

Projeto de Estágio à Ordem dos Nutricionistas

Literacia alimentar e nutricional em famílias em situação de insegurança alimentar na freguesia de Alvalade

De acordo com a *Food and Agriculture Organization* (FAO), o conceito de segurança alimentar é reconhecido como “uma situação que existe quando todas as pessoas, em qualquer momento, têm acesso físico e económico a alimentos suficientes, seguros e nutricionalmente adequados, que permitam satisfazer as suas necessidades nutricionais e preferências alimentares para uma vida ativa e saudável”¹.

O estudo “INFOFAMÍLIA” coordenado pela Direção-Geral da Saúde (DGS) demonstrou que, em Portugal, a prevalência de insegurança alimentar das famílias portuguesas é de 45.8%, sendo que, 29.7% apresentou um nível de insegurança alimentar ligeira (preocupação ou incerteza quanto ao acesso a alimentos no futuro), 9.5% em situação de insegurança alimentar moderada (comprometimento da qualidade nutricional e/ou quantidade dos alimentos ingeridos entre os adultos) e 6.6% em situação de insegurança alimentar grave (rutura do padrão alimentar usual, com comprometimento da qualidade e redução da quantidade de alimentos de todos os membros da família, incluindo crianças, podendo e ainda, existir fome)².

Neste estudo, identificou-se como fatores de risco associados a uma maior insegurança alimentar, existirem crianças no agregado alimentar, residir nas regiões de saúde do Algarve e de Lisboa e Vale do Tejo, baixo nível de instrução, agregados familiares com desempregados e quanto maior o número de pessoas no agregado familiar. Ter uma, duas, três ou mais pessoas a contribuir para o rendimento familiar foi identificado como fator protetor para todos os níveis de insegurança alimentar³. O estudo sugere, também, uma relação entre graus mais elevados de insegurança alimentar e valores mais elevados de excesso de peso e ressalva a importância de considerar a insegurança alimentar como um problema que pode afetar a população em geral. Este estudo sugere, também, relação das doenças crónicas como obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares ou cancro, porque possuem uma distribuição na população muito dependente do acesso a alimentos de boa qualidade nutricional³.

¹ Food and Agriculture Organisation of the United Nations – FAO. Report of the World Food Summit (WFS). Rome, 1996.

² Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável Portugal - Alimentação Saudável em Números-2015. Lisboa, 2016.

³ Gregório MJ, Graça P, Costa A, Nogueira PJ. Time and regional perspectives of food insecurity during the economic crisis in Portugal, 2011-2013. *Saude Soc.* 2014;23(4):1127–41. <https://doi.org/10.1590/S0104-129020140004000010104-1290>

No âmbito da Comissão Social da Freguesia de Alvalade foi identificada, pelas organizações que prestam apoio alimentar a famílias em situação de insegurança alimentar, a necessidade de promover a literacia alimentar e nutricional das mesmas.

Para a realização deste projeto, a Fundação para a Saúde - Serviço Nacional de Saúde, que integra a Comissão Social de Freguesia, foi desafiada para o desenvolvimento de um projeto de intervenção na área da literacia alimentar e nutricional dirigido às famílias em situação de insegurança alimentar. O projeto seguirá um modelo de intervenção em saúde comunitária e de parcerias entre a Junta de Freguesia de Alvalade, a Fundação para a Saúde - Serviço Nacional de Saúde, a Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, o Centro Social e Paroquial do Campo Grande, o Centro Social e Paroquial de São João de Brito, a ReFood-Alvalade e a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa. A finalidade é promover a literacia alimentar e nutricional das famílias em situação de insegurança alimentar e dos técnicos e voluntários das organizações que prestam apoio alimentar em Alvalade.

Neste projeto será integrado um estágio profissional à Ordem dos Nutricionistas, cuja orientação será feita por uma nutricionista da Fundação para a Saúde- Serviço nacional de Saúde e professora da Licenciatura em Dietética e Nutrição da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa.

O estágio decorrerá no período de 6 meses, após aprovação do mesmo e de acordo com os seguintes objetivos:

- Intervir na área da promoção da saúde, através da participação no projeto de intervenção comunitária “Literacia alimentar e nutricional em famílias em situação de insegurança alimentar na freguesia de Alvalade”.
- Integrar a equipa do projeto em literacia alimentar e nutricional em famílias em situação de insegurança alimentar na freguesia de Alvalade.
- Avaliar o estado nutricional das famílias abrangidas pelo projeto “Literacia alimentar e nutricional em famílias em situação de insegurança alimentar na freguesia de Alvalade”.
- Identificar o padrão alimentar, através da realização da avaliação do consumo alimentar das famílias abrangidas pelo projeto “Literacia alimentar e nutricional em famílias em situação de insegurança alimentar na freguesia de Alvalade”.
- Assegurar a adequação da oferta alimentar, através da realização do levantamento da oferta alimentar, com emissão de parecer técnico, das quatro instituições de apoio alimentar do projeto “Literacia alimentar e nutricional em famílias em situação de insegurança alimentar na freguesia de Alvalade”.
- Desenvolver e aplicar ações de formação, workshops e materiais pedagógicos dirigidos às famílias do projeto “Literacia alimentar e nutricional em famílias em

situação de insegurança alimentar na freguesia de Alvalade” e às organizações prestadoras de apoio alimentar na freguesia de Alvalade.

- Intervir na análise de dados em saúde, através da informatização e análise estatística de dados, no contexto das ciências da nutrição e alimentação.