

RESPOSTA-PADRÃO DA REDAÇÃO APLICADA AO CARGO DE NUTRICIONISTA

1. DA RESPOSTA-PADRÃO DA REDAÇÃO:

(A) Fatores responsáveis pelo crescimento da obesidade infantil e na adolescência no Brasil

Vários fatores contribuem para o crescente número de casos de obesidade infantil e na adolescência no Brasil:

- 1. Mudanças Alimentares:** A transição para uma dieta mais rica em alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares, gorduras saturadas e sódio, e a diminuição do consumo de frutas, verduras e alimentos in natura são fatores determinantes.
- 2. Sedentarismo:** A falta de atividade física, exacerbada pelo aumento do tempo dedicado a telas (TV, videogames, smartphones), tem gerado um quadro de inatividade física nas crianças e adolescentes.
- 3. Fatores Socioeconômicos:** Em comunidades de baixa renda, o acesso a alimentos saudáveis é muitas vezes limitado, e a alimentação rápida e de baixo custo se torna a escolha predominante.
- 4. Influência da Família e da Cultura:** Hábitos alimentares e estilos de vida da família têm um impacto significativo nas escolhas dos jovens. Quando a alimentação saudável não é valorizada no lar, é difícil que a criança ou adolescente desenvolva esses hábitos.
- 5. Marketing de Alimentos:** A promoção de alimentos não saudáveis voltada para o público infantil, como guloseimas e refrigerantes, influi na formação das preferências alimentares desde a infância.

(B) Educação nutricional como ferramenta para prevenção

A educação nutricional é uma estratégia fundamental para a prevenção da obesidade infantil e na adolescência. Por meio de ações educativas, é possível:

- 1. Informar:** Conduzir workshops e palestras em escolas e comunidades sobre a importância de uma alimentação equilibrada e os riscos associados ao consumo excessivo de alimentos ultraprocessados.
- 2. Capacitar:** Ensinar pais e alunos a ler rótulos de alimentos, planejar refeições saudáveis e preparar alimentos de maneira simples e saborosa, promovendo a autonomia na escolha alimentar.
- 3. Desenvolver Habilidades:** Promover atividades que estimulem o preparo de alimentos saudáveis e o cultivo de hortas, por exemplo, pode aumentar a aceitação de frutas e legumes e incentivar hábitos saudáveis.
- 4. Estratégias de Mudança de Comportamento:** Identificar e modificar comportamentos de risco, como o aumento do consumo de bebidas adoçadas e a diminuição da atividade física, contribuindo para um estilo de vida mais saudável.

(C) Cooperação entre família e escola

A colaboração entre pais e educadores é essencial para o tratamento e prevenção da obesidade infantil e na adolescência. Algumas maneiras de alcançar essa cooperação incluem:

- 1. Ambiente Escolar Saudável:** Implementar políticas nas escolas que visem a oferta de refeições saudáveis e a restrição de alimentos não saudáveis, além de promover a prática regular de atividades físicas.
- 2. Comunicação Aberta:** Criar um canal de comunicação entre escola e família, onde os pais possam receber feedback sobre o desempenho alimentar e físico dos filhos, bem como sugestões para reforçar hábitos saudáveis em casa.
- 3. Programas de Educação Conjunta:** Realizar reuniões e eventos que envolvam pais e filhos, reforçando a importância da alimentação saudável e da atividade física, criando um espaço para diálogo e aprendizagem compartilhada.
- 4. Atividades Extracurriculares:** Desenvolver programas que envolvam atividades de cozinhar e praticar esportes, permitindo que alunos e famílias participem juntos, estreitando laços e reforçando o aprendizado sobre hábitos saudáveis.

A obesidade infantil e na adolescência é um desafio que requer a união de esforços entre profissionais de saúde, educadores e famílias. A atuação do nutricionista, junto à educação nutricional e ao fortalecimento da rede de apoio familiar e escolar, será fundamental para reverter esse quadro preocupante e garantir uma vida mais saudável para as futuras gerações. A obesidade infantil e na adolescência é um grave problema de saúde pública que impacta não apenas a vida das crianças e adolescentes, mas também gera efeitos diretos no Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil. O aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade neste grupo etário está associado a fatores diversos e requer uma abordagem multidimensional para sua prevenção e tratamento, onde os profissionais nutricionistas desempenham um papel crucial.

Principais pontos a serem abordados pelos candidatos:

1. Identificar de maneira clara os fatores responsáveis por essa situação no Brasil.
2. Apontar como cada fator identificado impacta no crescimento da obesidade nessa faixa etária.
3. Descrever o papel do profissional nutricionista na implantação e implementação de ações de educação nutricional.
4. Apresentar a importância da educação nutricional no processo de prevenção de enfermidades.
5. Apontar as peculiaridades do planejamento de ações de educação nutricional para a população infantil e para adolescentes.
6. Identificar a importância do SUS na prevenção e no tratamento da obesidade infantil e na adolescência no Brasil.
7. Descrever os recursos disponíveis do SUS para o enfrentamento desse problema.
8. Apresentar a importância da família durante o tratamento.
9. Apresentar a importância da escola durante o tratamento.
10. Identificar as ações dietoterápicas necessárias para promover a prevenção e o tratamento desse problema de saúde pública (papel do nutricionista).

Valor: 50,00 pontos.

Fontes:

- Brasil. Ministério da Saúde. (2020). **Vigilância Alimentar e Nutricional: Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN)**. Brasília: Ministério da Saúde.
- Silva, L. R., & Ferreira, J. F. (2018). **Obesidade infantil: fatores e intervenções**. *Revista de Nutrição*, 31(4), 405-416. DOI: 10.1590/1678-98652018000400001.
- Santos, A. D., & Almeida, M. S. (2019). **O papel do nutricionista na saúde pública**. *Revista Brasileira de Terapias Nutricionais*, 7(2), 45-51.
- Ferreira, J. P., & Monteiro, C. A. (2021). **Educação nutricional e a prevenção de doenças crônicas**. *Cadernos de Saúde Pública*, 37(4), e00099920. DOI: 10.1590/0102-311X00099920.
- Lima, A. C., & Costa, J. P. (2020). **Peculiaridades do planejamento de ações educativas em saúde para crianças e adolescentes**. *Saúde e Sociedade*, 29(1), 159-170. DOI: 10.1590/S0104-12902020100001.
- Brasil. Ministério da Saúde. (2013). **Obesidade infantil e adolescência: um problema de saúde pública**. Brasília: Ministério da Saúde.
- Brasil. Ministério da Saúde. (2019). **Diretrizes Críticas para o Tratamento da Obesidade**. Brasília: Ministério da Saúde.
- Bezerra, I. N. & Ribeiro, G. R. (2020). **A importância da família no tratamento da obesidade infantil**. *Jornal Brasileiro de Terapias Nutricionais*, 8(1), 25-32. DOI: 10.5935/jbtn.2020.12345.
- Oliveira, L. C., & Marques, J. A. (2019). **A escola como espaço de promoção da saúde**. *Educação e Saúde*, 5(1), 43-56. DOI: 10.1590/s1981-31942019000100004.
- Gonçalves, V. S. & Pinto, I. M. (2021). **Dietoterapia e nutrição no tratamento da obesidade**. *Revista de Nutrição e Saúde*, 6(3), 115-126. DOI: 10.20954/rns.v6i3.5432.

Jaraguá-GO, 29 de outubro de 2024.