

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA)



COLETÂNEA DE EXPERIÊNCIAS DE  
MULTIPLICAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA  
**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL,  
PRÁTICA DE ATIVIDADE  
FÍSICA E PREVENÇÃO  
DE CÂNCER**





MINISTÉRIO DA SAÚDE

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA)

COLETÂNEA DE EXPERIÊNCIAS DE  
MULTIPLICAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA  
**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL,  
PRÁTICA DE ATIVIDADE  
FÍSICA E PREVENÇÃO  
DE CÂNCER**

Rio de Janeiro, RJ  
INCA  
2017



Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons – Atribuição – Não Comercial – Compartilha igual 4.0 Internacional. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.

Esta obra pode ser acessada, na íntegra, na Biblioteca Virtual em Saúde Prevenção e Controle de Câncer (<http://controlecancer.bvs.br/>) e no Portal do INCA (<http://www.inca.gov.br>).

Tiragem: 4.500 exemplares

### Elaboração, distribuição e informações

MINISTÉRIO DA SAÚDE  
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA (INCA)  
Coordenação de Prevenção e Vigilância  
Unidade Técnica de Alimentação, Nutrição e Câncer  
Rua Marquês de Pombal, 125 / 6º andar  
Centro – Rio de Janeiro – RJ  
Cep 20230-240 / Tel.: (21) 3207-5500  
E-mail: [alimentacao@inca.gov.br](mailto:alimentacao@inca.gov.br)  
[www.inca.gov.br/alimentacao](http://www.inca.gov.br/alimentacao)

### Organizadores

Maria Eduarda Leão Diogenes Melo  
Thainá Alves Malhão  
Luciana Grucci Maya Moreira  
Sueli Couto  
Fábio Gomes

### Equipe de Elaboração

Carolina Netto Rangel  
Rebecca Louise Nunn

### Apoio

Organização Panamericana da Saúde (OPAS)  
Centro de Estudos, Pesquisa e Desenvolvimento Tecnológico em Saúde Coletiva (CEPESC)

Impresso no Brasil / Printed in Brazil  
Fox Print

### FICHA CATALOGRÁFICA

159c	Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Coordenação de Prevenção e Vigilância.  Coletânea de experiências de multiplicação para a promoção da alimentação saudável, prática de atividade física e prevenção de câncer / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Coordenação de Prevenção e Vigilância; organização de Maria Eduarda Leão Diogenes Melo, et al. Rio de Janeiro: Inca, 2017.  80 p.: il. color.  ISBN 978-85-7318-334-4 (versão impressa) ISBN 978-85-7318-335-1 (versão eletrônica)  1. Neoplasias - prevenção & controle. 2. Nutrição. 3. Exercício. 4. Promoção da Saúde. I. Melo, Maria Eduarda Leão Diogenes. II. Malhão, Thainá Alves. III. Moreira, Luciana Grucci Maya. IV. Título.
------	--

CDD 614.5994

Catálogo na fonte – Serviço de Educação e Informação Técnico-Científica

### Títulos para indexação

Em inglês: Collection of multiplication experiences to promote healthy eating, physical activity and cancer prevention  
Em espanhol: Recopilación de experiencias de multiplicación para la promoción de la alimentación saludable, práctica de actividad física y prevención del cáncer

### Edição

COORDENAÇÃO DE ENSINO  
Serviço de Educação e Informação Técnico-Científica  
Setor de Edição e Informação Técnico-Científica  
Rua Marquês de Pombal, 125  
Centro – Rio de Janeiro – RJ  
Cep 20230-240  
Tel.: (21) 3207-5500

### Edição e Produção Editorial

Christine Dieguez

### Copidesque e Revisão

Rita Rangel de S. Machado  
Sara Sabino Pereira (estagiária de Letras)

### Capa, Projeto Gráfico e Diagramação

Mariana Fernandes Teles

### Normalização Bibliográfica e Ficha Catalográfica

Marcus Vinícius Silva (CRB 7 / 6619)  
Apoio OPAS: Carta acordo nº SCON2016-03048

# AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos coordenadores das Áreas Técnicas de Alimentação e Nutrição dos Estados e aos participantes das oficinas que nos enviaram os relatos de suas experiências.



# SUMÁRIO

<b>AGRADECIMENTOS .....</b>	<b>3</b>
<b>LISTA DE ILUSTRAÇÕES .....</b>	<b>9</b>
<b>LISTA DE SIGLAS .....</b>	<b>11</b>
<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>13</b>
<b>OS RELATOS DE EXPERIÊNCIA DOS MULTIPLICADORES.....</b>	<b>17</b>
<b>Região Norte .....</b>	<b>19</b>
Oficina culinária Paraense na prevenção de câncer .....	19
Dia da qualidade de vida .....	20
<b>Região Sudeste.....</b>	<b>21</b>
Atividades educativas contínuas sobre o câncer.....	21
Oficinas comida de verdade na feira.....	22
Dicas para sua alimentação - o que você precisa saber sobre alimentação e prevenção do câncer.....	23
Inclusão da prevenção de câncer nas ações da equipe de nutrição de Quissamã.....	24
Jogos e café da manhã coletivo no Dia Nacional de Combate ao Câncer em Mesquita.....	25
Juntos contra o câncer!.....	26
<b>Região Centro-Oeste .....</b>	<b>27</b>
Desdobramentos e ações potencializadas pela Oficina de Capacitação de Multiplicadores .....	27
Ação em comemoração à Semana Mundial de Alimentação Saudável .....	29

Semana Mundial de Alimentação Saudável: o clima está mudando. A alimentação e a agricultura também.....	30
Demonstração da qualidade dos alimentos industrializados .....	33
Alimentos funcionais na prevenção do câncer – Outubro Rosa.....	33
Alimentação e prevenção de câncer na I Mobilização Outubro Rosa.....	34
O caminho da saúde.....	35
Coletânea de experiências realizadas pelos multiplicadores que participaram das <i>Oficinas de Capacitação de Multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer</i> .....	37
Educação alimentar e nutricional: promoção de práticas alimentares saudáveis.....	38
Concurso de receitas saudáveis na Escola Municipal Professor Raimundo no Município de Paraúna .....	40
Capacitações sobre alimentação saudável na prevenção de câncer em Goiás .....	42
Saúde em movimento: os grupos de atividade física no município de Caiapônia.....	43
Roda de conversa com equipe da ESF em Inhumas.....	44
Avaliação e monitoramento da atuação de nutricionistas na Atenção Básica no Distrito Federal .....	45
<b>Região Nordeste.....</b>	<b>46</b>
Prevenção do câncer de próstata no município de Lagoa do Carro .....	46
Nutrição e câncer: medidas de prevenção do câncer.....	47
Atividade de educação alimentar para prevenção de DCNT (câncer, diabetes, hipertensão arterial) e promoção da saúde .....	48
Estratégias de prevenção do câncer por meio da alimentação e nutrição para agentes indígenas de saúde em Pernambuco .....	49
Secretaria de Estado da Saúde de Alagoas capacitando novos multiplicadores .....	51

Alimentação e atividade física na prevenção do câncer de mama .....	52
Alimentação saudável e atividade física no Núcleo de Tratamento ao Fumante e na Academia da Saúde.....	52
A prevenção de câncer: entrando na dança do Programa Chapéu de Palha.....	53
Semana de combate ao câncer no município de Passira.....	55
Cuidando de quem cuida .....	56
Prevenção de câncer no município de Araripina .....	57
Rodas de conversa sobre alimentação e atividade física no município de Vicência.....	58
Planejamento conjunto para a prevenção de câncer em todas as atividades em Olinda.....	59
Capacitação das equipes da Atenção Básica à Saúde em Camaragibe.....	59
<b>Região Sul .....</b>	<b>60</b>
Um dia sobre a segurança de alimentos: do campo a mesa (e em todos os lugares) .....	60
<b>A EXPERIÊNCIA DE SISTEMATIZAR.....</b>	<b>63</b>
<b>Introdução .....</b>	<b>65</b>
<b>Procedimentos Metodológicos .....</b>	<b>65</b>
Objetivo: para quê sistematizar? .....	65
Delimitando o objeto de pesquisa: quais experiências sistematizar? .....	66
Eixo de sistematização e questões norteadoras: quais aspectos centrais interessam mais? ...	66
Materiais analisados: que fontes de informação se tem? .....	67
Procedimentos e estratégia metodológica: quais procedimentos foram adotados e em que momento? .....	67
Reconstrução histórica: recuperação do processo vivido, da história da experiência e ordenação e classificação da informação .....	69

Reflexões de fundo: os processos de análise e síntese e a trajetória das experiências de multiplicação.....	69
Pontos de chegada: aprendizados, sugestões e propostas.....	73
Considerações Finais.....	76
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>79</b>

# LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1. Cartilha <i>Culinária saudável na prevenção do câncer</i> .....	19
Figura 2. Ações do <i>Dia da qualidade de vida</i> em Palmas, Tocantins .....	21
Figura 3. Cartaz <i>Hábitos saudáveis, atividade física e alimentação</i> .....	22
Figura 4. Atividade da <i>Cozinharte Brasil</i> no Rio de Janeiro, Rio de Janeiro .....	23
Figura 5. Folder <i>Dicas para sua alimentação</i> .....	23
Figura 6. Ações de prevenção de câncer em Quissamã.....	25
Figura 7. Folheto para a ação <i>Juntos contra o câncer!</i> .....	27
Figura 8. Plantas alimentícias não convencionais na Semana Mundial de Alimentação Saudável do Mato Grosso do Sul.....	30
Figura 9. Atividade sobre consumo de alimentos na Semana Mundial de Alimentação Saudável do Mato Grosso do Sul.....	32
Figura 10. Ação com mulheres sobre prevenção de câncer em Campo Grande, Mato Grosso do Sul.....	34
Figura 11. Atividade na <i>I Mobilização Outubro Rosa</i> em Amambai, Mato Grosso do Sul.....	35
Figura 12. <i>O caminho da saúde</i> , atividade realizada em Dourados, Mato Grosso do Sul.....	36
Figura 13. Atividade sobre alimentação na prevenção de câncer em Campo Grande, Mato Grosso do Sul.....	38
Figura 14. Concurso de receitas saudáveis em Paraúna, Goiás .....	42
Figura 15. Ação sobre prevenção do câncer de próstata em Lagoa do Carro, Pernambuco.....	46
Figura 16. Atividade de educação alimentar em Coruripe, Alagoas.....	48
Figura 17. Oficina de capacitação para agentes indígenas de saúde em Recife, Pernambuco.....	50

Figura 18. Atividade de educação alimentar em Palmeira dos Índios, Alagoas.....	53
Figura 19. Elaboração do <i>Cardápio dos Deuses</i> em Vicência, Pernambuco.....	59
Figura 20. Estande do <i>Circuito do Campo a Mesa</i> em Porto Alegre, Rio Grande do Sul .....	61

## LISTA DE SIGLAS

ACS – Agentes comunitários de saúde

AIS – Agentes indígenas de saúde

Aisan – Agentes Indígenas de Saneamento

Asman – Associação Sul-mato-grossense de Nutricionistas

Caisan – Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional

CMEI – Centro Municipal de Educação Infantil

Conab – Companhia Nacional de Abastecimento

Conprev – Coordenação de Prevenção e Vigilância

Consea/MS – Conselho Estadual de Segurança Alimentar e Nutricional do Mato Grosso do Sul

Cras – Centro de Referência de Assistência Social

CRN-3 – Conselho Regional de Nutricionistas da 3ª Região

CRN-6 – Conselho Regional de Nutricionistas da 6ª Região

CSC – Centro de Saúde Comunitário

Dant – Doenças e Agravos não Transmissíveis

DCNT – Doenças Crônicas não Transmissíveis

DSEI – Distrito Sanitário Especial Indígena

DST – Doenças Sexualmente Transmissíveis

Emater – Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural

ESF – Estratégia Saúde da Família

Gean – Gerência Estadual de Alimentação e Nutrição

Genut – Gerência de Nutrição

GM/MS – Gabinete Ministerial do Ministério da Saúde

HPV – Papilomavírus humano

IMC – Índice de Massa Corporal

Inad – Instituto de Nutrição Annes Dias

INCA – Instituto Nacional do Câncer José Alencar Gomes da Silva

Nasf – Núcleo de Apoio à Saúde da Família

PCP – Programa Chapéu de Palha

SES/AL – Secretaria de Estado da Saúde de Alagoas

SES/DF – Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal

SES/MS – Secretaria de Estado de Saúde de Mato Grosso do Sul

SES/RS – Secretaria Estadual de Saúde do Rio Grande do Sul

Sesc – Serviço Social do Comércio

Sisvan – Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional

SUS – Sistema Único de Saúde

UBS – Unidades Básicas de Saúde

UBSF – Unidade Básica Saúde da Família

Utanc – Unidade Técnica de Alimentação, Nutrição e Câncer

# INTRODUÇÃO

O câncer faz parte do grupo das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), que atualmente são a principal causa de morte no Brasil. Ao contrário do que aponta o senso comum, os genes herdados da família representam apenas de 5% a 10% dos casos, sendo os fatores ambientais e os modos de vida as principais causas da doença (INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA, 2012).

Nesse contexto, ressalta-se que, para os cânceres mais comuns no Brasil, cerca de um terço poderia ser prevenido caso os padrões alimentares mais saudáveis e a prática de atividade física fossem adotados pela população. No entanto, isso envolve múltiplos fatores para além dos aspectos individuais, como os socioculturais, ambientais, econômicos etc.

Nessa perspectiva, a Unidade Técnica de Alimentação, Nutrição e Câncer (Utanc), da Coordenação de Prevenção e Vigilância (Conprev) do Instituto Nacional do Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA), desenvolve ações nacionais que visam a estabelecer e/ou ampliar o reconhecimento social da relação entre alimentação, nutrição e desenvolvimento de câncer. Tal relação ainda é desconhecida por uma grande parcela da população, incluindo profissionais que atuam no Sistema Único de Saúde (SUS).

No âmbito das ações educativas e em consonância com a Política Nacional de Prevenção e Controle de Câncer (Portaria do Gabinete Ministerial do Ministério da Saúde – GM/MS nº 874, de 16 de maio de 2013), a Política Nacional de Alimentação e Nutrição e o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das DCNT no Brasil, de 2011 a 2022, a Utanc tem desenvolvido, nos Estados brasileiros, desde 2009, *Oficinas de Capacitação de Multiplicadores para a Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer* para profissionais de saúde da Rede de Atenção Básica do SUS.

O desenvolvimento dessas oficinas ocorre em parceria com as áreas técnicas de alimentação e nutrição das secretarias estaduais de saúde com vistas à descentralização das ações para maior alcance e abrangência, de acordo com os preceitos do SUS.

O objetivo é capacitar profissionais que atuam na Rede de Atenção Básica do SUS, como multiplicadores de conhecimento em alimentação, nutrição, atividade física e prevenção de câncer, a fim de que eles incluam o tema nas suas atividades de rotina profissional e desenvolvam ações específicas no âmbito da Atenção Básica à Saúde.

Nesse contexto, a Estratégia Saúde da Família (ESF) tem um importante papel no redirecionamento do modelo de atenção à saúde no país, cuja operacionalização ocorre por meio da implantação de equipes multiprofissionais em unidades de Atenção Básica à Saúde.

Destaca-se a ampla abrangência de ações de saúde, individuais e coletivas, desenvolvidas pelas equipes da ESF, que atuam acompanhando famílias localizadas em um determinado território: a promoção e a proteção da saúde, a prevenção de agravos, o diagnóstico, o tratamento, a reabilitação, a redução de danos e a manutenção da saúde.

É sob a ótica da promoção da saúde e da prevenção de agravos que as equipes da ESF desenvolvem ações de alimentação e nutrição voltadas para a prevenção de DCNT. No entanto, essas ações são direcionadas à prevenção de doenças cardiovasculares e diabetes. Há ainda a necessidade de incluir a prevenção de câncer nessas abordagens.

Entre 2009 e 2016, foram realizadas oficinas em 14 unidades federativas, capacitando diversos profissionais de saúde, como nutricionistas, enfermeiros, agentes comunitários de saúde (ACS), educadores físicos e outros profissionais da ESF, além de gestores e técnicos de nível central. Tendo como base a educação crítico-reflexiva, métodos participativos foram utilizados no planejamento, na execução e no acompanhamento, permitindo a participação ativa dos multiplicadores no processo de ensino-aprendizagem e adequando a oficina às especificidades locais. Na maioria das atividades propostas, os participantes foram encorajados a refletir sobre formas de inserir o tema da prevenção de câncer em sua prática cotidiana e propuseram um plano de ação de multiplicação, com o compromisso de replicar esses conhecimentos compartilhados por meio de um termo assinado.

Destacam-se, neste documento, as experiências de multiplicação por Regiões do Brasil, desenvolvidas por profissionais de saúde que participaram das *Oficinas de Capacitação de Multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*. É importante registrar a necessidade

de ampliar essas iniciativas, com vistas ao fortalecimento das ações de prevenção de câncer por meio de alimentação, nutrição, atividade física no âmbito do SUS e da Rede de Multiplicadores para a Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer.

Nessa perspectiva, o objetivo desta publicação é favorecer o intercâmbio de experiências entre os multiplicadores, dar visibilidade ao trabalho desenvolvido por esses profissionais de saúde e estimular a reprodução e a criação de novas ações em outras localidades.

Além disso, esta Coletânea de Experiências visa a propiciar um material de referência às Secretarias Estaduais e Municipais de Saúde, fornecendo dados para aumentar a compreensão de gestores e equipes sobre os desdobramentos das capacitações realizadas e compartilhando a experiência de sistematizar com vistas a orientar novos mapeamentos e a elencar experiências de prevenção de câncer por meio da alimentação e da nutrição no âmbito do SUS.



# OS RELATOS DE EXPERIÊNCIA DOS MULTIPLICADORES

*Escrever é procurar entender,  
é procurar reproduzir o irreproduzível,  
é sentir até o fim o sentimento que  
permaneceria apenas vago e sufocador.  
Escrever é também abençoar uma vida  
que não foi abençoada.*

Clarice Lispector (1984, P. 191)



## Região Norte

### Oficina culinária Paraense na prevenção de câncer

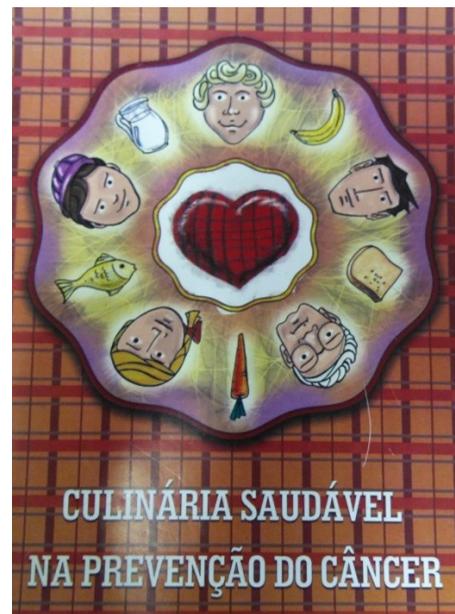
*Maria de Nazaré Araújo Lima* – nutricionista.

*Rahilda Conceição Ferreira Brito Tuma* – nutricionista.

Coordenação Estadual de Nutrição, Secretaria de Estado de Saúde Pública do Pará.

Durante a *Oficina de capacitação de multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*, no Pará, em 2012, os participantes selecionaram a oficina culinária como estratégia mais eficaz para fomentar mudanças e promover o reconhecimento, pela população, da importância da alimentação saudável para a prevenção de câncer. Como forma de apoio e incentivo, a Coordenação Estadual de Nutrição da Secretaria de Estado de Saúde Pública, elaborou a cartilha *Culinária saudável na prevenção do câncer e o Manual do multiplicador do Estado do Pará*. A cartilha apresenta as principais recomendações para a prevenção de câncer e receitas saudáveis com ingredientes regionais e de baixo custo, de acordo com essas recomendações. As receitas foram criadas e testadas pelos participantes das oficinas culinárias realizadas no laboratório de nutrição da Universidade Federal do Pará. A publicação da cartilha, que ocorreu em março de 2015, foi distribuída para todos os municípios do Estado.

O *Manual do multiplicador*, publicação criada para orientar as oficinas regionais no Estado do Pará, por sua vez, apresenta o detalhamento de todas as dinâmicas e o conteúdo do curso de capacitação de multiplicadores e está disponível em formato virtual. Além da estrutura original, a oficina culinária para a prevenção de câncer foi acrescida como atividade prática ao final da programação. A oficina de capacitação nesse formato foi aplicada no município de Castanhal para a formação de novos multiplicadores. Em 2015, as



**Figura 1.** Cartilha *Culinária saudável na prevenção do câncer*

Fonte: arquivo INCA.

recomendações para a prevenção de câncer também foram divulgadas na forma de um calendário anual que apresenta uma recomendação por mês com dicas práticas para uma alimentação saudável.

## Dia da qualidade de vida

*Silvely Tiemi Kojo Sousa – fisioterapeuta.*

Secretaria Municipal de Saúde, Palmas, Tocantins.

Neste relato, serão descritas as ações que a Secretaria de Saúde de Palmas, por meio da Coordenação das Doenças e Agravos não Transmissíveis (Dant), realizou no mês de abril de 2015. Nesse mês, comemoraram-se três datas importantes para a saúde: Dias Mundiais da Atividade Física, da Saúde e de Luta contra o Câncer. Especificamente em 2015, resolveu-se abranger um maior número de pessoas nessas ações, iniciando o planejamento com vários parceiros por meio de reuniões. Participaram da programação os profissionais da Secretaria Municipal de Saúde, da Secretaria de Desenvolvimento Social, da Secretaria Estadual de Saúde, da Secretaria Municipal de Educação, dos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (Nasf), das Universidades e do Centro de Referência de Assistência Social (Cras).

As ações foram realizadas nos seguintes locais: unidades de saúde, centro do idoso, Cras, escolas, praças, praias e igrejas. Os temas trabalhados foram alimentação segura e atividade física. O público alcançado foi aproximadamente 4.500 pessoas nos diversos ciclos de vida (idosos, crianças, gestantes, trabalhadores e profissionais de saúde), totalizando 33 ações. Essa experiência norteou as demais ações de Promoção da Saúde, no que se refere à intersetorialidade. Essas ações são realizadas anualmente no mês de abril, mas, especificamente, a partir de 2015, foi dado um enfoque maior na mobilização de várias parcerias para um maior alcance de resultados.

As atividades realizadas no eixo de alimentação e seus respectivos locais foram: blitz educativa: alimentação segura do campo à mesa (na Av. Teotônio Segurado); teatro infantil: alimentação segura (na Escola Municipal Rosemir Fernandes, Centro Municipal de Educação Infantil – CMEI – Castelo Encantado e CMEI Fontes do Saber); capacitação para ACS: cinco chaves para uma alimentação segura (no Cras Taquari); roda de conversa sobre alimentação e exercícios na gestação (no Centro de

Saúde Comunitário – CSC-1106 Sul), oficina sobre alimentação complementar e segura para crianças menores de dois anos de vida (no Cras 1206 Sul); oficina sobre alimentação saudável e segura para crianças; roda de conversa e oficina na horta comunitária (no CSC 1106 Sul); e oficina óleo, sal e açúcar nos alimentos mais consumidos pelas crianças (no CSC 503 Norte).



**Figura 2.** Ações do *Dia da qualidade de vida* em Palmas, Tocantins  
Fonte: foto de Silvely Tiemi Kojo Sousa.

## Região Sudeste

### Atividades educativas contínuas sobre o câncer

*Alba Valéria Dias Abreu* – nutricionista e sanitarista.

Prefeitura Municipal de Quissamã, Rio de Janeiro.

Depois do curso realizado, ao retornar ao município de Quissamã, foi realizada uma reunião com as quatro nutricionistas que trabalham nas unidades de saúde do município, com o objetivo de capacitar o grupo com conteúdo e material adquirido. Desde essa data, as ações para a prevenção do câncer foram incluídas nas rotinas das atividades educativas, uma vez que estão relacionadas diretamente com hábitos saudáveis.



Figura 3. Cartaz Hábitos saudáveis, atividade física e alimentação  
 Fonte: Secretaria Municipal de Saúde de Quissamã-RJ.

As atividades ocorrem de maneira contínua, não necessariamente todos os meses, mas sempre são incluídas nos temas referidos (obesidade, hipertensão, diabetes e tabagismo). Essas ações ocorrem na comunidade, nas unidades de saúde, nas escolas e creches e também são direcionadas para os funcionários. Dessa forma, foram alcançadas as diferentes faixas etárias. As atividades são organizadas mediante material enviado e atualizado, sempre com as dicas que estão disponíveis no site <[www.inca.gov.br/alimentacao](http://www.inca.gov.br/alimentacao)>.

Como são várias atividades, não foi possível elencar o número de público, pois as ações são contínuas por todo o município. A equipe da nutrição reúne-se trimestralmente e, nesse momento, tem-se espaço para organizar as ações com o tema do câncer aliado a outros assuntos e distribuído ao longo do ano. Foi criado o banner Hábitos Saudáveis, Atividade Física e Alimentação, com dez passos, e incluído o câncer como ação contínua integrada aos demais temas.

## Oficinas comida de verdade na feira

Angelita dos Santos Nascimento – nutricionista.

Secretaria Estadual de Saúde, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

Oficinas públicas de curta duração foram realizadas, nos meses de março a maio de 2016, sob a organização do *Cozinharte Brasil*, na Feira Orgânica da Leopoldina, situada na Praça Marechal Maurício Cardoso, em Olaria, no município do Rio de Janeiro. Os participantes foram pessoas de todas as idades que passavam pela praça durante as compras, e cada uma das oficinas contou com a presença de 20 participantes. Os principais temas abordados foram: porque precisamos de água; causas de morte ligadas à alimentação de maior incidência no Estado Rio de Janeiro; custos – cardápios saudáveis; os sentidos – paladar, *Cozinharte Brasil Temperando*; e bebidas e alimentação saudáveis.

O evento foi bem-sucedido, e, por isso, a equipe foi convidada para participar da reinauguração do mercado popular de Miguel Couto, no município de Nova Iguaçu. A *Cozinharte*, no dia 11 de junho, realizou ainda a *Oficina de aproveitamento integral dos alimentos*. Nesse viés, em um curso sobre a higiene dos alimentos, um feirante que faz comida, na semana seguinte ao curso, relatou: “fui produzir almoço para pessoas e resolvi trocar a esponja, depois de ter ouvido sua palestra sobre os micróbios nos utensílios”. Um usuário da feira, por sua vez, declarou: “minha mulher diz pra mim que eu tenho que seguir suas instruções”. Geralmente, as mães abordam os profissionais para perguntar o que devem fazer quando não têm alimentos orgânicos.



Figura 4. Atividade da *Cozinharte Brasil* no Rio de Janeiro, Rio de Janeiro  
Fonte: foto de Angelita dos Santos Nascimento.

## Dicas para sua alimentação – o que você precisa saber sobre alimentação e prevenção do câncer

Geila Cerqueira Felipe – nutricionista.

Instituto de Nutrição Annes Dias (Inad), Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

A ação de multiplicação realizada foi a criação de um material educativo, desenvolvido em parceria com a equipe de Alimentação Nutrição e Câncer do INCA, para ser utilizado por profissionais lotados nas Unidades de Saúde do município do Rio de Janeiro. O material foi produzido, de 2009 a 2010, durante as oficinas com multiplicadores e a sua distribuição foi direcionada aos nutricionistas e outros profissionais de saúde lotados nas unidades de Atenção Básica à Saúde.

Esse material permanece disponível para *download* no *blog*: <inad-smsdc.blogspot.com> e foi enviado para as Coordenadorias Gerais de Atenção Básica para reprodução. A organização da ação ficou

O que você precisa saber sobre alimentação e prevenção do câncer

**CÂNCER** é o nome dado a um conjunto de doenças que têm em comum a multiplicação desordenada de células. Estas células se dividem e invadem órgãos, muitas vezes de forma agressiva, podendo se espalhar pelo corpo.

**O QUE CAUSA O CÂNCER?** O câncer pode ser desencadeado por fatores externos ou internos no organismo. Os internos são na maioria das vezes genéticos. Os externos incluem o meio ambiente e os hábitos sociais como: tabagismo, consumo de álcool, alimentação inadequada, modo de preparo e armazenamento dos alimentos.

**A Alimentação Saudável é um fator que protege contra o câncer**

A alimentação saudável deve ser variada, equilibrada, saborosa, de boa qualidade nutricional e sanitária, respeitando a cultura, proporcionando prazer e saúde. É um direito humano fundamental, garantido na Constituição Brasileira, que inclui o acesso a alimentos seguros, em quantidade e qualidade adequadas às necessidades dos indivíduos e coletividades, produzidos de forma sustentável.

**A obesidade é um risco para o desenvolvimento de vários tipos de câncer. Para promover a saúde e evitar o excesso de peso deve-se manter o corpo ativo: andar a pé, de bicicleta, fazer caminhada, dança, brincar e procurar fazer no dia a dia uma atividade de relaxamento que dê prazer.**

**Use a alimentação a favor da sua saúde**

- O aleitamento materno é a primeira alimentação saudável. Deve ser exclusivo até os 6 meses e com a introdução de outros alimentos complementares até os 2 anos de idade. O aleitamento também protege a criança contra obesidade na infância e a mulher contra o câncer de mama;
- Prefira alimentos de origem vegetal, como frutas, legumes, verduras, cereais integrais, feijões e temperos naturais, evitando alimentos industrializados, do tipo fast-food e bebidas açucaradas com alto valor calórico.
- A alimentação saudável oferece o que o organismo precisa, não sendo recomendado o uso de suplementos nutricionais. Eles só devem ser utilizados sob indicação profissional;
- As carnes processadas, como salgadas, embutidas, defumadas, curadas e as bebidas alcoólicas estão associadas ao desenvolvimento de alguns tipos de câncer;
- Alimentos e bebidas com adoçantes artificiais não devem ser usados com frequência;
- Adoçantes à base de ciclamato não devem ser consumidos.

**Outras dicas para uma vida mais saudável**

- Cuidar da saúde é importante. Frequentemente os serviços de saúde para fazer exames de rotina.
- Beber água é fundamental para a saúde.
- Bom humor e alegria fazem bem. SORRIA!!!
- Pegue sol faz bem, mas com uso de protetor solar, chapéu, boné e óculos escuros.
- Fique longe do cigarro. Fumar aumenta o risco de câncer e de doenças cardiovasculares.

Figura 5. Folder *Dicas para sua alimentação*  
Fonte: Instituto de Nutrição Anne Dias em parceria com a equipe da Utanc.

a cargo da equipe de profissionais do Inad em conjunto com equipe de Alimentação, Nutrição e Câncer do INCA. Os principais temas abordados foram alimentação saudável, culinária, obesidade, tabagismo, câncer, atividade física, entre outros.

## Inclusão da prevenção de câncer nas ações da equipe de nutrição de Quissamã

*Alba Valéria Dias Abreu – nutricionista.*

Área Técnica de Alimentação e Nutrição, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Quissamã, Rio de Janeiro.

No município de Quissamã, no Rio de Janeiro, o tema da prevenção de câncer foi discutido em reunião de equipe com cinco nutricionistas da Atenção Básica, para sua inclusão em todas as atividades educativas das Unidades Básicas de Saúde (UBS) como parte integrante da promoção de hábitos de vida saudáveis. O material de apoio da *Oficina de capacitação de multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer* foi entregue aos participantes da reunião, e o conteúdo foi discutido em conjunto, buscando a melhor forma de levar as informações para a equipe de saúde e a comunidade.

Os nutricionistas atuam junto à ESF, que, no município, conta com dez equipes, realizando ações como: atendimento individualizado, atividades nos grupos da Atenção Básica, no Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Sisvan), acompanhamento do aleitamento materno, visitas domiciliares e atividades educativas. A multiplicadora, coordenadora da equipe de nutricionistas, ressaltou o interesse da equipe no tema e a facilidade de abordá-lo nas atividades rotineiras, considerando sua aproximação com as ações já desenvolvidas para a prevenção de outras DCNT.

As principais ações desenvolvidas relacionadas à prevenção de câncer são as rodas de conversa e as oficinas de alimentação saudável com a população. Durante as oficinas, é demonstrada a diversidade de alimentos saudáveis disponíveis, as possibilidades para sua preparação culinária e as sugestões para sua inclusão na alimentação do dia a dia. Também foi elaborado um cartaz, utilizado nas UBS, com informações sobre alimentação saudável e atividade física, no qual o câncer foi incluído como

doença passível de prevenção. As ações da nutrição são desenvolvidas em conjunto com a promoção da prática de atividade física, a cessação do fumo e a redução do peso para os diferentes grupos atendidos nas UBS.



**Figura 6.** Ações de prevenção de câncer em Quissamã  
Fonte: foto de Alba Valéria Dias Abreu.

## Jogos e café da manhã coletivo no Dia Nacional de Combate ao Câncer em Mesquita

*Caroline Maria da Costa Morgado* – nutricionista.

Coordenação de Promoção em Saúde, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Mesquita, Rio de Janeiro.

Em novembro de 2014, o Dia Nacional de Combate ao Câncer foi comemorado com jogos, bate-papo, café da manhã coletivo e distribuição de temperos, em Mesquita, no Rio de Janeiro. As atividades foram organizadas pela Coordenação de Promoção em Saúde, pela Coordenação da Área Técnica de Alimentação e Nutrição e pelo projeto *Saúde em movimento* do município. Os participantes de três dos 14 polos do projeto *Saúde em movimento*, em diferentes localidades, foram envolvidos no jogo

sobre a prevenção de câncer. Esse jogo é composto por perguntas e respostas com alternativas sobre os seguintes tipos de câncer: pele, mama, colo do útero, intestino e próstata. O conteúdo do jogo foi elaborado pelos profissionais das coordenações envolvidas, com base nos materiais educativos disponíveis no site do INCA. Entre os temas de destaque, estão alimentação e tabagismo.

Em cada polo, os coordenadores e profissionais de educação física organizaram o jogo, dividindo os participantes em duas equipes. Quando uma pergunta era lançada, um membro de cada equipe tinha que correr para tocar na mão do professor. Aquele que chegasse primeiro poderia responder à pergunta com a ajuda de seu grupo. No decorrer do jogo, aconteceu um bate-papo entre os participantes e coordenadores, e muitas dúvidas foram esclarecidas. Os participantes do evento levaram alimentos para compartilhar no café da manhã coletivo, incluindo sucos e frutas. No final das atividades, foram entregues folhetos sobre prevenção de câncer e pacotinhos de ervas aromáticas, como manjeriço, alecrim e tomilho, para serem usados em preparações culinárias na cozinha de casa.

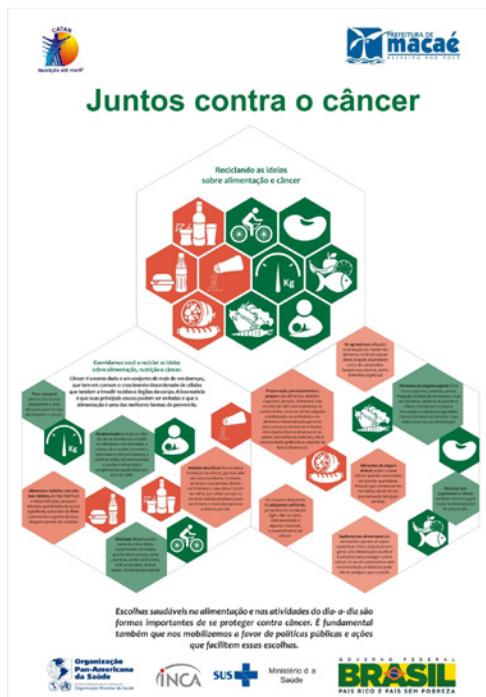
O evento também contou com o apoio da Secretaria de Comunicação do município, que providenciou a impressão dos folhetos distribuídos. A multiplicadora relatou, como dificuldades: o apoio financeiro para a oferta das ervas aromáticas, a impossibilidade de realizar a atividade em todos os polos do projeto em razão da falta de tempo para a organização e as complicações com o café da manhã coletivo, pois alguns participantes levaram biscoitos e sucos industrializados para serem compartilhados.

## Juntos contra o câncer!

*Márcia Maria Prata Pires Ramalho – nutricionista.*

Coordenadoria da Área Técnica de Alimentação e Nutrição, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Macaé, Rio de Janeiro.

Com objetivo de mostrar como uma alimentação saudável pode ajudar na prevenção de câncer, a Coordenadoria da Área Técnica de Alimentação e Nutrição de Macaé, no Rio de Janeiro, realizou o evento *Juntos contra o câncer*, no Terminal Rodoviário Central do município. O evento foi realizado no mês de novembro e contou com o auxílio de estagiários do curso de nutrição e do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde da Universidade Federal do Rio de Janeiro, *campus Macaé*,



**Figura 7.** Folheto para a ação *Juntos contra o câncer!*  
Fonte: Coordenadoria da Área Técnica de Alimentação e Nutrição de Macaé adaptado do folheto Reciclando as idéias sobre alimentação e câncer, da Utanc

incluindo as pessoas que circulavam pelo local, como jovens, estudantes e trabalhadores.

Os participantes receberam orientações dos profissionais e dos alunos em grupos e individualmente sobre uma alimentação saudável, especialmente sobre a importância de substituir alimentos ultraprocessados prontos para o consumo ou prontos para aquecer, que são ricos em gorduras, sal e açúcares, por alimentos *in natura*. Foram distribuídos folhetos sobre o tema e ofertados sucos naturais de frutas, o que foi possível por meio da parceria com uma empresa comerciante de frutas, legumes e verduras frescos. O público participou ativamente e com grande interesse sobre o tema abordado.

## Região Centro-Oeste

### Desdobramentos e ações potencializadas pela Oficina de Capacitação de Multiplicadores

Anderson Holsbach – nutricionista.

Gerência Estadual de Alimentação e Nutrição, Secretaria de Estado de Saúde de Mato Grosso do Sul (SES/MS), Campo Grande, Mato Grosso do Sul.

Após a realização da *Oficina de Capacitação de Multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção do Câncer*, em Mato Grosso do Sul, houve um estreitamento na relação

da Gerência Estadual de Alimentação e Nutrição (Gean) com a Campanha Permanente Contra o Agrotóxico e Pela Vida. Na Oficina, uma vaga foi disponibilizada para a Campanha, a qual foi preenchida pelo Sr. Alberto Feiden, que convidou a Gean a participar das reuniões junto aos demais membros. Nessas reuniões, são discutidas medidas de redução do uso do agrotóxico, por meio de projetos de lei e articulações políticas. São também apresentados os impactos do uso do agrotóxico na Região, tais como contaminação das bacias hidrográficas e danos na criação do bicho-da-seda em um município específico do Estado.

Algumas ações das discussões dessa parceria já começaram a ganhar forma, como a proposta de implementar o Manejo Integrado de Pragas nas lavouras do Estado, por meio de outras associações, e um material informativo que propõe instruir a população sobre a alimentação saudável e os efeitos nocivos dos agrotóxicos na saúde.

Os temas disparados na *Oficina de Capacitação de Multiplicadores para a Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção do Câncer* foram apresentados em reuniões do Conselho Estadual de Segurança Alimentar e Nutricional do Mato Grosso do Sul (Consea/MS) e da Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (Caisan), a fim de sensibilizar os conselheiros.

Foi instituído, na SES/MS, o grupo *ALI+MENTE+AÇÃO*, que propõe cuidar da saúde dos servidores por meio da reeducação alimentar, realizando-se avaliações antropométricas, aplicação de inquérito alimentar e discussão de temas afins, por intermédio de reuniões mensais. O grupo é aberto a todos servidores de forma voluntária, independente do estado nutricional ou da presença de patologias, visto que a proposta é a promoção de saúde por meio da alimentação saudável. Os temas discutidos nas rodas de conversa já incluíram alimentação saudável na prevenção do câncer; escolhas saudáveis: *in natura*, processados, ultraprocessados; seja fisicamente ativo, entre outros. Em todos os casos, ainda não puderam ser medidos resultados e impactos, contudo as propostas têm sido bem aceitas e enriquecedoras.

## Ação em comemoração à Semana Mundial de Alimentação Saudável

*Anderson Leão Nogueira Holsbach* – nutricionista.

*Maria Aparecida de Almeida Cruz* – assistente social.

*Eduardo Malheiros Ferreira* – técnico de sistemas.

Gerência Estadual de Alimentação e Nutrição, SES/MS, Campo Grande, Mato Grosso do Sul.

Em cumprimento à Portaria GM/MS nº 1.274 que, no art. 3º, trata das Ações de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável nos Ambientes de Trabalho para contribuir para a promoção de saúde dos trabalhadores, foi realizada, em Campo Grande, uma ação em comemoração à Semana Mundial da Alimentação Saudável, no dia 24 de outubro de 2016. Essa ação ocorreu nas dependências da SES/MS, para 100 servidores.

O evento tem periodicidade anual e foi realizado pela Gerência Estadual de Alimentação e Nutrição da SES/MS em parceria com universidades, que disponibilizaram acadêmicos, e também junto a empresas privadas, que forneceram brindes para sorteio e mudas de plantas para distribuição.

Os servidores foram convidados a participar da ação de forma voluntária, assim, os que aderiram passaram por avaliação nutricional realizada por estudantes de nutrição – peso, altura, Índice de Massa Corporal (IMC) e circunferência abdominal –, além de verificar a glicemia capilar e a pressão arterial, realizadas por enfermeiros das demais áreas técnicas da SES/MS.

Após a Avaliação Nutricional, o servidor foi direcionado a outro grupo de acadêmicos que realizava as orientações nutricionais individuais, a respeito do seu estado nutricional, e apresentava os passos para uma alimentação saudável baseados nas novas recomendações do *Guia Alimentar para a População Brasileira* (BRASIL, 2014). Tanto a avaliação nutricional quanto a orientação foram acompanhadas por nutricionistas.

Em seguida, o servidor era convidado a escolher uma muda de planta, como forma de estimular o cultivo de alimentos e as habilidades culinárias. Cada participante poderia escolher uma muda de Planta Alimentícia Não Convencional, como taioba, *ora-pró-nóbis*, inhame, açafraão e batata-doce da polpa amarela ou da roxa, além de mudas de condimentos, como alecrim, coentro,

salsinha, cebolinha, manjeriço, tomilho, manjerona e hortelã. Nesse momento, os participantes foram orientados sobre como utilizar esses alimentos e cultivá-los, além de serem informados da importância de cada um desses alimentos. Também foi entregue um livro de receitas, elaborado pela área, para subsidiar as preparações culinárias. Por fim, foram plantadas mudas de *ora-pró-nóbis* no entorno do prédio da SES/MS.



**Figura 8.** Plantas alimentícias não convencionais na Semana Mundial de Alimentação Saudável do Mato Grosso do Sul  
Fonte: foto de Anderson Leão Nogueira Holsbach.

## Semana Mundial de Alimentação Saudável: o clima está mudando. A alimentação e a agricultura também

Anderson Leão Nogueira Holsbach<sup>1</sup> – nutricionista.

Vania Almeida<sup>2</sup> – nutricionista.

Campo Grande, Mato Grosso do Sul.

Em 2016, diversas instituições do setor saúde, coordenadas pelo Consea/MS, juntamente com seus conselheiros, que também representam outras instituições, somaram forças para promover saúde e comemorar a Semana Mundial da Alimentação Saudável. As instituições parceiras nessa ação

1 Gerência Estadual de Alimentação e Nutrição, SES/MS.

2 Consea/MS.

foram: Gerência Estadual de Alimentação e Nutrição da SES/MS, Serviço Social do Comércio (Sesc), delegacia de Campo Grande do Conselho Regional de Nutricionistas 3ª Região (CRN-3), Associação de Produtores de Alimentos Orgânicos, Broto Frutos – Culinária do Cerrado (empresa que produz e incentiva o empreendedorismo por meio do beneficiamento dos frutos do cerrado), Associação Sul-mato-grossense de Nutricionistas (Asman) e as universidades: Faculdade de Campo Grande, Universidade Federal do Mato Grosso do Sul e Universidade Anhanguera.

A ação social voltada para a promoção da alimentação saudável, bem como o incentivo à agricultura familiar e orgânica para a população da cidade de Campo Grande aconteceu dia 7 de outubro de 2016, na Praça Ari Coelho, das 8 h às 15 h. Seus principais objetivos foram informar e sensibilizar a população sobre o consumo de alimentos diretos do agricultor, estimular a qualidade de vida e orientar sobre os males do sobrepeso, valorizar a adoção de hábitos alimentares saudáveis, diminuir os impactos das consequências da obesidade e das DCNT e incentivar e estimular a população ao consumo de alimentos *in natura* e orgânicos. Os principais temas abordados foram: o clima está mudando, a alimentação e a agricultura também; dez passos para alimentação saudável de acordo com o Novo Guia Alimentar; comida de verdade; segurança alimentar e nutricional e direito humano à alimentação saudável e adequada.

A Gean e a Asman ficaram responsáveis por articular, junto às universidades, a disponibilidade de acadêmicos dos cursos de nutrição para realizar a avaliação nutricional (peso, altura, IMC e circunferência abdominal), bem como realizar a orientação nutricional, com base no diagnóstico prévio. As orientações foram feitas de acordo com o perfil do indivíduo, pautadas nas recomendações do *Guia Alimentar para a População Brasileira*.

A delegacia do CRN-3 de Campo Grande, entre outras ações, realizou a *Caixa dos sentidos*, na qual a pessoa introduzia a mão em uma caixa de madeira que continha o jatobá, um tipo de alimento regional. O participante era estimulado a cheirar o alimento, mas não podia vê-lo. Em seguida, ele deveria adivinhar de qual alimento se tratava. Após o palpite, o alimento era desvendado e havia uma explanação sobre o alimento e suas propriedades.

Os nutricionistas do Sesc promoveram degustação de preparações feitas com aproveitamento integral dos alimentos, ensinando como utilizá-los, disponibilizando receitas. Também expuseram, de forma lúdica e prática, a quantidade de gordura e açúcar dos alimentos ultraprocessados.

Alguns produtores de alimentos orgânicos, oriundos da agricultura familiar, montaram tendas na praça para comercialização dos alimentos, a fim de divulgar seus produtos e pontos de venda, uma vez que a população já estava sensibilizada para a importância de consumir alimentos sem agrotóxicos e nem sempre sabia onde encontrá-los e até mesmo como identificá-los.

A empresa Broto Frutos comercializa alimentos produzidos com base nos frutos do cerrado, como pães de farinha de jatobá e bocaiuva, brigadeiros de pequi e baru, entre outros. Na oportunidade, a empresa realizou degustação dos produtos, para que a população tivesse contato com alimentos saborosos e com a identidade do cerrado.

A ação teve cobertura dos meios de comunicação locais, principalmente as emissoras de televisão, e, ao final, pôde-se observar que a ação foi bem-sucedida. O público-alvo foi toda a população que passasse pela praça, por essa razão, não foi possível mensurar o número exato de participantes, contudo registraram-se ao menos 127 pessoas que tiveram a iniciativa de participar da avaliação nutricional e receberam orientação nutricional individualizada.



**Figura 9.** Atividade sobre consumo de alimentos na Semana Mundial de Alimentação Saudável do Mato Grosso do Sul  
Fonte: foto de Anderson Leão Nogueira Holsbach.

A soma de forças entre as diversas instituições do setor saúde foi extremamente valiosa e enriquecedora, tanto para os profissionais atuantes quanto para os acadêmicos, que puderam ter um contato inovador com a população, mas principalmente para a sociedade que marcou presença e pôde ter acesso a avaliação, orientação e informação.

## Demonstração da qualidade dos alimentos industrializados

*Elaine Pessoa Guardiola* – técnica de enfermagem.

Núcleo de Educação Permanente do Hospital Regional de Sobradinho da Secretaria Estadual de Saúde do Distrito Federal (SES/DF).

A equipe de nutricionistas, que participou do curso promovidos pela Utanc da Conprev, escolheu os alimentos mais consumidos pelas crianças em idade escolar e fez a separação, em tubetes, dos ingredientes sal (sódio), açúcar e gorduras.

A demonstração foi realizada no corredor do Hospital Regional de Sobradinho, por duas vezes, em 2015. Assim, abordaram-se os servidores, e a equipe fez um trabalho intenso de conscientização, com ótimo êxito, uma vez que o objetivo da abordagem era chamar a atenção para a necessidade da mudança dos hábitos alimentares. Nesse sentido, percebeu-se que as pessoas ficaram assustadas por desconhecerem os malefícios do que estavam ingerindo diariamente.

## Alimentos funcionais na prevenção do câncer – Outubro Rosa

*Fabiana Santos Araujo de Oliveira* – nutricionista.

Nasf Seminário, Campo Grande, Mato Grosso do Sul.

As reuniões das mulheres sempre acontecem na primeira segunda-feira de cada mês, no período vespertino, e são abordados vários temas relacionados à saúde da mulher. A ação, que será descrita, foi pontual, por ser um mês para alerta de prevenção do câncer nas pessoas do sexo feminino. Essa

ação ocorreu no dia 26 de outubro de 2016, no período matutino, organizada pela equipe da Unidade Básica Saúde da Família (UBSF) Nossa Senhora das Graças e do Nasf Seminário, da cidade de Campo Grande, em Mato Grosso do Sul.

O convite foi realizado à população adstrita por meio da visita do ACS. A ação iniciou-se com a avaliação antropométrica e a aferição da pressão arterial. Logo depois, houve uma oficina culinária que preparou sucos desintoxicantes ricos em licopeno e uma roda de conversa sobre alimentação saudável para prevenção do câncer. Após essas atividades, as mulheres foram recepcionadas



**Figura 10.** Ação com mulheres sobre prevenção de câncer em Campo Grande, Mato Grosso do Sul

Fonte: foto de Fabiana Santos Araujo de Oliveira.

em uma sala de vídeo para uma palestra da enfermeira e da médica. O evento encerrou com a apresentação de uma coreografia das profissionais de saúde sobre a valorização da mulher.

## Alimentação e prevenção de câncer na I Mobilização Outubro Rosa

*Francielle Perini Zanatta* – nutricionista.

Nasf, Amambai, Mato Grosso do Sul.

Entre os dias 17 e 21 de outubro, a Prefeitura de Amambai, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, promoveu, em todas as unidades de saúde do município, uma campanha para a realização do exame preventivo do câncer colo do útero, além de exame clínico das mamas.

O encerramento da I Mobilização Outubro Rosa aconteceu no dia 21 de outubro, na Praça Valência de Brum, das 14 às 18:30 horas, e contou com a participação e o apoio de outras Secretarias Municipais, do Núcleo de Apoio à ESF, do Movimento das Mulheres de Amambai, do Ministério do Exército 17º

Regimento de Cavalaria Mecanizado, de servidores públicos municipais, das estagiárias do curso de nutrição, dos colaboradores de salões de beleza e dos consultores de produtos de beleza. As equipes de saúde, o Nasf e os demais colaboradores convidaram as mulheres e a população em geral para participar do evento.

Aconteceram várias atividades, como maquiagem, sorteio de brindes, vacinação contra papilomavírus humano (HPV) em meninas de 9 a 15 anos; aferição de pressão arterial; teste rápido de sífilis e aconselhamento; orientações sobre o exame preventivo e a estratégia de conscientização em relação à própria mama; orientações sobre as doenças sexualmente transmissíveis; distribuição de informativos e preservativos; encaminhamento na Rede de Saúde para exame de mamografia; e palestras com a nutricionista, sobre alimentação e prevenção do câncer, com a psicóloga, sobre

questões emocionais na saúde da mulher, e com a coordenadoria de políticas públicas para as mulheres, a respeito da saúde preventiva da mulher. O encerramento do evento aconteceu com uma caminhada em prol da Campanha de Prevenção do Câncer e um *show* gospel.



**Figura 11.** Atividade na 1 Mobilização Outubro Rosa em Amambai, Mato Grosso do Sul

Fonte: foto de Francielle Perini Zanatta.

## O caminho da saúde

*Karine Sakae Yamanari de Melo* – nutricionista.

*Tárci Cristina da Silva* – nutricionista.

*Anne Caroline Genes Nunes* – nutricionista.

*Vanessa Rodrigues* – nutricionista.

Nasf (Secretaria de Saúde), Dourados, Mato Grosso do Sul.

Essa experiência foi realizada em julho de 2016, em UBS (ESF 44 Campo Dourados, ESF 20 Parque das Nações 1 e UBS Santo André). A primeira etapa para a idealização do projeto foi realizar uma

reunião entre o Nasf, os professores e os alunos da Universidade Federal da Grande Dourados para pactuação da ação. Na segunda etapa, foi criado, junto às estagiárias, o nome para a ação, intitulada: *O caminho da saúde*. A terceira foi a articulação com as equipes de saúde da família para agendamento da ação, e a etapa seguinte foram a elaboração e a execução.

A atividade foi organizada em quatro mesas, cada uma tratando de um assunto relacionado ao tema alimentação e câncer, formando um caminho da entrada da unidade até a rua. Qualquer usuário poderia realizar o trajeto independente de ser da área ou território de abrangência da equipe. O assunto abordado na mesa 1 foi: há alguma relação entre alimentação e câncer? Nessa mesa, discutiu-se sobre os alimentos *in natura* ou minimamente processados, temperos, processados e ultraprocessados.

Quais alimentos previnem o câncer? Esse foi o tema da mesa 2, em que a equipe ressaltou a importância dos grãos integrais e alimentos *in natura*, oferecendo ao público uma torta integral de sardinha. Na mesa 3, o tema abordado foi: quais alimentos aumentam o risco de câncer? E como o peso do corpo está ligado ao risco de câncer? Destacou-se a importância da alimentação saudável, com a realização do cálculo do IMC nos usuários. Na mesa 4, com o tema suco roxo, foi realizada a degustação do suco preparado com beterraba, laranja e cenoura, sem adição de açúcar. Adicionalmente, foi entregue o panfleto informativo *Importância da Alimentação Saudável na Prevenção do Câncer*, que incluía a receita da torta integral degustada na mesa 2 e as orientações do *Guia Alimentar para a População Brasileira*.



Figura 12. *O caminho da saúde*, atividade realizada em Dourados, Mato Grosso do Sul

Fonte: fotos de Karine Sakae Yamanari de Melo.

## Coletânea de experiências realizadas pelos multiplicadores que participaram das *Oficinas de Capacitação de Multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*

*Lívia Maria Giacometti Piubéli* – nutricionista.

Nasf Nova Lima. UBSF: Nova Lima, Vida Nova e Fernando Arruda. Campo Grande, Mato Grosso do Sul.

De maio a novembro de 2016, após a capacitação, os integrantes do Nasf foram motivados a trabalhar a prevenção do câncer nas atividades apoiadas pelo Nasf e pela UBSF. Houve participação frequentemente de grupos das unidades, como de gestantes e Hiperdia, sempre com temas que abordam cuidados de saúde, como a oficina de papinhas, no grupo de gestantes, e a de quantidades de sal, açúcar e gordura, no grupo de Hiperdia.

As atividades foram realizadas em diferentes UBSF do município. Em Fernando Arruda, por exemplo, em agosto de 2016, a nutricionista realizou atividades com 30 participantes do grupo de Hiperdia sobre alimentação na prevenção do câncer. Na sala de espera, o tema abordado pela médica veterinária foi: prevenção do câncer de pele e cuidados com produtos químicos domissanitários, com outros 30 participantes. No mesmo mês, na UBSF Nova Lima, a nutricionista realizou atividades de sala de espera com 35 participantes com o tema tira dúvidas sobre alimentação na prevenção do câncer. Em novembro de 2016, também em Nova Lima, foi realizada uma atividade sobre a quantidade de açúcar nos alimentos, com oito integrantes do grupo de Hiperdia, realizada pela nutricionista junto com a colaboração da assistente social.

Na UBSF Vida Nova, em agosto de 2016, foram realizadas, pela nutricionista, duas atividades de sala de espera sobre o tema tira dúvidas sobre alimentação na prevenção do câncer, totalizando 65 participantes. No mês de outubro, em decorrência da campanha Outubro Rosa, foram realizadas diversas atividades. Durante essa campanha, diferentes profissionais abordaram diversos temas na sala de espera, como: tira dúvidas sobre alimentação na prevenção do câncer, com a nutricionista, totalizando 30 pessoas; exercícios para assoalho pélvico e cuidados na prevenção



**Figura 13.** Atividade sobre alimentação na prevenção de câncer em Campo Grande, Mato Grosso do Sul

Fonte: foto de Livia Maria Giacometti Piubéli.

do câncer, com a terapeuta ocupacional, em três ocasiões, totalizando 90 participantes; e rouquidão e câncer, com a fonoaudióloga, totalizando 50 participantes. Por fim, o tema Rosa Matriciamento, sobre preenchimento da notificação do câncer para a equipe, foi abordado com a participação de 50 pessoas.

## Educação alimentar e nutricional: promoção de práticas alimentares saudáveis

*Luciene Paula de Almeida* – professora.

*Anderson Holsbach* – nutricionista.

*Marciléia Sandim* – assistente social.

*Vania Almeida* – nutricionista.

Secretaria de Estado de Direitos Humanos, Assistência Social e Trabalho da Superintendência de Benefícios Sociais, Campo Grande, Mato Grosso do Sul.

No mês de maio de 2016, foi realizada uma capacitação com o tema educação alimentar e nutricional – alimentação saudável. O público-alvo foram os técnicos do Programa Vale Renda que atuaram como multiplicadores nas reuniões socioeducativas no mês de junho de 2016, na cidade de Campo Grande. Esperava-se o alcance de aproximadamente 7 mil pessoas, entre homens e mulheres, de faixas etárias variadas.

A capacitação ocorreu nos dias 19 e 20 de maio, no auditório da Companhia Nacional de Abastecimento (Conab). A equipe técnica foi dividida em dois grupos de aproximadamente 30 pessoas. Atuaram como facilitadores: Anderson Holsbach (nutricionista SES/MS), Vania Almeida (nutricionista do Consea/MS) e Thamy Kumagay (educadora física da Fundação de Desporto e Lazer).

O grupo foi recebido no auditório da Conab, com as cadeiras organizadas em círculo. Em cada assento havia um *post* com mensagens de impacto sobre práticas alimentares. Enquanto os participantes aguardavam, era apresentado um vídeo sobre os dez passos para a alimentação saudável (disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=IXqemxb7NEA>>). Iniciou-se com atividades de alongamento, a fim de despertar a importância da prática de atividade física. Posteriormente, foi realizada uma dinâmica de apresentação pessoal e do *post* (imagem) recebido, as mensagens criaram um varal de convite para o início da reflexão sobre escolhas alimentares conscientes.

Tendo como instrumento norteador o *Guia alimentar para a população brasileira*, iniciou-se a apresentação do tema alimentação saudável, definido o conceito e desmistificada a concepção preestabelecida de que alimentação saudável é cara. Posteriormente, houve a apresentação da distinção dos alimentos, de acordo com os tipos de processamento e a dinâmica do semáforo nutricional, em que a metodologia desenvolvida foi uma simulação de uma compra.

Dessa maneira, a equipe foi dividida em três grupos para que pudessem escolher, entre os alimentos dispostos, os que mais consumiam. Concluídas as compras, os facilitadores iniciaram a classificação dos alimentos, colocando aqueles que eram *in natura* ou minimamente processados na caixa com sinal verde, os alimentos processados na caixa amarela e os alimentos ultraprocessados na caixa vermelha. Foi realizada a leitura de rótulos, sanando dúvidas e esclarecendo questionamentos, e, ao término, o grupo pôde perceber visualmente que os itens que encarecem a compra são os alimentos com menor valor nutricional.

Foi apresentado também um demonstrativo das DCNT que são desencadeadas e/ou agravadas pelo consumo de alimentos inadequados ou em proporções exacerbadas, como sal, açúcar e óleo. Concomitantemente, foram pontuados os benefícios de uma alimentação saudável, a necessidade da regularidade de atividades físicas, o consumo de água e o cultivo de hortas domésticas, como resgate de uma prática antes habitual na região. Concluiu-se com a apresentação dos dez passos para uma alimentação saudável.

Para efetivação da etapa 2 - realização das reuniões socioeducativas -, elaborou-se um planejamento pautado nos conhecimentos adquiridos. Foram construídos cartazes explicativos denominados:

*Semáforo nutricional e Dez passos para alimentação saudável* para subsidiar os multiplicadores nas rodas de conversas.

As ações socioeducativas, realizadas nos dias 30 de abril, 25 de junho e de 2 a 16 de julho 2016, tiveram o Sesc-Saúde como parceiro. A unidade disponibilizou recursos pedagógicos (como *banners*, *quizzes* e *folders*) e equipe técnica (enfermeiras) para sensibilizar o público presente para a prevenção de DCNT e adoção de novas práticas alimentares e atividades físicas.

O estande denominado *Práticas Alimentares Saudáveis* conta ainda com nutricionistas parceiros, sendo membros da Caisan e Consea/MS. Nesse estande, foram realizadas palestras, conscientizando e informando a população sobre os alimentos que estão consumindo, explicou-se sobre suas categorias de acordo com o nível de processamento, sugeriu-se, assim, a substituição de alimentos ultraprocessados por *in natura* e minimamente processados. Foi oportunizada uma reflexão de como se pode prevenir e controlar as DCNT por meio dos alimentos consumidos e finalizou-se com a doação de plantas frutíferas, condimentares ou sal de ervas.

## Concurso de receitas saudáveis na Escola Municipal Professor Raimundo no Município de Paraúna

*Ludmila Lyra* – nutricionista.

Prefeitura Municipal de Paraúna, Paraúna, Goiás.

Foram realizadas ações de promoção da alimentação saudável, segura e adequada e educação alimentar e nutricional no ambiente escolar. A semana da alimentação, em outubro de 2015, no município de Paraúna, foi organizada pela equipe da Escola Municipal Professor Raimundo e pela nutricionista. Participaram da ação todos os escolares (dos turnos matutino e vespertino) e dez mães de alunos (cinco em cada período), com a abordagem do tema alimentação saudável.

A estratégia de promoção da saúde na escola envolve vários atores, como alunos, professores, coordenadores, merendeiras, nutricionistas e pais ou responsáveis, permitindo uma abordagem dialógica da produção do conhecimento no ambiente escolar. Em fevereiro de 2015, foi realizada uma

reunião para planejamento e discussão da semana da alimentação. Por meio do envolvimento de todos professores, coordenadores e diretoria com a nutricionista, decidiram realizar um concurso de receitas saudáveis. As professoras trabalharam o tema em todas as disciplinas, realizando atividades direcionadas ao tema.

Os objetivos foram incentivar hábitos alimentares saudáveis na escola e em casa, desenvolvendo a criatividade dos pais no preparo dos alimentos para os filhos, envolvendo-os no mundo educacional e desenvolvendo a criatividade.

O concurso iniciou com a divulgação, por meio da distribuição das fichas de inscrição duas semanas antes da semana da alimentação, na escola. A nutricionista realizou uma pré-seleção das receitas, sendo escolhida uma receita por turma. No dia do concurso, as receitas foram avaliadas a partir de ficha técnica. Participaram como juradas: a coordenadora da merenda escolar, a secretária de educação, a coordenadora pedagógica, a merendeira da escola e uma representante das mães. Foram confeccionados aventais, toucas personalizadas e um livro com todas as receitas que estavam concorrendo, todos os itens foram entregues aos participantes e jurados. Entre os critérios estabelecidos para o concurso, destacaram-se: valor nutricional, matéria-prima utilizada na elaboração do prato, apresentação visual do prato, sabor e aroma.

A oficina apresentou um impacto positivo nas crianças, nos funcionários e nas mães, destacando a relevância da educação alimentar e nutricional para a promoção do estilo de vida e da alimentação saudáveis. Compreende-se que a formação dos hábitos alimentares é influenciada por fatores fisiológicos, psicológicos, socioculturais e econômicos e que é iniciada na infância. Entende-se que a escola apresenta um ambiente privilegiado para programas de Educação Alimentar e Nutricional, e essa conjuntura vem sendo considerada na formulação de políticas públicas em alimentação e nutrição.

O concurso de receitas saudáveis demonstrou que, para a educação nutricional ser efetiva em seus objetivos, deve estar aliada ao emprego de metodologias lúdicas e dinâmicas, explorando a criatividade e a imaginação, o que proporcionará um ambiente de ensino favorável à convivência saudável. Ressalta-se que a participação das mães superou as expectativas da equipe da escola, e os

alunos se mostraram mais interessados e satisfeitos com a sua presença. Foi importante para mostrar que o papel da escola não exclui a responsabilidade dos pais na melhoria dos hábitos alimentares.



**Figura 14.** Concurso de receitas saudáveis em Paraúna, Goiás  
Fonte: foto de Ludmila Lyra.

## Capacitações sobre alimentação saudável na prevenção de câncer em Goiás

*Ludmila Lyra Carvalho* – nutricionista.

Programas e Sistemas da Alimentação e Nutrição, Coordenação Regional de Vigilância em Saúde, Regional de Saúde Oeste II, Secretaria de Estado da Saúde de Goiás.

Durante o ano de 2013, a Coordenação Regional de Vigilância em Saúde da Regional de Saúde - Oeste II, do Estado de Goiás, desenvolveu quatro rodas de conversa sobre alimentação saudável na prevenção de câncer, abrangendo 97 profissionais de saúde de 13 municípios. Cada roda de conversa teve a duração de aproximadamente quatro horas, dispondo, como material de apoio, do *Resumo: alimentação, nutrição, atividade física e prevenção de câncer*, do Fundo Mundial de Pesquisas em Câncer, e o *Sumário executivo: políticas e ações para a prevenção de câncer no Brasil*, do INCA. A primeira roda de conversa foi realizada nos municípios de Paraúna, São João da Paraúna e Firminópolis, com a participação de 11 enfermeiros, no mês de maio, na Câmara Municipal de São João da Paraúna.

Em junho, foram capacitados profissionais de Aurilândia, Cachoeira de Goiás e São Luís de Montes Belos, com a participação de 11 ACS, dois nutricionistas, quatro enfermeiros e dois coordenadores da Atenção Básica, totalizando 18 profissionais, em um Cras. A terceira roda de conversa ocorreu na Faculdade Montes Belos e contou com a participação 15 profissionais, entre eles enfermeiros,

farmacêuticos, nutricionistas, coordenadores da ESF e digitadores. Os municípios contemplados foram: Sanclerlândia, Palminópolis, Adelândia, Palmeiras de Goiás, São Luís de Montes Belos, Turvânia, Buriti de Goiás e Córrego do Ouro. Em agosto, a última roda de conversa foi realizada com 53 profissionais do Município de Palmeiras de Goiás, dentro da prefeitura municipal. Os participantes foram: seis enfermeiras, 38 ACS, uma coordenadora da Atenção Básica, uma coordenadora da Vigilância epidemiológica, um digitador, dois odontólogos e dois auxiliares de consultório dentário. Todas as rodas de conversa envolveram troca de vivências e experiências e uma dinâmica de dramatizações com os participantes, apresentação de um vídeo e discussões sobre as ações realizadas nos municípios e as dificuldades encontradas.

De acordo com a multiplicadora, nutricionista responsável pelos programas e sistemas da alimentação e nutrição regionais, a prevenção de câncer pela alimentação saudável foi um tema novo para a maioria dos participantes. Os profissionais se mostraram interessados e perceberam a relevância do tema em razão do aumento da incidência de câncer no país. Ao final de cada oficina, os municípios elaboraram planos de ação, entre os quais estavam: capacitação dos ACS para possíveis orientações nutricionais; desenvolvimento de ações de educação em saúde nas escolas; implementação do grupo de caminhada; realização de trabalhos preventivos de câncer de boca no Hiperdia; implementação de grupo controle de peso; realização de oficina culinária saudável; formação de grupo *Medidinha Certa* para crianças; intensificação do grupo de acompanhamento do crescimento e desenvolvimento de crianças, com orientações específicas e preenchimento do formulário de consumo alimentar do Sisvan e intensificação das ações no grupo de tabagismo.

## Saúde em movimento: os grupos de atividade física no município de Caiapônia

*Maria Claudia Palhari* – enfermeira.

Coordenação Municipal da Atenção Básica, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Caiapônia, Goiás.

No município de Caiapônia, em Goiás, foi realizado um encontro de capacitação com os profissionais da ESF, no qual foram divulgadas informações sobre a prevenção de câncer por meio de alimentação,

nutrição e atividade física. Inicialmente, a dinâmica da partilha de experiências, componente da *Oficina de Capacitação de Multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*, foi utilizada para conhecer as experiências prévias dos profissionais, e, a partir desse conteúdo, construir o tema em questão. De acordo com a multiplicadora, a prevenção de câncer já era abordada pela ESF no município, porém as informações novas serviram como reforço e ampliação das ações. Na semana da alimentação de 2014, o câncer foi incluído entre as DCNT passíveis de prevenção por meio da alimentação saudável e foram realizadas palestras e rodas de conversa e distribuídos materiais informativos relacionados ao tema.

Além disso, foi desenvolvida a ação de multiplicação planejada durante a *Oficina de Capacitação de Multiplicadores* com a implementação dos grupos de atividade física *Saúde em Movimento*, que são coordenados pelas equipes da ESF e ocorrem duas vezes por semana. As atividades incluem ginástica, alongamento, dança e caminhada, com a participação de diversos grupos populacionais, como idosos, gestantes, pessoas com hipertensão, diabetes e obesidade. De acordo com a multiplicadora, com as ações desenvolvidas, o tema do câncer está deixando de ser um tabu e suas formas de prevenção e detecção precoce estão mais presentes no cotidiano das pessoas. O desafio maior é a adesão a modos de vida mais saudáveis. Contudo, as equipes ESF estão satisfeitas e animadas ao observar que muitas pessoas anteriormente eram sedentárias agora frequentam os grupos assiduamente e com muita alegria.

## Roda de conversa com equipe da ESF em Inhumas

*Jussara Peres dos Santos* – nutricionista.

Núcleo de Apoio à Saúde da Família, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Inhumas, Goiás.

No município de Inhumas, em Goiás, duas equipes da ESF, envolvendo cerca de 28 profissionais foram sensibilizadas sobre o tema da prevenção de câncer pela alimentação, nutrição e atividade física em reunião rotineira da Atenção Básica. Os ACS e enfermeiros mostraram interesse no tema, tiraram dúvidas e participaram ativamente da roda de conversa.

## Avaliação e monitoramento da atuação de nutricionistas na Atenção Básica no Distrito Federal

*Mariana Martins* – nutricionista.

Gerência de Nutrição (Genut), Subsecretaria de Atenção à Saúde, SES/DF.

Com objetivo de identificar as atividades realizadas pelos nutricionistas atuantes na Atenção Básica, a Genut, da SES/DF, elaborou, em 2013, o Roteiro de Atividades da Nutrição a ser utilizado em todo o território estadual. Inicialmente, foi realizada a aplicação de um roteiro piloto com as nutricionistas atuantes nas regionais de saúde, entre junho e novembro de 2014, para a avaliação do instrumento. Em seguida, com o apoio de estagiários do curso de Nutrição da Universidade de Brasília, esse instrumento foi distribuído, respondido e devolvido preenchido por 100% dos nutricionistas do Distrito Federal. Por meio desse roteiro, a Genut visa a conhecer melhor a realidade e as particularidades da atuação dos nutricionistas.

O roteiro contém questões sobre a organização e a estrutura dos centros de saúde, os profissionais atuantes no local, o perfil da população atendida, os programas e as ações sob a responsabilidade do nutricionista e os grupos da Atenção Básica existentes no centro de saúde. As informações recebidas serão analisadas pela Genut e compartilhadas com os profissionais envolvidos. Esse instrumento será aplicado com periodicidade anual para a avaliação e o monitoramento das ações, com o desenvolvimento de um trabalho em conjunto para a melhoria da atuação desses profissionais. Com o conhecimento das atividades realizadas pelos nutricionistas e os temas abordados, será possível identificar ações relacionadas à promoção da alimentação saudável e à prevenção de câncer no Distrito Federal.

Nesse contexto, uma ação coordenada pela Genut de grande relevância para a prevenção de câncer é a construção da linha de cuidado do sobrepeso e obesidade. O grupo condutor central dessa ação é formado por diversas áreas da saúde, conforme instituído pela Portaria SES/DF n° 184, de 18 de setembro de 2014, e se reúne quinzenalmente. Em abril de 2015, o plano de ação e os fluxogramas da

linha de cuidado estavam em fase de finalização para apresentação e avaliação pela Coordenação-Geral de Atenção às Pessoas com Doenças Crônicas do Ministério da Saúde. Considerando que a obesidade constitui um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de câncer, a multiplicadora pontuou sua importância para a prevenção da doença no Distrito Federal.

## Região Nordeste

### Prevenção do câncer de próstata no município de Lagoa do Carro

*Maria Isabela Barbosa de Souza* – nutricionista.

Nasf, Lagoa do Carro, Pernambuco.

Existem prioridades em relação ao Programa de Saúde do Homem voltado para a prevenção de câncer de próstata, no município de Lagoa do Carro, em Pernambuco. Nesse programa, as unidades



**Figura 15.** Ação sobre prevenção do câncer de próstata em Lagoa do Carro, Pernambuco

Fonte: foto de Maria Isabela Barbosa de Souza

de saúde ou um local de referência são abertos uma vez no mês, no período noturno, para atendimento apenas de homens, principalmente os adultos e idosos. Quem organiza é a coordenação da Atenção Básica juntamente com o Nasf e a UBS. Desde agosto de 2016, o programa tem sido realizado na Policlínica, com a participação de médicos (clínico geral e ultrassonografista), enfermeiros, dentistas, nutricionista, fisioterapeuta, psicóloga, educador físico, cabelereiros, técnicos de enfermagem, recepcionistas e agentes de saúde.

Houve as seguintes ações: palestras educativas sobre alimentação saudável e câncer de próstata e a importância do exercício físico e de uma boa qualidade de vida e atendimentos com médico, dentistas, aferição de pressão arterial e glicemia capilar, cortes de cabelo, alongamentos com fisioterapeuta e educador físico. Nas ações, foram oferecidas ao público frutas compradas em produtores locais como lanche.

Nas várias ações oferecidas, geralmente têm sido atendidos aproximadamente 150 homens. Sempre que acontecem, todos os profissionais de saúde, principalmente a nutricionista e a multiplicadora, comentam sobre a importância de uma vida saudável, de uma alimentação baseada em alimentos regionais, com diminuição de produtos industrializados, da prática de exercício físico e do controle das DCNT, do tabagismo e do consumo de bebida alcoólica. Os participantes sempre tiram dúvidas, tornando o Dia do Homem, como é conhecido o evento, bem-sucedido. Deseja-se que essa ação seja reproduzida em outros municípios.

## Nutrição e câncer: medidas de prevenção do câncer

*Jailda Silva Santos* – professora universitária.

Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, Sergipe.

A ação de multiplicação realizada foi a *Roda de conversa sobre nutrição e câncer: medidas de prevenção do câncer*. Essa ação foi desenvolvida nos anos letivos de 2015 e 2016, com 35 alunos do 3º ano do curso de Nutrição (2015), de forma integrada ao cronograma no componente curricular de Práticas de Ensino na Comunidade do Ciclo 3, da Universidade Federal de Sergipe, no município de Lagarto.

A organização foi realizada pelas professoras Catarina Sampaio Freire de Mello Lima e Jailda Silva Santos, que também executou a ação como facilitadora. Os principais temas abordados na roda de conversa foram: a importância da alimentação no processo de prevenção do câncer e medidas de prevenção relacionadas a uma alimentação saudável.

## Atividade de educação alimentar para prevenção de DCNT (câncer, diabetes, hipertensão arterial) e promoção da saúde

Maria Risoneide Silva de Vasconcelos – nutricionista.

Secretaria Municipal de Saúde, Coruripe, Alagoas.

As experiências foram realizadas no âmbito municipal, em Coruripe, pela nutricionista do Nasf com o apoio e a colaboração de outros profissionais. O eixo temático utilizado foi atenção nutricional no combate e na prevenção de DCNT. Os principais temas abordados nessas experiências foram: as cores dos alimentos e seus benefícios; o que, como e quanto; alimentação e câncer; projeto *Eu amo frutas*; e aproveitamento integral dos alimentos.

Uma das primeiras experiências foi o concurso de receitas saudáveis nas escolas, cuja primeira etapa foi uma reunião com os diretores das escolas do município para explicar as regras do concurso. A segunda etapa foi a inscrição dos alunos por meio dos professores e do coordenador, e a terceira, por sua vez, foi a seleção das receitas a serem preparadas pelos alunos. A quarta foi a preparação das receitas e a degustação pelo corpo de jurados. A quinta etapa foi a seleção das três receitas vencedoras e a elaboração do livro pela nutricionista autora do projeto. A última etapa foi a solenidade de entrega da premiação, que aconteceu em 11 de agosto de 2011. O prêmio para o primeiro colocado foi um computador junto com troféu e certificado. O segundo e o terceiro colocados receberam uma caderneta de poupança doada pela Caixa Econômica Federal, um celular e um relógio.

Outros projetos vêm sendo desenvolvidos com a mesma temática, contando com a participação de idosas, usuárias das unidades, e de crianças especiais do povoado do Miai de



Figura 16. Atividade de educação alimentar em Coruripe, Alagoas  
Fonte: foto de Maria Risoneide Silva de Vasconcelos.

Baixo. A reeducação alimentar e as orientações sobre o papel da alimentação no processo saúde-doença (câncer, diabetes, hipertensão e obesidade) são realizadas com a utilização de vídeos e rodas de conversas com diversos temas.

Os desafios para o desenvolvimento dessas experiências foram muitos, como a não adesão dos usuários às orientações e às chamadas e a falta de recursos para a realização das oficinas. Foi gratificante ver e comprovar que, apesar de todas as dificuldades, o trabalho mostra alguns resultados positivos.

## Estratégias de prevenção do câncer por meio da alimentação e nutrição para agentes indígenas de saúde em Pernambuco

*Raísa de Almeida Duarte* – nutricionista.

Vigilância Alimentar e Nutricional Distrito Sanitário Especial Indígena Pernambuco, Recife, Pernambuco.

A Área Técnica de Vigilância Alimentar e Nutricional do Distrito Sanitário Especial Indígena (DSEI), de Pernambuco, realizou uma oficina de capacitação, nos dias 16 e 17 de setembro de 2014, com agentes indígenas de saúde (AIS) das etnias Truká e Pipipan, na Câmara de Vereadores de Cabrobó. A oficina foi desenvolvida no contexto de formação complementar ao curso do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. O tema da prevenção de câncer recebeu destaque em razão do crescimento de DCNT entre a população indígena.

Além disso, cresce também o sobrepeso e a obesidade entre crianças e adultos, promovido pelo consumo excessivo de alimentos ultraprocessados. A oficina teve início com a dinâmica *O que trago? E o que espero?*, utilizada na *Oficina de Capacitação de Multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*, que estimula os participantes a expor seus sentimentos e suas expectativas para aquele novo momento. Na dinâmica *Café mundial*, os participantes puderam representar, por meio de desenhos e da escrita, os hábitos de vida que podem levar ao desenvolvimento de câncer. Em seguida, foi realizada uma apresentação sobre o câncer, com alguns dados epidemiológicos do DSEI e informações do mundo.

No período da tarde, foi realizada a leitura, em grupo, de um artigo de revista sobre os alimentos industrializados e as estratégias da indústria para a venda de seus produtos. Essa atividade em grupo visa a estimular o hábito da leitura, o pensamento crítico e a inclusão de equipamentos de informação não convencionais. As oficinas promovidas pela área técnica, com artigos de revistas e jornais, histórias da tradição indígena e músicas, influenciam na formação e informação dos profissionais e da comunidade. O tema dos agrotóxicos foi abordado em seguida, por meio de um estudo dirigido em grupo do *Dossiê Abrasco: um alerta sobre os impactos dos agrotóxicos na saúde*.

No dia seguinte, os AIS de ambas as etnias visitaram a escola indígena Capitão Dena, na terra indígena Truká, onde puderam compartilhar os conhecimentos sobre a prevenção de câncer com estudantes do primeiro ano do Ensino Médio. Assim, a oficina não apenas capacitou teoricamente os AIS, mas também possibilitou um momento de prática e multiplicação dos conhecimentos, numa perspectiva de educação permanente em saúde. Nesse processo de ensino-aprendizado, é interessante observar a necessidade de explicar os conteúdos, utilizando exemplos da realidade vivenciada pelos AIS em suas comunidades.

Os participantes foram unânimes ao expressar a relevância dos assuntos abordados para a sua formação profissional e o consumo de alimentos saudáveis pela sua família. Diante desses relatos, foram promovidas mudanças no projeto para a inclusão dos Agentes Indígenas de Saneamento (Aisan). Foram realizadas, no ano de 2015, mais cinco oficinas de capacitação, envolvendo seis etnias (Atikum, Pankará, Fulni-Ô, Xukuru, Kambiwá e Kambiwá-Tuxá), e,



**Figura 17.** Oficina de capacitação para agentes indígenas de saúde em Recife, Pernambuco

Fonte: foto de Raísa de Almeida Duarte.

em setembro de 2016, as atividades foram finalizadas com os AIS e Aisan das etnias Pankararu e Pankararu Entre Serras, no município de Jatobá, Pernambuco.

## Secretaria de Estado da Saúde de Alagoas capacitando novos multiplicadores

*Maria Amália de Alencar Lima* – nutricionista.

*Sybelle de Araújo Cavalcante* – nutricionista.

Gerência do Núcleo do Programa Saúde e Nutrição, Diretoria de Atenção Básica, Secretaria de Estado da Saúde de Alagoas (SES/AL).

De 23 a 25 de julho de 2014, no município de Maceió, a Gerência do Núcleo do Programa Saúde e Nutrição da Diretoria de Atenção Básica, em parceria com a Diretoria de Promoção da Saúde, da SES/AL, realizou a *II Oficina de capacitação de multiplicadores para a promoção de práticas alimentares saudáveis e prevenção de câncer* no Estado. Essa ação de multiplicação foi planejada durante a primeira oficina, em outubro de 2013, com o propósito de formar mais multiplicadores e colocar o tema da prevenção de câncer em evidência na Atenção Básica.

O planejamento foi realizado por um grupo de dez profissionais da SES/AL e duas estagiárias do curso de nutrição da Universidade Federal de Alagoas, que se reuniram diversas vezes após a I Oficina. Na organização e execução da II Oficina, o grupo optou por utilizar a mesma estrutura e os métodos da primeira, consultando os técnicos do INCA, quando necessário. A II Oficina contou com a participação de 35 profissionais de saúde que atuam na Atenção Básica, na promoção da saúde e na vigilância sanitária de 13 municípios, técnicos da Secretaria de Saúde e da Assistência e Desenvolvimento Social do Estado de Alagoas, um representante do Conselho Regional de Nutricionistas da 6ª Região (CRN-6) e da Clínica Oncológica de Maceió.

Os municípios foram selecionados de acordo com o interesse e a disponibilidade em participar da capacitação. Ao final da oficina, os participantes realizaram o planejamento de ações de multiplicação em grupo, que incluíam: cartilha informativa e orientação à população, capacitação das equipes de saúde de forma individualizada, roda de conversas sobre a prevenção de DCNT, capacitação sobre a realidade dos alimentos industrializados e a prevenção de câncer, utilização da dinâmica do aquário como ferramenta para capacitações nas UBS e realização de uma oficina para a promoção de práticas alimentares saudáveis e prevenção do câncer com as equipes da ESF.

## Alimentação e atividade física na prevenção do câncer de mama

*Sayonara Ferreira Martins – enfermeira.*

Gerência de Saúde da Mulher, Diretoria de Atenção Básica, SES/AL.

No Dia de Combate ao Câncer de Mama de 2014, o Núcleo de Promoção da Saúde do Município de Maceió, em parceria com a Gerência de Saúde da Mulher da SES/AL, realizou um evento para mulheres na Academia da Saúde, com palestras interativas sobre a prevenção de câncer.

Além do enfoque na detecção precoce do câncer de mama, nesse contexto, foi possível abordar a importância da alimentação saudável, do controle do peso corporal e da prática de atividade física para a prevenção primária da doença. As participantes fizeram diversas perguntas, receberam folhetos sobre os temas e participaram de um lanche contendo uma variedade de frutas. Ao final do evento, o educador físico da equipe de organização coordenou um momento de alongamento para todas as participantes, reforçando a importância do cuidado com o corpo.

## Alimentação saudável e atividade física no Núcleo de Tratamento ao Fumante e na Academia da Saúde

*Silvana Lucia Vieira Dantas – pedagoga.*

Núcleo de Tratamento ao Fumante, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Palmeira dos Índios, Alagoas.

Após a *Oficina de capacitação de multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*, no Estado de Alagoas, em 2013, a multiplicadora do município de Palmeira dos Índios iniciou um trabalho conjunto com a nutricionista, a educadora física, o psicólogo e o fisioterapeuta do Núcleo de Tratamento ao Fumante e da Academia da Saúde. As recomendações para a prevenção de câncer passaram a ser abordadas nas palestras educativas com as pessoas em tratamento para a cessação do tabagismo. Esse grupo é formado por pessoas entre 25 e 60 anos, que se reúnem semanalmente.

Um foco especial foi dado às recomendações sobre a manutenção de um peso corporal adequado, os alimentos e as bebidas que promovem o ganho de peso, a promoção do consumo de frutas, legumes e verduras, as bebidas alcoólicas e o consumo de sal e de carnes processadas.

Além das palestras, foram realizadas rodas de conversa sobre a alimentação de cada membro do grupo, a exposição de alimentos, a simulação de refeições mais adequadas ao perfil de cada um e a explicação sobre a funcionalidade de alguns alimentos e os prejuízos de outros para a saúde. O tema também foi abordado nos grupos de atividade física da Academia da Saúde, com pessoas de 37 a 87 anos, com atividades semelhantes. Mensalmente, é realizado o chá de beleza e bem-estar na



Figura 18. Atividade de educação alimentar em Palmeira dos Índios, Alagoas  
Fonte: foto de Silvana Lucia Vieira Dantas.

Academia da Saúde, com o objetivo de mostrar a evolução dos participantes com relação à diminuição de glicemia, pressão arterial, circunferência abdominal e peso. Nos encontros, a importância desses indicadores para a prevenção de DCNT, como o câncer, é ressaltada. A multiplicadora tem observado, nos dois grupos, o interesse dos participantes pelo tema e o estímulo à mudança de hábitos de vida, especialmente no campo da alimentação.

## A prevenção de câncer: entrando na dança do Programa Chapéu de Palha

*Silvana Patrícia Figueiredo Monteiro – enfermeira.*

Coordenação do Programa Chapéu de Palha (PCP), Superintendência de Atenção Primária, Secretaria-Executiva de Atenção à Saúde, Secretaria de Saúde do Estado de Pernambuco.

O PCP foi criado em 1988 com o propósito de empregar os trabalhadores das plantações de cana-de-açúcar no período de entressafra em Pernambuco e, assim, garantir o sustento financeiro da família. Em 2007, o programa foi retomado pelo governo do Estado e passou a contemplar diversas

políticas como educação, cidadania, habitação, mulher, agricultura, meio ambiente e saúde, visando a uma melhor qualidade de vida para os canavieiros.

No âmbito da saúde, estratégias e ações para promoção e prevenção no fortalecimento da Atenção Básica foram construídas. Atualmente, o PCP abrange 92 municípios e, além dos canavieiros, inclui trabalhadores da fruticultura irrigada, pesca artesanal e mariscaria. No campo da saúde, o programa tem como ação de destaque as capacitações da ESF desses municípios. Os cursos de capacitação são executados por um grupo de 40 profissionais da saúde previamente treinados para esse fim, cada curso conta com um coordenador, dois facilitadores e um monitor. Com duração de 40 horas semanais e no máximo 45 participantes, os cursos são organizados pela Gerência Regional de Saúde com foco nas áreas com maior número de trabalhadores. Os participantes incluem ACS, técnicos de enfermagem e enfermeiros das equipes ESF.

O curso parte das experiências dos participantes e promove discussões e reflexões sobre diferentes temas, utilizando métodos participativos e problematizadores. Em 2014, as capacitações foram realizadas em parceria com a Superintendência da Atenção Primária, a Diretoria de Políticas Estratégicas, e as Gerências e Coordenações, entre elas: a de Políticas de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador, a de Segurança Alimentar, Nutricional Sustentável, a de Vigilância de Doenças e Agravos Não Transmissíveis e Promoção à Saúde, a de Prevenção e Tratamento das Doenças Crônicas Degenerativas e a de Saúde Integral do Trabalhador. O tema da prevenção de câncer foi contemplado no curso *Cuidado da Saúde do Trabalhador e Doenças Crônicas Não Transmissíveis*, com a participação de aproximadamente 2 mil profissionais de saúde. Os documentários *O veneno está na mesa* e *Muito além do peso* foram usados para estimular a discussão, focando especialmente em como os problemas apresentados nos vídeos afetam a população local e o papel da atenção básica nesse contexto. Os assuntos tanto dos agrotóxicos quanto dos alimentos ultraprocessados faziam parte da realidade dos participantes, em especial dos ACS, que apresentaram relatos de situações por eles vivenciadas.

Uma das dinâmicas realizadas no curso foi o diagnóstico situacional voltado para a saúde do trabalhador, no qual foram identificadas nítidas modificações no ambiente e na forma como o homem vem explorando a terra. Nesse sentido, foram pontuados: a presença de tratores e outras máquinas nos plantios, a poluição do rio São Francisco, a mudança da cultura da cana-de-açúcar e de grãos

(feijão e milho) para frutas, a criação dos canais de irrigação, a poluição do ar e dos rios pelo uso de agrotóxicos, o destino de embalagens a céu aberto, as queimadas e o desmatamento. Em relação aos agravos relacionados ao trabalho, foram ressaltadas as lesões por instrumentos de trabalho (por exemplo, enxadas e foices), a ausência ou o uso inadequado de equipamentos de proteção individual, as intoxicações por contato com agrotóxicos, as picadas de animais peçonhentos, insetos ou roedores e os agravos relacionados à atividade do profissional dos ACS.

Ao final do curso, os participantes elaboraram estratégias de ações a serem desenvolvidas no território, entre elas, destacam-se: o estímulo ao cultivo de alimentos orgânicos; a formação de grupos de educação em saúde; a implantação de rodas comunitárias em todas as UBS para discussão da temática; a implantação das Academias da Cidade nas comunidades de zona rural e o desenvolvimento de ações, principalmente sobre saúde do trabalhador, obesidade infantil e hábitos saudáveis. A multiplicadora, coordenadora do PCP-saúde, ressaltou que, ao final de cada curso, os participantes demonstravam estar sensibilizados e motivados a desenvolver hábitos de vida mais saudáveis por reconhecerem que são pessoas de referência dentro da comunidade e que ser exemplo é o primeiro passo para conseguir credibilidade das pessoas em suas falas.

## Semana de combate ao câncer no município de Passira

*Suzana Karla Gomes – nutricionista.*

Nasf, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Passira, Pernambuco.

Foram realizadas, durante uma semana de novembro de 2014, diversas palestras relacionadas ao Dia Nacional de Combate ao Câncer, no município de Passira, em Pernambuco. A equipe do Nasf fez um planejamento conjunto para essa semana e visitou todas as UBS, totalizando 11, e a Academia da Saúde. Nesses espaços, a equipe realizou palestras sobre diferentes tipos de câncer e formas de prevenção para os usuários.

A multiplicadora teve a oportunidade de enfatizar a prevenção por meio de alimentação, nutrição e atividade física, realizando uma palestra interativa nas salas de espera, com demonstração de

alimentos ultraprocessados e leitura dos rótulos dos alimentos. Foram distribuídos folhetos informativos sobre os cânceres de boca, mama e colo do útero. Durante todo o ano de 2014, a multiplicadora realizou palestras sobre o tema no grupo Hiperdia, no grupo de gestantes e em outros espaços da UBS. Apesar da realização dessas ações, não foi possível repassar os conhecimentos sobre alimentação, nutrição e atividade física para toda a equipe do Nasf em função da falta de tempo para os encontros e as diversas demandas cotidianas da equipe na Atenção Básica.

## Cuidando de quem cuida

*Edna Mirtes Pereira Diniz – nutricionista.*

Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Cabo de Santo Agostinho, Pernambuco.

A capacitação das equipes da ESF sobre a prevenção de câncer, em Cabo de Santo Agostinho, já havia sido planejada durante a *Oficina de capacitação de multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*, em Pernambuco. Contudo, antes dessa capacitação, a multiplicadora observou uma dificuldade na realização de ações relacionadas ao sobrepeso e à obesidade nas UBS. Grande parte dos profissionais das equipes estava acima do peso corporal adequado e cerca de 80% não praticava atividade física de forma regular. Com isso, as equipes sentiam constrangimento em abordar esses temas com a população. Ademais, não se sentiam motivadas, pois tinham várias responsabilidades e cobranças de outros programas e pouco incentivo para o cuidado com a própria saúde. Diante desse cenário, a multiplicadora optou por desenvolver a capacitação com outro foco: a saúde das equipes.

A ação envolveu todos os profissionais das UBS abordadas: enfermeiros, ACS, médicos, recepcionistas e seguranças. Os encontros ocorreram no dia da reunião administrativa de cada UBS, quando os profissionais estavam disponíveis para participar. A avaliação nutricional dos profissionais, o levantamento de hábitos saudáveis já praticados, como a alimentação e a atividade física, os exames de detecção precoce e uma roda de conversa sobre a prevenção de câncer foram realizados. Fichas de saúde foram criadas para cada profissional, e iniciou-se um jogo entre eles para o alcance dos melhores resultados. Com esse incentivo, as equipes começaram a multiplicar a prevenção de câncer também ao desenvolver o tema da obesidade com diversos grupos da Atenção Básica, como de idosos,

hipertensos, diabéticos e adolescentes. As equipes também foram encorajadas a formar grupos de atividade física com a população, usando espaços públicos, como a praia.

Um mês após o encontro de capacitação, a multiplicadora retornou a cada UBS para conversar sobre os resultados. Nesse momento, também foram realizadas rodas de conversa com a população sobre os alimentos locais e orgânicos e a leitura dos rótulos dos alimentos industrializados. A capacitação tem apresentado muitos resultados no município, principalmente em razão do envolvimento das equipes na melhoria de sua própria saúde. Como ressaltado pela multiplicadora: “a população precisa de referências, de estímulos e se eles veem que a equipe de saúde acredita e pratica o que diz, eles passam a fazer também”. Para o ano de 2015, estão planejadas novas capacitações e pretende-se abranger todas as UBS do município.

## Prevenção de câncer no município de Araripina

*Severiano Janeo da Silva Gomes* – nutricionista.

Secretaria Municipal de Saúde. Prefeitura Municipal de Araripina, Pernambuco.

Durante o ano de 2014, diversas ações foram desenvolvidas em Araripina, no Estado de Pernambuco. Foi realizada, no mês de março, a capacitação das equipes da ESF, incluindo 23 participantes sobre a importância da alimentação saudável na prevenção de câncer. Outra capacitação, em julho, foi desenvolvida com aproximadamente 210 ACS. O tema também foi divulgado por meio de entrevista com o multiplicador na estação de rádio Arari FM. Em abril, uma ação foi realizada na Praça da Igreja Matriz do município, envolvendo o público de aproximadamente 250 participantes, com avaliação nutricional e orientação sobre a prevenção do câncer.

Palestras educativas sobre alimentação e prevenção de câncer foram realizadas em seis escolas municipais, com cerca de 330 estudantes. Em uma escola estadual, a avaliação nutricional dos estudantes, incluindo um total de 215 participantes, foi realizada. Por fim, no mês de outubro, diversas ações foram organizadas pela Secretaria Municipal de Saúde, envolvendo as equipes de ESF e outras instituições em comemoração à semana de prevenção ao câncer, reunindo aproximadamente 200 pessoas, que foram sensibilizadas sobre a prevenção de câncer.

## Rodas de conversa sobre alimentação e atividade física no município de Vicência

Geniffer Estéfany Martins – nutricionista.

Nasf, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Vicência, Pernambuco.

A *Oficina de promoção de práticas alimentares saudáveis*, no município de Vicência, em Pernambuco, foi realizada pela multiplicadora, nutricionista do Nasf, em março de 2014, em parceria com enfermeira, dentista, auxiliar de saúde bucal, auxiliar de enfermagem e ACS em uma UBS. Os participantes da ação foram os membros do grupo de gestantes, obesidade e Hipertensão. A primeira dinâmica foi o *Cardápio dos deuses*, em que os participantes, divididos em grupos, foram convidados a representar, em uma cartolina, cardápios gostosos, bonitos e saudáveis, de acordo com os alimentos encontrados em suas casas. Cada grupo apresentou seu cardápio diário ou semanal, mostrando os horários das refeições, os tipos de preparações e as porções dos alimentos. Ao final, foi realizada uma roda de conversa sobre os cardápios, com destaque para o elevado consumo de alimentos industrializados (como enlatados, embutidos, molhos e temperos prontos) e com sugestões de substituições que podem ser realizadas para acrescentar alimentos mais saudáveis, conforme a realidade das famílias.

A segunda dinâmica envolveu os *Dez passos para uma alimentação saudável*, recomendados pelo Ministério da Saúde. Cada participante recebeu um pedaço de papel com números de um a dez, dentro do qual havia uma imagem representando cada passo para uma alimentação saudável. Os números foram chamados em sequência e os participantes explicavam qual passo aquela imagem representava. Todos participaram da conversa sobre a importância desses passos para a saúde e a prevenção de doenças. Ao final da oficina, o folheto *Reciclando as ideias sobre alimentação e câncer* foi distribuído para o público.

No mês de abril, uma roda de conversa sobre a atividade física foi desenvolvida com o grupo do Hipertensão. Primeiramente, cada participante falou sobre o tipo de atividade física que pratica no seu dia a dia, se a considerava importante e o motivo. Durante a conversa, a prática regular de atividades físicas foi ressaltada como essencial para a prevenção das DCNT, inclusive o câncer. No mesmo mês, a *Oficina de práticas corporais, atividade física e lazer* foi desenvolvida em parceria com a fisioterapeuta

do Nasf, com estudantes com idade entre 12 e 16 anos, de uma escola municipal. Inicialmente, foi realizada uma palestra interativa sobre a atividade física, os diferentes tipos e sua importância para a saúde e o crescimento dos adolescentes. Em seguida, os estudantes foram convidados a falar sobre a atividade física que costumavam fazer dentro e fora da escola e qual o tipo preferido por cada um deles. A oficina foi finalizada com um circuito de atividades físicas no pátio da escola, com a participação de todos os estudantes.



**Figura 19.** Elaboração do *Cardápio dos Deuses* em Vicência, Pernambuco  
Fonte: foto de Geniffer Estéfany Martins.

## Planejamento conjunto para a prevenção de câncer em todas as atividades em Olinda

*Vilma Ramos* – nutricionista.

Coordenação Municipal de Alimentação e Nutrição, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Olinda, Pernambuco.

O Programa Saúde na Escola e os programas de saúde do idoso e da criança, Hiperdia, Academia da Saúde e Dant, juntamente com a Coordenação Municipal de Alimentação e Nutrição, empenharam-se no planejamento conjunto de atividades em que o tema da prevenção de câncer pudesse ser abordado em Olinda, Pernambuco. O grupo elaborou cronogramas semanais e mensais de atividades, definiu estratégias e adaptou a abordagem e o tema de acordo com o público e a faixa etária de cada atividade. Algumas das atividades realizadas foram rodas de conversa, orientação em grupo e atividades lúdicas com usuários do SUS.

## Capacitação das equipes da Atenção Básica à Saúde em Camaragibe

*Sandra Patricia Vilaça* – nutricionista.

Nasf, Secretaria Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Camaragibe, Pernambuco.

Os conhecimentos sobre alimentação, nutrição, prática de atividade física e prevenção de câncer foram compartilhados por meio de apresentações dinâmicas para os profissionais da ESF e do Nasf de dez UBS do território quatro do município de Camaragibe, em Pernambuco. Após a capacitação desses profissionais, os temas foram abordados nos grupos da Atenção Básica, como gestantes, Hipertensão, idosos e mulheres.

## Região Sul

### Um dia sobre a segurança de alimentos: do campo a mesa (e em todos os lugares)

*Angelita Laipelt Matias – nutricionista.*

Núcleo de Autocuidado e Promoção da Saúde, Coordenadoria-Geral das Áreas Técnicas, Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre, Rio Grande do Sul.

No ano de 2015, o Dia Mundial da Saúde foi comemorado com o Circuito de Promoção da Saúde, no Largo Glênio Peres, em Porto Alegre. O evento, que ocorreu no dia 15 de abril, foi organizado pela Área Técnica das Dant, Coordenadoria-Geral de Vigilância em Saúde da Secretaria Municipal de Saúde e da Secretaria Estadual de Saúde do Rio Grande do Sul (SES/RS). Também contou com a parceria da Coordenação-Geral das Áreas Técnicas (saúde nutricional, saúde da criança e adolescente, saúde bucal, atenção à saúde dos povos indígenas, idoso, saúde da pessoa com deficiência e pneumologia), da Secretaria Municipal de Educação, da Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural (Emater), do Sesc, da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, do Fórum Gaúcho de Combate aos Impactos dos Agrotóxicos do Ministério Público (Rio Grande do Sul) e da Câmara da Saúde do Fórum dos Conselhos Profissionais (Rio Grande do Sul).

O objetivo principal do evento foi oferecer à população orientações sobre a promoção da saúde no formato de um circuito. Os participantes tiveram a oportunidade de passar pelos diversos estágios do ciclo da alimentação, desde o plantio dos alimentos até o seu consumo. As atividades lúdicas

possibilitaram a construção lógica do conhecimento para uma alimentação adequada e segura, abordando questões culturais de escolhas, armazenamento e preparo dos alimentos.

O circuito incluiu: biblioteca de sementes crioulas, feira ecológica, orientação nutricional, organização correta da geladeira para preservação do alimento em temperatura adequada, exposição de painéis de cerâmica da população indígena Kaingang, demonstração de cozinha segura para idosos, orientações sobre a higiene bucal e autoexame para evitar o câncer bucal. Além disso, foram oferecidas práticas corporais, jogos, dança, oficinas de alimentação saudável e apresentações culturais para estimular estilos de vida mais saudáveis entre a população.

O espetáculo *Cortejo das águas* apresentou, por meio da música e da dança, a importância do cuidado com as águas. A peça de teatro *E se essa rua fosse minha* orientou o público sobre os sintomas e o tratamento da tuberculose, abordando a alimentação saudável e o não uso do tabaco e do álcool. E a peça *Quem cai de maduro é fruta* foi realizada pelos ACS e discutiu a importância dos cuidados para evitar acidentes com a população idosa. Por fim, foi realizada uma apresentação de ginástica terapêutica por um grupo de usuários e servidores da região sul de Porto Alegre e atividades físicas coordenadas por um educador físico com a população presente.



**Figura 20.** Estande do Circuito do Campo a Mesa em Porto Alegre, Rio Grande do Sul  
Fonte: foto de Angelita Laipelt Matias.



# A EXPERIÊNCIA DE SISTEMATIZAR

*“Sistematizamos para trocar e compartilhar nossas aprendizagens com outras experiências similares”. Holliday (2012, p. 122).*



## Introdução

Após a apresentação dos relatos dos multiplicadores, passa-se agora a uma nova etapa: relatar a experiência de sistematizar.

quem mais aprende, quem está em permanente desafio de aprendizagem, todos os dias e em todas as horas, é o educador ou a educadora. O problema é que muitas vezes não conseguimos perceber essas aprendizagens; [...] perdemos a possibilidade de parar um momento para recopilar, recolher e refletir em torno de todas essas aprendizagens que muitas vezes se perdem para nós mesmos e, assim, não podemos compartilhá-las com outras pessoas (HOLLIDAY, 2013, p. 21).

Diante da necessidade de construir estratégias para mapear e monitorar os desdobramentos das capacitações, considerou-se importante compartilhar experiências nesse processo. Com isso, acredita-se refletir sobre a própria prática e as aprendizagens, contribuir para fomentar novas ações, além de explicitar a trajetória de trabalho, possibilitando sua adaptação e reprodução em diferentes espaços.

## Procedimentos Metodológicos

Formulação do plano de sistematização e reconstrução histórica.

### Objetivo: para quê sistematizar?

O objetivo da sistematização foi conhecer as experiências de multiplicação, em âmbito nacional, decorrentes das *Oficinas de Capacitação de Multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*, desenvolvidas pela Utanc/Conprev, no período de 2009 a 2016, e mapear o cenário atual sobre a temática, visando à publicação da *Coletânea de Experiências de Multiplicação para a Promoção da Alimentação Saudável, Prática de Atividade Física e Prevenção de Câncer*.

Esse método também permitiu gerar uma análise interpretativa a fim de identificar convergências, divergências, peculiaridades e limitações do processo de multiplicação.

## Delimitando o objeto de pesquisa: quais experiências sistematizar?

Foram sistematizadas todas as experiências relacionadas à prevenção do câncer por meio de alimentação, nutrição e atividade física decorrentes das *Oficinas de Capacitação de Multiplicadores para Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de Câncer*, realizadas no período de 2009 a 2016, e enviadas pelos multiplicadores. O resgate e o registro das ações de multiplicação, a aprendizagem, o aprofundamento da compreensão das experiências vividas, bem como os conhecimentos advindos da reflexão teórica sobre as experiências, foram coletados com vistas a avaliar, embasar e divulgar, fortalecendo assim as ações de prevenção de câncer por meio de alimentação, nutrição e atividade física no âmbito do SUS.

## Eixo de sistematização e questões norteadoras: quais aspectos centrais interessam mais?

O eixo de sistematização foi definido a partir das questões norteadoras levantadas pela equipe de capacitação do INCA, formulando uma “pergunta-eixo” que orientou o processo em direção ao conhecimento que se busca construir, a saber:

Quais foram os desdobramentos decorrentes das oficinas de capacitação na promoção da alimentação saudável e na prevenção de câncer? O que funcionou, para quem, em quais circunstâncias?

## Materiais analisados: que fontes de informação se tem?

Além dos relatos escritos enviados pelos multiplicadores das oficinas e dos contatos telefônicos, foram utilizados os relatórios técnicos decorrentes da realização de cada oficina. Em diversas atividades durante as oficinas, os participantes foram encorajados a refletir sobre formas de inserir o tema da prevenção de câncer em sua prática cotidiana. Em especial, destaca-se a dinâmica *Planejamento das ações de multiplicação*, na qual os participantes, divididos, em geral, de acordo com as regionais de saúde, planejaram atividades para multiplicar os conhecimentos compartilhados. As ações propostas em cada Estado foram registradas em um documento que contempla a descrição do tipo de ação, da população à qual se destina e outros detalhes, como o cronograma de execução. Esses registros possibilitaram identificar se as ações desenvolvidas e/ou em curso nos Estados capacitados foram as ações planejadas.

## Procedimentos e estratégia metodológica: quais procedimentos foram adotados e em que momento?

Foram realizadas três chamadas de envios das experiências de multiplicação referentes às oficinas, realizadas no período de 2009 a 2016, nas seguintes unidades federativas: Acre, Alagoas, Ceará, Distrito Federal, Goiás, Mato Grosso do Sul, Pará, Pernambuco, Rio de Janeiro, Rio Grande do Norte, Rio Grande do Sul, Sergipe, Tocantins e Bahia (município de Vitória da Conquista). As chamadas foram abertas por aproximadamente um mês, por meio de correio eletrônico.

Tendo em vista a necessidade de contatar o maior número possível dos 814 profissionais capacitados nas referidas oficinas, foi realizado o levantamento dos endereços de correio eletrônico, a partir de listas de e-mails e presença preenchidas durante as capacitações, nos relatórios de avaliação e nos contatos enviados pelos coordenadores das Áreas Técnicas de Alimentação e Nutrição dos Estados.

Esses contatos foram agrupados em um arquivo único de Excel, totalizando 548 *e-mails*, dos quais 115 mostraram-se indisponíveis. Dessa forma, estima-se que cerca de 433 participantes foram contatados em uma ou mais chamadas para envio de relatos.

Nessas chamadas, os multiplicadores foram convidados a descrever sua experiência de multiplicação, incluindo algumas informações-chave, a partir do formulário simplificado de coleta de relatos de experiência descrito no Quadro 1.

**Quadro 1.** Formulário simplificado de coleta de relatos de experiência

**Responda este e-mail com seus dados pessoais e faça um breve relato sobre a ação desenvolvida após sua participação na oficina**

**Sobre você**

Nome:

Profissão:

Local de trabalho:

Município:

Estado:

Telefone para contato:

**Sobre sua experiência, descreva o passo a passo. Lembre-se de incluir no seu texto as seguintes informações**

Título

Tipo de ação de multiplicação

Quando foi desenvolvida e se será repetida, contínua ou pontual

Quem organizou

Em qual município foi realizada

Em que local (escola, hospital, praça etc.) foi realizada

Quais foram os participantes (profissionais de saúde, estudantes, idosos etc.)

Quantos participaram, público-alvo.

Quais os temas abordados (obesidade, atividade física etc.)

Nesse sentido, foram realizadas três chamadas de envios de relatos no total, com duração de aproximadamente um mês cada uma, que deram origem ao recebimento de 37 relatos de experiências e quatro depoimentos. As manifestações que não descreviam uma experiência de multiplicação foram consideradas depoimentos, porém acrescentavam informações relevantes para a análise da situação geral. A etapa de reconstrução histórica das experiências foi iniciada, tendo em mãos os relatos enviados e os relatórios das oficinas.

## Reconstrução histórica: recuperação do processo vivido, da história da experiência e ordenação e classificação da informação

Essa etapa implica sustentar teoricamente e organizar uma determinada sequência de momentos, que seja coerente com uma fundamentação teórica e que se execute de forma criadora – de acordo com as características de cada experiência e as particularidades do contexto. A recuperação do processo vivido foi realizada a partir dos relatos de experiências enviados pelos multiplicadores. Esses estão classificados, organizados e apresentados na Parte 1 deste documento.

A reconstrução histórica das experiências ocorreu, após o recebimento dos relatos, a partir de entrevistas telefônicas com os multiplicadores, visando a compreender seu ponto de vista sobre a experiência em multiplicar os aprendizados.

Nessa etapa, construiu-se uma narrativa sobre a trajetória percorrida pelos multiplicadores, a partir das respostas às questões sobre a situação inicial, o processo de intervenção e a situação final de sua ação de multiplicação.

## Reflexões de fundo: os processos de análise e síntese e a trajetória das experiências de multiplicação

Após a fase descritiva e narrativa, iniciaram-se os processos de análise e síntese, buscando construir interpretações críticas sobre os processos vividos. Nessa etapa, buscou-se “a razão de ser” e o

sentido do que ocorreu na trajetória da experiência. Em resumo, *O porquê ocorreu o que ocorreu (e não outras coisas)*.

É necessário ter clareza de que toda intervenção complexa é uma teoria. Uma intervenção é sempre baseada em uma hipótese que pressupõe: “se nós entregamos um programa desta maneira ou se gerenciamos serviços assim, então isto nos trará alguma melhoria nos resultados” (PAWSON et al., 2005, p. S1:22). No caso das oficinas de capacitação, pode-se recriar a sentença da seguinte maneira:

Se forem feitos treinamentos sobre alimentação, nutrição, atividade física e prevenção de câncer, com profissionais do SUS de todas as unidades federativas do Brasil, haverá multiplicação desses conhecimentos nos serviços de saúde e isso aumentará o reconhecimento social da população acerca dessa possibilidade de prevenção.

Portanto, essa pode ser considerada a hipótese teórica. Outro ponto importante a considerar é que essa sentença trata de uma intervenção ativa, ou seja, alcança seus efeitos a partir da atuação dos indivíduos (equipe técnica, multiplicadores, gestores e população atendida). Por outro lado, em um estudo randomizado, por exemplo, é desejável a remoção de interferência humana na investigação, enquanto, em um programa ativo, como o abordado neste trabalho, o que se busca é o oposto. Nesses programas, a investigação funciona apenas por intermédio dos argumentos das partes interessadas e o conhecimento de que esses argumentos são completos o suficiente para a compreensão dos resultados obtidos.

Considerando isso, procedeu-se à análise interpretativa e à síntese das entrevistas realizadas com os multiplicadores que enviaram relatos nas chamadas de 2016. Aproximadamente metade dos multiplicadores entrevistados (n=8) relataram não abordar a temática da prevenção de câncer antes de participar da oficina de capacitação. O foco das ações costumava ser nas demais DCNT, como diabetes, hipertensão e dislipidemias, sem que houvesse o reconhecimento explícito de que o câncer fizesse parte desse grupo de doenças.

Outra abordagem frequentemente relatada foram as ações pontuais, relacionadas a tipos de câncer específicos como os de mama e útero nas mulheres e o de próstata em homens. Usualmente, as

ações direcionadas a esses temas específicos se davam em datas pontuais, como o Outubro Rosa e o Novembro Azul.

De forma complementar, o tabagismo também foi citado como temática central de algumas ações. Uma delas, descrita por uma multiplicadora do Mato Grosso do Sul, fazia referência a um projeto denominado *Troque nicotina por vitamina*, no qual as nutricionistas do serviço de saúde iam às ruas propor a troca de maços de cigarro por frutas. Ela relata ainda que essas eram ações mais focadas no combate ao tabagismo, entretanto, observaram que tangenciavam a questão alimentar de forma inespecífica.

Cabe destacar que, entre esses relatos, frequentemente surgiu a alegação de que sentiam a necessidade de abordar a prevenção de câncer como parte da rotina, mas que ainda não tinham a possibilidade de fazê-lo, ou por falta de recursos ou por perceberem que seu conhecimento sobre o tema ainda era insuficiente. Entretanto, muitos relataram que, após a oficina de capacitação, sentiram-se aptos a incorporar a temática em suas atividades de rotina.

Adicionalmente, os outros multiplicadores que relataram abordar a temática da prevenção de câncer antes da capacitação, intensificaram o trabalho e “passaram a ter um olhar mais cuidadoso”, após as oficinas. Uma das multiplicadoras do Rio de Janeiro disse ter criado uma rotina maior, “incorporando a temática de câncer nas ações como um tema transversal”. Foram relatadas diversas outras formas de ampliar o uso dessa temática nos serviços. Alguns exemplos valem ser destacados.

No Mato Grosso do Sul, por exemplo, houve a implementação da Semana Mundial da Alimentação, para a melhoria da qualidade de vida por meio da alimentação saudável. Anteriormente, eram distribuídas frutas secas, obtidas em parceria com lojas de produtos naturais, porém, observou-se que essa abordagem acarretava uma descontinuidade e não contribuía para a consolidação da melhoria de hábitos saudáveis. Após participarem da oficina, as equipes propuseram uma transformação nessa ação, distribuindo mudas de plantas comestíveis e receitas. Dessa forma, perceberam que a aceitação foi extremamente positiva pela população atendida, gerando uma mudança essencial: o que antes era focado em um tipo de alimento específico passou a ser visto como uma reaproximação com as práticas de cultivo dos próprios alimentos. Os multiplicadores relataram que “algumas pessoas até dizem que já estão comendo as folhas das mudas que ganharam”.

---

*Ficou muito claro pra gente o quanto as pessoas ainda não conseguem associar câncer com alimentação, elas se chocam quando a gente mostra as substâncias nocivas que têm nos alimentos e o impacto que causam na saúde. Quando fala “câncer”, elas se assustam e começam a perguntar mais. Foi uma coisa que ficou bem gritante nas ações. Ficou bem legal, quando a gente apresenta soluções simples, elas ficam muito felizes de saber que podem comprar uma mudinha. Que não precisa fazer um suco detox todo dia, elas ficaram maravilhadas (Anderson, Mato Grosso do Sul).*

---

No Rio de Janeiro, uma multiplicadora, que atua junto à população que frequenta uma feira orgânica, abordava a temática em algumas falas, mas não com muita precisão. Segundo ela, depois da oficina, o olhar sobre o tema se ampliou.

Em uma outra experiência, realizada no Rio de Janeiro, em 2009 e 2010, foi produzido um material de divulgação sobre alimentação e prevenção de câncer, como fruto de uma parceria entre a Utanc e o Inad. A multiplicadora envolvida nesse projeto relata que a parceria foi fundamental para o desenvolvimento desse material, a partir da articulação com as áreas técnicas, visto que “apesar de serem todos profissionais de saúde, não era frequente colocar esse assunto na atenção primária”. Ela ressaltou ainda a importância das oficinas culinárias, de algumas dinâmicas realizadas durante a Oficina, como a do *café mundial*, e da forma de construção coletiva do material.

---

*O projeto-piloto envolvia usuário, paciente e a gente. As pessoas se sentiram contempladas, ainda há um medo, um receio com essa palavra (câncer). E trazer essa palavra em um material que foi usado, em um material de prevenção, fez muita diferença para os usuários, para os profissionais, agentes comunitários. Dos materiais que temos, esse ainda é o mais atual (Geila, Rio de Janeiro).*

---

No Sergipe, onde não havia sido relatada nenhuma experiência prévia em prevenção de câncer, uma das multiplicadoras, que atua como professora universitária, percebeu que os alunos têm bastante interesse pelo tema, em razão da ocorrência de casos na família e de sua afinidade com a área clínica. Com isso, mesmo sendo responsável por uma disciplina da área social, a multiplicadora utiliza-se dessa afinidade juntamente com o conteúdo para promover a inserção curricular.

Quanto aos fatores que simplificaram o processo de intervenção, podem-se destacar a formação de parcerias, o apoio de gestores e a própria Oficina. As parcerias com Universidades, Secretarias

Municipais de Saúde e Sesc foram alguns exemplos citados como fundamentais para a produção de materiais de divulgação, apoio logístico e financeiro e capitalização da multiplicação, por meio da qualificação de novos profissionais.

O apoio dos gestores surgiu como um fator determinante para viabilizar as ações, a partir da autorização de atividades em serviço e do auxílio ao firmar parcerias. A própria capacitação foi citada com um fator facilitador para viabilizar a inclusão da temática prevenção de câncer. Nesse sentido, diversos depoimentos foram relatados, entre eles:

---

*O curso foi muito importante, motivou, foi um marco (...). Era relacionado com as rotinas da vida, interessante para clarear as ideias e se atualizar (Alba, Rio de Janeiro).*

---

---

*Ter as informações corretas, para atingir um público e sensibilizar a equipe para trazer ideias (Fabiana, Mato Grosso do Sul).*

---

---

*Em primeiro lugar, a capacitação me deixou motivada, empolgada. São muitos temas que precisam ser trabalhados, então fazer a oficina foi um despertar (Tailci, Mato Grosso do Sul).*

---

---

*O curso! Antes a gente ficava insegura, não tinha conhecimento, não tinha tempo e oportunidade de pesquisar, de fazer capacitação. O INCA estar presente deu mais confiança no profissional, ser formada em uma instituição que entende disso. Até mesmo para os colegas (outros profissionais) levarem a sério, porque é muita mudança, muita coisa que assusta (Lívia, Mato Grosso do Sul).*

---

## Pontos de chegada: aprendizados, sugestões e propostas

Por fim, quando questionados se fariam algo diferente caso tivessem a oportunidade de realizar novamente essas ações, os multiplicadores descreveram uma série de lições aprendidas com suas

experiências. É um material bastante rico, que certamente contribuirá para o compartilhamento de saberes, anseios e estratégias.

Alguns relatos explicitaram processos de multiplicação em série, evidenciando a capilarização dos conhecimentos. Uma das multiplicadoras realizou uma réplica da oficina com as nutricionistas do serviço onde atua e, em decorrência, teve notícia de desdobramentos promissores. Ela traz a necessidade de manter o acompanhamento dessas ações, resgatando o que foi feito e como evoluiu, concluindo que “se todo mundo pudesse entender que o câncer está na rotina...”. A multiplicadora destaca ainda a necessidade de expansão da proposta, como é perceptível na seguinte fala:

---

*Acho interessante que as pessoas treinadas (por ela) possam participar de uma oficina maior (da unidade) (...). Quem foi treinado no município, pudesse fazer uma coisa fora. Expandir mais; ela fez com as nutricionistas, mas precisa fazer para além da nutrição, para outras pessoas se apropriarem disso. Enfermeiras e médicos, como uma teia (Alba, Rio de Janeiro).*

---

Ela conclui, destacando a relevância dessas iniciativas, que abrem espaço para receber as experiências dos profissionais atuantes nos serviços, com a seguinte declaração: “nem todo mundo olha pra gente. É importante esse reconhecimento de vocês”. De forma complementar, uma multiplicadora do Distrito Federal, técnica em enfermagem, partiu de uma iniciativa individual e mobilizou outros colegas. Ela declara que sentiu a necessidade de fazer algo mais elaborado, mais organizado, gerando “uma alegria muito grande em dividir o que aprendeu”. “Podemos não ser professores, mas todos somos educadores” (Elaine, Distrito Federal).

Seguindo essa lógica do profissional de saúde educador, uma multiplicadora frequenta regularmente uma feira orgânica, na Zona Norte do Rio de Janeiro, com o projeto *Cozinharte*, que promove a educação dos passantes com temáticas relacionadas à alimentação saudável. Contudo, tem observado uma queda na frequência de público na feira. “É bom não abandonar as feiras orgânicas” (Angelita, Rio de Janeiro).

Ainda nesse contexto de caráter educacional, uma multiplicadora, do Mato Grosso do Sul, relata sempre tratar das temáticas relacionadas à prevenção de câncer, tanto com os profissionais quanto com a população, pois considera que há ligação entre todas as temáticas abordadas no serviço.

---

*É trabalho de formiga, a gente nunca pode parar. Sempre peço pra eles refletirem, sempre provoço alguma pergunta orientando: vocês sabiam que a obesidade é fator de risco para a prevenção de câncer? O que vocês acham? A demanda maior é a obesidade. Ficam muito surpresos (Francielle, Mato Grosso do Sul).*

---

Outra multiplicadora percebe a necessidade de realizar as ações de forma contínua, apesar de não estar mais atuando no serviço, porque “as pessoas têm muitas dúvidas, participam bastante, são famílias de baixa renda, têm muitas doenças crônicas. O trabalho só começou, essa foi só a sensibilização” (Luciene, Mato Grosso do Sul). Essa iniciativa de dar continuidade às ações foi observada também no Tocantins, que criou, para o Estado, uma versão do Armazém da Saúde, inspirado na atividade de mesmo nome promovida pela Unidade Técnica do INCA. No ano de 2017, as equipes estão planejando fazer uma nova capacitação do armazém, além de replicar a oficina e resgatar as pessoas que fizeram essa capacitação em parceria com a universidade (Tiemi, Tocantins).

Sobre as mudanças que os multiplicadores fariam ao planejar atividades subsequentes, surgiram propostas interessantes direcionadas à ampliação das ações para novos públicos, a intenção de testar outras abordagens metodológicas e a intensificação das estratégias de divulgação. Como exemplo, pode-se citar uma multiplicadora de Pernambuco, que atuou junto a uma população indígena e atualmente almeja replicar sua ação direcionada aos professores, propondo que incluam o conteúdo nas disciplinas de forma transversal, abrangendo história, produção de alimentos, processamento etc.

Surgiram ainda reavaliações sobre os métodos e as abordagens usuais focadas no estado nutricional, como a avaliação do IMC. Um multiplicador observa a necessidade de trabalhar mais o enfoque no consumo alimentar, na alimentação como algo comportamental, e acredita que, dessa forma, é possível conseguir outros resultados, como a redução da obesidade e do câncer.

Em Goiás, o aprendizado decorrente de um concurso de receitas nas escolas foi que não se deve julgar previamente o interesse e a adesão da população atendida à atividade proposta. Em uma próxima oportunidade, a multiplicadora relata a intenção de ampliar a proposta de ação, a fim de contemplar um público anteriormente considerado desinteressado no assunto:

---

*Estamos fazendo diferente, achávamos que só uma escola daria certo, mas percebemos que a escola que teve mais inscrições, que fez mais sucesso, foi a que era em uma comunidade mais carente, com menos recursos, em área violenta. Agora faríamos em mais escolas, queremos abranger uma quantidade maior e fazer um concurso interescolar com três escolas urbanas e três escolas rurais (Ludmila, Goiás).*

---

Quanto à divulgação e à quantidade de pessoas atendidas, os relatos variaram. Alguns relataram que faltou público e perceberam a necessidade de realizar as ações em territórios mais acessíveis do que a UBS, por exemplo, na associação de moradores ou no centro comunitário. Em outra experiência, uma multiplicadora relata que poderiam ter alcançado um número maior de pessoas se tivessem feito uma divulgação maior, gerando mais mobilização, visto que contaram apenas com a participação dos usuários que estavam frequentando o local no dia da atividade. Como contraponto, houve também multiplicadores que consideraram que a grande quantidade de participantes na atividade dificultou o processo de interação entre os profissionais e o público. Por isso, a multiplicadora pretende replicar a ação de forma mais dinâmica, de modo que incentive os participantes a falar mais. A necessidade de alguma metodologia ativa também foi percebida em outra ação, na qual a multiplicadora gostaria de “não ficar só nas palestras” e ter disponíveis materiais, como jogos de nutrição, motivação e dinâmicas.

Contudo, dependendo da realidade social em que o serviço está instaurado, o acolhimento das necessidades da população atendida torna-se mandatário em qualquer planejamento de atividades, sejam elas quais forem. Uma multiplicadora que atua no interior do Alagoas encontrou uma maneira satisfatória de atender aos anseios mais imediatos dos usuários dos serviços de saúde onde trabalha: “Não mudaria nada não, continuaria fazendo minhas palestras. Basta entender os medos deles e tentar ajuda-los” (Maria Risoneide, Alagoas).

## Considerações Finais

Como conclusão deste trabalho de mapeamento e sistematização dos desdobramentos das *Oficinas de Capacitação de Multiplicadores para a Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção de*

*Câncer*, pode-se observar que a multiplicação dos conhecimentos adquiridos tem sido realizada satisfatoriamente em diversas ações distribuídas pelo território nacional. Cerca de 5% dos profissionais capacitados enviaram relatos de suas experiências em serviço. Alguns tratavam de capacitações de outros profissionais, caracterizando a capilarização do conhecimento e o aumento do seu alcance.

Vale ressaltar que muitos dos profissionais capacitados não pertenciam ao quadro permanente dos serviços de saúde aos quais estavam vinculados, o que acarretou uma grande rotatividade. Esse fato pode ter dificultado a posterior coleta de relatos, uma vez que a comunicação após a capacitação foi retomada por correio eletrônico e estima-se que diversos profissionais capacitados não mais integravam o mesmo serviço. Isso não invalida o treinamento, visto que, onde quer que este profissional esteja, levará consigo seus novos saberes. Contudo, o tipo de vínculo do profissional com o serviço deve ser considerado em capacitações posteriores, de modo a criar estratégias que minimizem as dificuldades de manutenção do contato com esses participantes.

Uma estratégia facilitadora do monitoramento das ações de multiplicação que se mostrou bastante relevante foi a criação de grupos no WhatsApp®, após as oficinas. Nos dois Estados em que isso foi testado – Pernambuco, em 2014, e Mato Grosso do Sul, em 2016 –, o retorno no envio de relatos foi significativamente potencializado. Isso se deve à manutenção do vínculo, possibilitando um contato humanizado que gera comprometimento e engajamento, além de facilitar o envio de comunicados, materiais de apoio e resolução de dúvidas.

Foi possível observar que as ações relatadas atuaram em duas frentes distintas e igualmente relevantes: a promoção da alimentação saudável a partir de uma abordagem mais abrangente; e a promoção do reconhecimento social sobre a influência da alimentação, da nutrição e da atividade física no desenvolvimento do câncer. Ambas as abordagens têm o propósito de impactar positivamente os modos de vida da população atendida, abrindo novas perspectivas para a prevenção do câncer.

Por fim, diante da compilação deste material, podem ser destacados aspectos significativos presentes na elaboração de diversas dessas experiências. Entre esses, estão a criação de parcerias, colaboração, intersetorialidade ou outras formas de integração; a continuidade fomentada a partir

de processos educativos prolongados ou a inserção das ações na programação da APS, como campanhas anuais ou temas permanentes dos grupos de apoio; a criação de algum tipo de produto, como cartazes, livros de receitas, vídeos; a criatividade e a inovação; a atenção às populações socialmente vulneráveis ou minorias étnicas; os aspectos pertinentes ao contexto cultural; os processos de construção coletiva envolvendo participação social; e o incentivo à replicação das experiências a partir da descrição dos relatos.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília, DF, 2014.
- HOLLIDAY, OSCAR JARA. *A sistematização de experiências, prática e teoria para outros mundos possíveis*. Brasília, DF: CONTAG, 2012.
- \_\_\_\_\_. *Para sistematizar experiências*. Brasília, DF: Ministério do Meio Ambiente, 2006.
- INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. *ABC do câncer: abordagens básicas para o controle do câncer*. 2. ed. rev. atual. Rio de Janeiro, 2012.
- LISPECTOR, Clarisse. *A descoberta do mundo*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1984. p. 191.
- PALMA, Diego. *La sistematización como estrategia de conocimiento en la educación popular: el estado de la cuestión en América Latina*. Santiago de Chile: CEAAL, 1992. (Papeles del CEAAL, 3). Disponível em: <[https://www.u-cursos.cl/medicina/2011/0/TOMIPCO4/1/material\\_docente/bajar?id\\_material=367145](https://www.u-cursos.cl/medicina/2011/0/TOMIPCO4/1/material_docente/bajar?id_material=367145)>. Acesso em: 4 jul. 2017.
- PAWSON, R. et al. Realist review – a new method of systematic review designed for complex policy interventions. *Journal of health services research & policy*, Edinburgh, v. 10, p. 21-34, 2005. Supplement 1.

Este livro foi impresso na gráfica Fox Print em Offset,  
papel couché 115g, 4/4.

Fonte: Merriweather, corpo 8.

Rio de Janeiro, setembro de 2017.



ISBN 978-857318334-4



DISQUE SAÚDE

**136**

Ouvidoria Geral do SUS

Biblioteca Virtual em Saúde Prevenção e Controle de Câncer  
<http://controlecancer.bvs.br/>



MINISTÉRIO DA  
**SAÚDE**

