respeito à Alimentação Adequada e Saudável, nos moldes do “Guia Alimentar para a População Brasileira”,¹⁴ bem como as suas dúvidas e conhecimentos acerca da alimentação saudável.

Percebeu-se que os participantes refletiram sobre sua realidade, o que sabiam acerca da alimentação saudável e as suas dúvidas em relação a esse tema. Nesse sentido, foi possível construir conhecimentos relacionados à alimentação de maneira consciente, por meio do diálogo que foi formado entre eles e a nutricionista.¹⁷ Segundo Paulo Freire,¹⁷ por meio do diálogo é possível problematizar o próprio conhecimento, que se relaciona com a realidade do sujeito, para assim compreender, explicar e transformar essa realidade. Ao refletir e denunciar o mundo em que vivem, os participantes começaram a agir em direção a sua transformação.¹⁷

Ao pensar em sua realidade, os participantes levantam suas dúvidas e conhecimentos sobre os 10 passos para a alimentação saudável, entre eles: utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias; limitar o consumo de alimentos processados; evitar o consumo de alimentos ultraprocessados e ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais.¹⁴

Macarrão não é bom comer junto com o arroz, no mesmo dia? (Participante JF).

Os sucos artificiais também são parecidos com o refrigerante? (Participante R2).

Por exemplo, tem produtos que vêm escrito zero gorduras trans, mas falam que eles também têm muita gordura! Está certo? (Participante HE).

Tem-se, ainda, os discursos que revelaram os conhecimentos sobre os seguintes passos para alimentação saudável, tais como: fazer de alimentos *in natura* ou minimamente processados a base da alimentação; utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias; evitar o consumo de alimentos ultraprocessados; comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia.



Tem que ressaltar que o arroz é um alimento universal, quase toda cultura tem o arroz (Participante R1).

A gente tem que evitar o sódio pra evitar a pressão alta (Participante R2).

Os conservantes e os corantes que faz a Coca-Cola ficar deliciosa é um veneno pra todo mundo (Participante R2).

Se você toma um café de manhã e no intervalo você come uma fatia de melão já é um lanche, não quer dizer que você tem que empanturrar nas 5 refeições. Mas você tem que comer bem no almoço (Participante JF).

Os sujeitos normalmente têm um conhecimento sobre alimentação saudável que pode ser atribuído à constante veiculação de assuntos relacionados à alimentação e nutrição por diferentes influências, como os meios de comunicação, bem como as revistas, os profissionais de saúde, a mídia, o ambiente em que vivem.¹⁸ Nota-se que o poder de autonomia de escolha dos alimentos, muitas vezes, é mediado por essas e outras influências, sem esquecer da ampla oferta de alimentos e preparações alimentares. Nesse caminho de conhecimento e reconhecimento sobre a alimentação saudável, dúvidas são levantadas. Ao ter contato com estratégias problematizadoras, gera-se um impacto nas “dimensões que o indivíduo pode definir e alterar com aquelas que o ambiente determina e possibilita”¹.

Dificuldades e intenções de mudanças na alimentação

Nesta categoria estão dispostos os discursos relacionados a dificuldades para se alimentar de maneira saudável, bem como as intenções de mudanças alimentares. Os participantes tiveram a chance de pensar a respeito de seu modo de vida, experiências e influências ao longo da vida. Ou seja, seus conhecimentos, informações, significados, representações, opiniões e valores que refletiam o seu modo de comer e de se relacionar com a alimentação.^{19,20}

Os participantes apontaram como dificuldades para se ter uma alimentação saudável: a falta de tempo para o preparo dos alimentos em casa, a praticidade dos alimentos processados e ultraprocessados e a falta de acesso a alimentos saudáveis. Essas dificuldades perpassam os passos para a alimentação saudável, sendo eles: comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia; e planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece.

É uma questão de ter que sair pra trabalhar, não dá pra sair carregando. Além disso, você não encontra também no mercado perto alimentação de fácil acesso. Então você fica com um café, com fruta, com biscoito (Participante R1).

Porque às vezes eu estou trabalhando e não dá tempo. Você esquece. Você não tem como carregar. Quem está trabalhando, igual, a gente mexe muito com parte elétrica, essas coisas, não tem como ficar carregando a alimentação. A gente preocupa com o serviço e esquece o resto que tem de fazer (Participante A3).

A falta de tempo para planejar, comprar, preparar e cozinhar alimentos saudáveis é a principal queixa dos indivíduos para se ter uma alimentação salutar.^{21,22,23} E essa falta de tempo leva à procura por praticidade dos alimentos processados e ultraprocessados. Por outro lado, a falta de acesso a alimentos



saudáveis está, muitas vezes, ligada ao ambiente alimentar em que o indivíduo está inserido, e esse ambiente determina o acesso aos alimentos,²⁴ bem como suas escolhas alimentares.

Quanto aos participantes fazerem mudanças em sua alimentação, os discursos mostraram que os sujeitos foram afetados pela intensidade das sensações e emoções produzidas pela telenovela, por meio de situações que emergiram da vida cotidiana permeada por diferentes experiências que forçaram o pensamento. E ao forçar o pensamento, os indivíduos experimentaram a natureza educativa da experiência estética. Dessa forma, os indivíduos que viveram essa experiência estética a utilizarão para criar a própria experiência, o que a potencializa como um ato de recriação significativa.^{5,6}

Eu já estou refletindo bastante! Na minha casa a gente vai eliminar Sazon (Participante R2).

Eu estou tentando colocar uma fruta na parte da tarde que eu não comia, aí eu estou tentando também mudar meu hábito (Participante RO).

Vejo uma fritura aí já penso que aquilo ali, igual você falou, que dá problema do coração, aí lembro naturalmente da reunião que tive aqui (Participante HE).

Como experimentação estética, a telenovela caracterizou-se por emitir signos, entendendo-os como aqueles em que o objeto emite uma qualidade sensível, por exemplo, um odor, uma estética, uma impressão.²⁵ Esses signos estão associados a linhas ou variações do tempo, como os signos mundanos, amorosos, sensíveis e artísticos, que, por sua vez, encontram-se associados a caminhos diversos da aprendizagem.

Os signos mundanos participam mais ativamente de um tempo que se perde, são os primeiros signos, dos diálogos, das cenas, por exemplo, provenientes da telenovela. Denotam um tempo desperdiçado e superficial, mas que permitem um espaço de possibilidades. Já os signos amorosos são aqueles enganosos, do tempo perdido, que permitem o diferenciar-se de si mesmo.

Os signos sensíveis são aqueles em que o objeto emite uma qualidade sensível, seja uma estética, seja um odor, seja uma qualidade da natureza, seja uma impressão. Estes signos são traduzidos e interpretados por meio da memória involuntária e associa-se ao tempo redescoberto. Por fim, os signos da arte são aqueles que reagem sobre todos os outros signos. São os signos da criação, dos movimentos próprios, que mobilizam o ato de pensar, e que possibilitam a aprendizagem, uma vez que transformam o aprendizado em uma forma de ver, sentir e mover-se no mundo, que é própria.⁵ Estão, portanto, implicados na produção de novos modos de subjetivação.

Telenovela como estratégia educativa: aprendizado e possibilidades de ampliação

Nesta categoria estão dispostos os discursos que emergiram sobre a intervenção educativa. Os conteúdos desses discursos foram agrupados em subcategorias em razão das reflexões levantadas, sendo elas: (1) o emprego da telenovela como estratégia educativa; (2) o aprendizado e (3) a participação na experiência educativa e possibilidades de sua ampliação.



Com relação ao emprego da telenovela como estratégia educativa, os relatos trazidos revelaram a análise da telenovela como ferramenta educativa, capaz de sensibilizar os espectadores, e o seu uso como um material didático, em que se trabalha com o sentido da visão, capaz de instruir na gestão da alimentação.

Se for analisar a telenovela com a vida da gente, a gente se relaciona com a telenovela também, porque o que acontece ali acontece com a gente também (Participante A2).

... A telenovela você tem que trabalhar com o olho, prestar atenção pra ver. A telenovela é a matéria que você (educadora) está passando pra nos instruir a administrar os alimentos da melhor forma possível. Junto com a telenovela também vem o ouvido, em que você (educadora) foi falando e nós também. Quando você ouve o outro, aí já não é tão radical e acaba juntando. Nos debates, cada um dando a sua opinião, isso tudo enriqueceu o curso. Veio pra enriquecer nosso conhecimento... (Participante J).

Pode-se constatar que a telenovela se constituiu em uma estratégia pedagógica em que os participantes foram levados a pensar sobre suas experiências e atribuíram sentido ao que são, fazem, pensam ou sentem, cada um a sua maneira, uma vez que ela criou um espaço comum e de diálogo entre Marcos e aqueles que se identificam com ele e, do mesmo modo, com Júlia. A telenovela favoreceu o processo de identificação e permitiu reflexão, aprendizagem e (re)significação de experiências. Nesse espaço, situado entre o imaginário e o concreto, significados puderam ser negociados, signos foram decifrados e interpretados, processos de reflexão sobre si mesmo foram forjados, futuras experiências puderam ser projetadas e mudanças planejadas.⁶

No que diz respeito ao aprendizado, pôde-se observar que os discursos dos participantes diziam respeito à forma como o processo de aprendizado se deu em ações educativas e os seus desdobramentos.

Tudo o que a gente vê e ouve aqui, mesmo que a gente não mude imediatamente, mas a gente fica refletindo sobre o assunto e aí eu vejo uma grande importância desse trabalho de vocês (Participante R2).

Cada um de nós vai levar o que entendeu diferente do que ela falou. Cada um modificou na sua mente o que prestou atenção. Cada um de nós está modificando a maneira de ver as coisas, de entender. Quando você recebe uma informação nunca mais é o mesmo. Tem uma coisa que eu aprendi com uma “menina” numa palestra de um curso uma vez. Ela sempre falou: – quando você vem num encontro, você nunca mais é o mesmo, por mais que sua cabeça tá lá fora (Participante MA).

A telenovela como uma estratégia pedagógica de educação alimentar e nutricional afetou os frequentadores dos restaurantes populares, e as análises revelaram que o encontro com os signos da telenovela permitiu a ocorrência de fenômenos no campo da aprendizagem humana que, no conjunto, se relacionam aos processos de aprendizagem inventiva e cognitiva.

Quando se lança mão destes conceitos para buscar compreender o processo de aprendizagem ocorrido, marca-se uma ruptura com a via de interpretação, segundo a qual aprende-se em primeiro lugar pela inteligência



– funcionamento que precede e engendra a lógica construtora do mundo, sendo concebido como a totalidade das estruturas mentais que o organismo tem à disposição em determinado período do desenvolvimento e que tem por função essencial estruturar o universo.²⁶ Propõe-se, então, um caminho em outra direção, em que a precedência não se encontra mais na inteligência, mas na coação ou no acaso. Nesta perspectiva, o pensamento implica um encontro com algo que força a pensar e a procurar o que é verdadeiro e que somente a arte, na sua potência de atormentar, perturbar, interrogar vitalmente, é capaz de suscitar.²⁷

A respeito da última subcategoria, os participantes relataram a participação na experiência educativa, acesso à informação e possibilidades de sua ampliação.

Isso que você (educadora) traz é uma informação que a gente não escuta lá fora (Participante A1).

Eu acho que esse curso que você está dando pra nós deveria ter pelo menos uns seis meses, né? Esse trabalho que vocês fazem aqui seria bom se tivesse muita gente. Agora eu estava pensando num negócio, daqueles personagens com quem nos identificamos, porque quando nós sairmos daqui, lá fora a gente vai fazer o papel daquele ali (Marcos). Quero dizer, você vai ser radical com aqueles que não têm informação? (Participante J).

Não é que a pessoa não vem, é preciso desenvolver e criar essa cultura, você tem que fazer uns projetos pra isso. Só queria falar com você que a gente podia desenvolver esse projeto, de fazer lá embaixo, ter uma aparelhagem maior (Participante R1).

Ao favorecer a aprendizagem e a (re)significação de experiências, a telenovela demonstrou o seu potencial pedagógico, configurando-se em uma experiência educativa. Ao relatar experiências dos personagens com as quais os espectadores se identificaram, a telenovela acabou por oferecer situações a serem vivenciadas pelos participantes. Segundo Dewey,⁶ as experiências educativas são aquelas que promovem o alargamento e crescimento da experiência anterior dos indivíduos.

Uma experiência educativa, de acordo com o princípio da interação, caracteriza-se por articular condições externas, objetivas, do ambiente exterior, que sejam capazes de potencializar as condições internas e subjetivas das pessoas. Para se ter uma experiência educativa não é preciso hora ou lugar, basta que a interação ocorra de forma provocativa, de modo que a pessoa que vive não se feche para as experiências futuras, mas que queira sentir novos gostos ou não, que queira mudar os hábitos ou não, com o objetivo de manter aberto o leque de possibilidades.⁶

Desta maneira, percebeu-se a capacidade da telenovela em entrelaçar a história dos sujeitos com a história dos personagens, de fazer com que aquele que assiste se coloque dentro da narrativa em um mundo imaginário, em que ele pode interagir com o produto de sua imaginação,²⁸ possibilitando que cada indivíduo tenha o seu “esbarrão”, cada um, que se colocou no lugar de Marcos e Júlia, pode assim como eles viver uma situação que crie experiências válidas.



Ao final da intervenção educativa os participantes mostraram-se confiantes para levar o conhecimento adquirido adiante e de compartilhá-lo, seja com a família, seja com amigos, ou no local de trabalho. Novos formatos para a telenovela foram sugeridos, tais como: a maior frequência e tempo de duração da intervenção, maior número de participantes e aparelhagem, além da mudança de local para a intervenção.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo alcançou o objetivo de identificar o efeito de uma intervenção educativa alimentar e nutricional com o emprego de uma telenovela junto aos frequentadores de restaurantes populares de Belo Horizonte/MG. A análise empreendida junto aos participantes da pesquisa, os frequentadores dos restaurantes populares Herbert de Souza e Dom Mauro Bastos, mostrou que eles vivenciaram, por meio da telenovela, uma experiência educativa que favoreceu a aprendizagem, a reflexão e a (re)significação de experiências acerca da sua alimentação.

A intervenção educativa, mediada pela telenovela, caracterizou-se por marcar e afetar os sujeitos pela intensidade das sensações e emoções produzidas. Além disso, auxiliou na compreensão da realidade objetiva, ao mesmo tempo que incidiu sobre a dimensão subjetiva, e traduziu-se em uma estratégia potente para superar as dificuldades inerentes às práticas educativas tradicionais, superficiais e fragmentadas, ainda presentes na atualidade.

No contexto da SAN, a relevância do presente estudo aponta-se na possibilidade de oferecer subsídio, por meio da estratégia da telenovela, para as ações de EAN, no âmbito dos restaurantes populares, para a promoção de práticas alimentares saudáveis e para a garantia da SAN como um direito humano essencial, conforme preconizado nas diretrizes do Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas.

Sendo assim, sugere-se que esta estratégia seja utilizada em outros restaurantes populares de Belo Horizonte/MG, e futuramente em todo o Brasil, uma vez que se trata de um público em vulnerabilidade social e nutricional. Propõe-se, ainda, que as intervenções sejam realizadas em um grupo reduzido de indivíduos, a fim de favorecer um processo educativo mais interativo, participativo, dialógico, que permita a troca de conhecimentos entre os participantes.

Aconselha-se também que as intervenções sejam pautadas nas diretrizes do Marco de Referência de EAN para políticas públicas e em estudos epidemiológicos realizados no cenário dos restaurantes populares para promoção da SAN. É importante que após a visualização da telenovela seja feita uma discussão moderada pelas perguntas norteadoras e com a direção de um profissional capacitado: nutricionista ou pesquisador, graduado em Nutrição, ou por uma equipe multidisciplinar, com nutricionistas, educadores físicos, psicólogos, entre outros profissionais. Tais perguntas deverão ser formuladas com o intuito de possibilitar aos participantes o (re)conhecimento dos seus pensamentos, sentimentos e percepções relacionados à alimentação; ademais, com o objetivo



de propiciar a descoberta das diferentes opções disponíveis para alterar suas práticas alimentares, bem como para começar a planejar pequenas metas para mudança em seu comportamento alimentar. Nesse momento o condutor do processo educativo terá a oportunidade de motivar os participantes para que façam suas próprias mudanças na alimentação, procurem soluções para minimizar as barreiras, exercitando, dessa maneira, o seu pensamento crítico e reflexivo.

REFERÊNCIAS

- ¹ Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional; 2012. p. 14.
- ² Padrão SM, Aguiar OB. Restaurante popular: a política social em questão. *Physis*. 2018;28(3):e280319.
- ³ Godoy K. Insegurança alimentar domiciliar e estado nutricional nos restaurantes populares do Brasil: paradoxo ou convergência? Brasília. Dissertação (Mestrado) – Universidade de Brasília; 2012.
- ⁴ Bento IC. Perfil sociodemográfico, nutricional e psicossocial dos usuários dos restaurantes e refeitório populares de Belo Horizonte – MG: fundamento para a elaboração de uma Intervenção Educativa Alimentar e Nutricional. Belo Horizonte. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Minas Gerais; 2012.
- ⁵ Deleuze G. Proust e os signos. 2. ed. Piquet AC, Machado R, tradutores. Rio de Janeiro: Forense Universitária; 2010.
- ⁶ Dewey J. A Arte como experiência. Ribeiro V, tradutora. São Paulo: Martins Fontes; 2010.
- ⁷ Campbell DT, Stanley JC. Experimental and quasi-experimental designs for research on teaching. In: Gage, NL, ed. Handbook of research on teaching. Chicago. Rand McNally; 1963.
- ⁸ Bento IC, Filgueira JH, Abreu MNS, Pereira SCL, Gazzinelli MF. Fatores associados às fases de comportamento alimentar de usuários dos restaurantes populares em Belo Horizonte/MG – Brasil. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*. 2016;34:283-291.
- ⁹ Gomes MFS, Pereira SCL, Abreu MNS. Fatores associados à autopercepção de saúde dos idosos usuários dos restaurantes populares de Belo Horizonte. *Ciênc. Saúde Coletiva*; 2018; 23(11):4.007-4.019.
- ¹⁰ Afonso, ML, Abade FL, Akerman D, Marra C, Coelho S, Medrado KS, Paulino JR, Deolinda S, Pimenta C. Oficinas em dinâmica de grupo na área da saúde. 1. ed. Belo Horizonte: Editora Artesã; 2019.
- ¹¹ Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de dezembro de 2016. [Acesso em: 7 ago 2020]. Disponível em: conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf
- ¹² Filgueiras JH. Telenovela como estratégia de educação alimentar e nutricional para frequentadores de restaurantes populares de Belo Horizonte-MG. Belo Horizonte. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Minas Gerais; 2016.
- ¹³ Freitas ALS. Sulear as práticas: uma direção a partir do parentesco intelectual entre Paulo Reglus Neves Freire e Boaventura de Sousa Santos. *Educação Unisinos*. 2019;23(2):287-300.
- ¹⁴ Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2. ed. 1. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.
- ¹⁵ Bardin, L. Análise de conteúdo. 3ª reimpr. da 1ª edição. Reto LA, Pinheiro A, tradutores. São Paulo: Edições 70; 2016.



- ¹⁶ Solymos GMMB. Educação Alimentar e Nutricional – Fundamentos para a Realização de Intervenções em Nutrição e Saúde. In: Diez-Garcia RW; Cervato-Mancuso AM; Vannucchi, H, organizadores. Mudanças alimentares e educação nutricional. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2017.
- ¹⁷ Freire P. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Editora: Paz & Terra; Edição 60, 2019.
- ¹⁸ Oliveira-Costa MS de, Costa DRT da, Mendonça AVM, Renaud L. De que alimentação estamos falando? Discursos de jornalistas e análise de conteúdo de notícias populares. Interface, Botucatu. 2019;23:1-17.
- ¹⁹ Boog MCF. Educação alimentar e nutricional – para além de uma disciplina. In: Diez-Garcia R, Cervato-Mancuso AM, Vannucchi H. organizadores. Mudanças alimentares e educação nutricional. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2017.
- ²⁰ Diez-Garcia RW. Mudanças alimentares e a educação alimentar e nutricional. In: Diez-Garcia R, Cervato-Mancuso AM, Vannucchi H. organizadores. Mudanças alimentares e educação nutricional. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2017.
- ²¹ Bento IC, Sobrinho FM, Abreu MNS, Gazzinelli MF, Pereira SCL. Soup kitchen users' social representations of healthy eating associated with their household food security status. Rev. Nutr. 2016;29(2):229-240.
- ²² Kelly S, Martin S, Kuhn I, Cowan A., Brayne C, Lafortune, L. et al. Barriers and facilitators to the uptake and maintenance of healthy behaviours by people at mid-life: a rapid systematic review. PLoS One. 2016;11:e0145074.
- ²³ Munt AE Partridge SR, Allman-Farinelli M. The barriers and enablers of healthy eating among young adults: a missing piece of the obesity puzzle: a scoping review. Obes Rev. 2017;18(1):1-17.
- ²⁴ Flint E, Cummins S, Matthews S. Do perceptions of the neighbourhood food environment predict fruit and vegetable intake in low-income neighbourhoods? Health & Place. 2014;24:11-15.
- ²⁵ Barros GAB, Munari SR, Abramowicz A. Educação, cultura e subjetividade: Deleuze e a Diferença. Revista Eletrônica de Educação. 2017;11(1):108-124.
- ²⁶ Piaget J. Biologia e conhecimento. 4. ed. Petrópolis, RJ: Vozes; 2000.
- ²⁷ Sordi RO. Proust-Deleuze: do aprendizado da vida ao aprendizado da arte. Arquivos Brasileiros de Psicologia. 2009;61(3):2-10.
- ²⁸ Villela LBRA. A televisão como campo de memória e representação social. Fronteiras: Revista Catarinense de História. 2019;33:6-25.



**Todo conteúdo da Revista Contexto & Saúde está
sob Licença Creative Commons CC - By 4.0**