

## Educação nutricional e alimentar

algumas considerações sobre o discurso

Maria do Carmo Soares de Freitas

SciELO Books / SciELO Livros / SciELO Libros

FREITAS, MCS., FONTES, GAV., and OLIVEIRA, N., orgs. *Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura* [online]. Salvador: EDUFBA, 2008. 422 p. ISBN 978-85-232-0543-0. Available from SciELO Books <<http://books.scielo.org>>.



All the contents of this chapter, except where otherwise noted, is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial-ShareAlike 3.0 Unported.

Todo o conteúdo deste capítulo, exceto quando houver ressalva, é publicado sob a licença Creative Commons Atribuição - Uso Não Comercial - Partilha nos Mesmos Termos 3.0 Não adaptada.

Todo el contenido de este capítulo, excepto donde se indique lo contrario, está bajo licencia de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.

# **Educação nutricional e alimentar**

algumas considerações sobre o discurso

---

Maria do Carmo Soares de Freitas

Ao considerar o contexto brasileiro, a historicidade e os diversos aspectos socioculturais, ademais do acesso ou não aos alimentos de qualidade e em quantidade para suprir necessidades corporais, é preciso pensar uma educação nutricional capaz de trazer elementos implícitos no mundo moderno e na tradição do comer. O mundo moderno reserva noções que impõem ao indivíduo e a comunidade, uma conciliação ritual pautada no discurso normativo técnico/científico que produz sentidos ameaçadores. Em geral, pode-se dizer que o indivíduo se sente acuado por tantas restrições externas, logo, sente também seu infortúnio, seus riscos à saúde.

Na trama de tantas informações sobre o corpo e o comer, as normas dietéticas, movidas pela retórica neo-higienista se apóia em preceitos morais, adequações para o cuidado de si, e estimula sentidos de culpabilidade ao outro que não cumpre a requisição dietética. Também Turner analisa este aspecto moralista da dieta.

Na cena entre o paciente e o profissional nutricionista, o primeiro se encontra preso ao desejo, à sua cultura, seus hábitos, e ele sente na ação discursiva do profissional a redução de sua reflexão sobre as dificuldades em apreender novos modos saudáveis de viver.

O discurso reducionista do profissional de saúde é moralista na medida em que considera o paciente o único responsável por suas mudanças habituais. O único que se pune em sua patologia referida. Entretanto, dificilmente, ele irá conseguir mudar crenças e práticas apenas com a informação do discurso que o receitou.

Nessa suposição, na relação nutricionista e paciente falta escuta, autoria do paciente, silêncio de seu intérprete sobre o sensível. O desconhecimento e o estranhamento fazem parte desse tratamento, em que o devir não se quer conhecer.

A consulta de nutricional pode se apresentar como um processo discursivo para demonstrar ao indivíduo a importância de seguir uma dieta. Este convencimento do saber, descarta qualquer possibilidade de abertura e aprendizagem para os personagens envolvidos. Descarta a história social, o contexto e os efeitos produzidos sobre o comer e o corpo. O conhecimento, para Freire (1991) e Bourdieu (1998) é uma posição social. E, a certeza científica uma posição política. Sobre este aspecto,

Freire fala que é preciso pensar uma “posição não dogmática, mas serena, firme de quem se encontra plenamente em estado de busca, aberto à mudança na medida em que deixou de estar demasiado certo de suas certezas” (FREIRE, 2000, p. 9).

Se não há possibilidade de conhecer a pluralidade objetiva-subjetiva do comer, o discurso biomédico se transforma em uma retórica moral, uma convenção coberta de verdades científicas, objetivas e lúcidas para o profissional, mas uma ficção para o paciente quando não se fala da sua realidade; não só a realidade visível, mas sociocultural e no que se acredita ser real.

Para Mabel Gracia (2007), a educação para uma nutrição saudável é um paradoxo; uma contradição. Na prática, o profissional não responde às profundas mudanças da significação do comer. Para a autora, as normas nutricionais vão ao encontro dos significados sociais da comida (GRACIA, 2007, p. 79).

Em espaços onde predomina a norma disciplinar, a pedagogia produz o mensurável, adaptável, psicologizado. O espaço escolar e conseqüentemente a relação profissional com o paciente ou a comunidade funcionam como máquinas de aprender, vigiar, hierarquizar, por vezes punir e premiar (FOUCAULT, 1998).

Com isso, a obediência evita a indisciplina, a heterogeneidade. Nesse sentido, o controle sobre o corpo é o mais importante atributo sobre o outro; o corpo é o lugar da inscrição dos acontecimentos em que se dissocia o Eu, os sentidos, as sensações, os significados.

Para o ser humano distinguir o alimento e suas escolhas, ele não se restringe a dimensões físico-químicas biológicas e matemáticas, que se iguala à ração de animais. As noções são outras. Conhecer e estudar o alimento do humano significa se apropriar do que é singular na diferença entre seres humanos e os outros seres vivos. Trata-se da cultura; da rede de significações sobre o comer nas diferentes condições socioculturais.

O alimento para o ser humano tem historicidade nas mais diversas sociedades em que se cria, destrói, modificam hábitos, incorporam outros valores, religiosidades e tantas mágicas e crenças que existem em torno do comer.

Por isso o nutricionista ao propor dietas deve entender também sobre condições sociais, valores culturais, hábitos e tantas outras maneiras de compreender o cotidiano alimentar.

Hoje, as possibilidades de informações são gigantescas. De uma parte, o complexo sistema virtual intensifica desejos mais diversos desde a infância.

Mas, será ainda a escola o lugar onde o indivíduo pode aprender a socializar, selecionar, estimular a produção do conhecimento. No entanto, para o indivíduo se sentir livre para apreender, são fundamentais, tempo e estímulo para pensar sua condição humana.

Para o paciente sentir-se autor de sua liberdade e sua comida, a relação com o nutricionista deve ser mediada pelo diálogo do sensível e não disciplinador de gostos, paladares, correção de hábitos. A técnica é necessária, e deve associar-se ao conjunto de outros saberes. Por isto, na formação do nutricionista, por exemplo, não estamos preparando-o apenas para o mercado de trabalho, mas antes, para construir a possibilidade de serem pensantes na nutrição, em cada realidade; para tanto, sua criatividade não deve ser abalada, mas, estimulada.

A idéia de liberdade na educação é orientada por vários autores. Bourdieu (1998) e Foucault (1998) enfatizam a idéia de equidade e consideram a relação de poder do educador como um modo de desvalorizar a alteridade; Hanna Arendt (2002) ao tratar sobre a indiferença, propõe o *amor mundi* como única possibilidade de valorizar o sujeito, seu trabalho, a escola, a vida.

No Brasil, obras de Paulo Freire, e Rubem Alves nos auxiliam a pensar a importância da escuta sensível para educar. Ao ser ouvido e escuta, nasce, pois, a compreensão do mundo para uma apreensão do pensar o corpo no contexto histórico do cotidiano, em que o passado é presencial (HEIDEGGER, 1997).

A anamnese alimentar ao trazer a memória com fragmentos de histórias de vida torna possível compreender hábitos, tradições.

Sobre isto, vale dizer que a formação humanista na área da saúde não é empírica ou emerge do senso comum e da iniciativa pessoal, mas necessita ser pautada nas ciências humanas, na história, sociologia, psicologia, geografia humana, economia, direito, administração dos alimentos; a filosofia.

São estas disciplinas interligadas à nutrição que podem oferecer uma educação nutricional na clínica individual e em práticas coletivas. A humanização das ciências da saúde é interdisciplinar e uma tendência mundial.

No Brasil, o Sistema Único de Saúde (SUS) em seu programa Humaniza SUS, mostra que “um dos aspectos que mais tem chamado a atenção quando da avaliação dos serviços é o despreparo dos profissionais para lidar com a dimensão subjetiva que toda prática de saúde supõe”. (BRASIL. Ministério da Saúde, 2004, p. 10).

Por isso estamos participando desse projeto nacional, no campo da nutrição, revendo nossa prática em educar, orientar, informar, revendo conceitos em contextos sociais específicos no documento *Humaniza-SUS: política nacional de humanização* (BRASIL. Ministério da Saúde, 2004).

A abordagem das ciências humanas nas ações de alimentação e nutrição estimula a produção de um conhecimento profundo sobre a relação entre o paciente, sujeito que sofre, e o profissional de nutrição.

Nessa perspectiva, os aspectos culturais, sócio-econômicos, políticos e históricos da sociedade podem fomentar práticas transformadoras, como a mudança de hábitos.

Para tanto, necessita-se construir uma delicada parceria para desvelar o mundo dos significados socioculturais do doente e sua alimentação, compartilhada com sua narrativa.

Somente com a aproximação do conteúdo humano dos que buscam serviços de saúde se pode compreender o cuidado na nutrição. A proximidade com a realidade do usuário é fruto da escuta sensível do profissional. É nessa escuta que aparecem dimensões culturais da doença, do aleitar e tantas outras questões e necessidades em contextos sociais, étnicos, religiosos, específicos.

Na interação entre estes personagens torna-se possível perceber sentidos da nutrição a serem compartilhados em sua pluralidade no momento mesmo da orientação dietética. Também, pode-se melhorar o prognóstico em geral. Presença e diálogo formam, então, uma intersubjetividade no tratamento nutricional que se humaniza numa espécie de parceria.

Assim, a conduta do profissional pode ir além do diagnóstico, das normas e técnicas, pois a tendência da humanização leva a ver mais, a partir das palavras que fluem na linguagem.

Para esta abertura se apreendem saberes e práticas da saúde e da nutrição, entendendo representações sociais, significados, percepções do sujeito que necessita entender sua obesidade, sua desnutrição, a diabetes e tantas outras enfermidades que demandam uma dietética compreensiva capaz de interagir com sua realidade e mudar hábitos.

Este é o sentido possível para a percepção do alimento seguro e da nutrição por gestores das políticas públicas de alimentação e nutrição.

Por acreditar que o mundo é passível de transformação, o primeiro momento do encontro humano para uma orientação ou educação nutricional gera a probabilidade do conhecer. Nessa disposição, o educando se reconhece como um construtor da cultura.

Esta descoberta lhe permite sentir-se socialmente valorizado, pois descobre em sua prática um saber que o faz se perceber como um sujeito de sua realidade, sua mudança alimentar. Não se trata, pois de obedecer ao discurso sobre a dieta para sua enfermidade.

A educação nutricional, nessa perspectiva, produz efeitos sobre a qualidade alimentar no plano de um cotidiano onde o sujeito informado cientificamente de sua doença ou das condições de seu meio ambiente ou dos significados da insuficiência alimentação escolar, escolhe em parceria com o profissional um modo de agir sobre sua alimentação.

O processo de comunicação entre estes saberes (profissional, paciente e um terceiro saber que nasce dessa relação) se justifica na compreensão dos códigos culturais que envolvem a cena do educar. Uma cena que não se esgota num texto e caminha pelos sentidos do comer.

## Referências

- ALVES, R. **Educação dos sentidos**. Campinas: Verus, 2007.
- ARENDE, H. **Entre o passado e o futuro**. Tradução de Mauro W. Barbosa de Almeida. São Paulo: Perspectiva, 2002.
- BOURDIEU, P. **La distinción: criterio y bases sociales del gusto**, Madrid: Taurus, 1998.
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Humaniza-SUS: política nacional de humanização**. Brasília, 2004.
- FOUCAULT, M. **A ordem do discurso**. São Paulo: Loyola, 1998.
- FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia**. São Paulo: Paz e Terra, 1991.

\_\_\_\_\_. **Política e educação**. 4. ed. São Paulo: Cortez, 2000.

GRACIA, M.; COMELLES, J. (Ed.). **No comerás**: narrativas sobre comida cuerpo y género en el nuevo milenio. Barcelona: Icaria, 2007. (Observatorio de la Alimentación).

HEIDEGGER, M. **Ser e tempo**. Rio de Janeiro: Vozes, 1997. v. 1.