

CRN3



Ano I • Nº 01
Junho 2011

Os desafios da Nova Gestão

Conheça o colegiado do Triênio 2011/2014



CONSELHO REGIONAL DE NUTRICIONISTAS – 3ª REGIÃO (SP/MS)

Corpo de Conselheiros – Colegiado 2011-2014

Efetivos

Beatriz Aparecida Edméa Tenuta Martins (CRN-3 0159)
Cristina Rebolho da Silva (CRN-3 5087)
Celi Maiyumi Kussumoto (CRN-3 2012)
Giorgia Castilho Russo (CRN-3 16122)
Thiago Sacchetto de Andrade (CRN-3 21466)
Monica Inez Elias Jorge (CRN-3 0640)
Renata Caires Borba (CRN-3 12241)
Vera Barros de Leça Pereira (CRN-3 0003)
Vera Lúcia Barreto (CRN-3 0023)
Lilian Almeida de Abreu Silva (CRN-3 21305) (em afastamento temporário)

Suplentes

Elaine Monteiro Maielo Occhialini (CRN-3 2377)
Eliana de Aquino Bonilha (CRN-3 1243)
Maria Helena Villar (CRN-3 0021)
Miriam Pereira Soares (CRN-3 16404)
Marta Cecília Soli Alves Rochelle (CRN-3 0483)
Natália Mayara Albano (CRN-3 22086)
Vera Helena Lessa Villela (CRN-3 0130)
Viviane Fagundes Piatecka (CRN-3 21309)

Diretoria

Presidente: Beatriz Aparecida Edméa Tenuta Martins (CRN-3 0159)
Vice-Presidente: Vera Barros de Leça Pereira (CRN-3 0003)
Tesoureira: Renata Caires Borba (CRN-3 12241)
Secretária: Vera Lúcia Barreto (CRN-3 0023)

Comissões

Comunicação: Giorgia Castilho Russo (Coordenadora); Vera Helena Lessa Villela; Natália Mayara Albano; Miriam Pereira Soares; Marta Cecília Soli Alves Rochelle / Colaboradores: Sandra Aparecida Breanza e Solange Hypolito Siqueira Freire

Ética: Vera Barros de Leça Pereira (Coordenadora); Cristina Rebolho da Silva; Maria Helena Villar; Renata Caires Borba; Natália Mayara Albano; Vera Helena Lessa Villela

Fiscalização: Vera Lúcia Barreto (Coordenadora); Monica Inez Elias Jorge; Celi Maiyumi Kussumoto; Renata Caires Borba; Miriam Pereira Soares; Thiago Sacchetto de Andrade

Formação profissional: Monica Inez Elias Jorge (Coordenadora); Cristina Rebolho da Silva; Eliana de Aquino Bonilha; Marta Cecília Soli Alves Rochelle; Thiago Sacchetto de Andrade; Maria Helena Villar / Colaboradores: Maria Luiza S. Banduk; Carlos Eduardo Andrade Chagas

Licitação: Celi Maiyumi Kussumoto (Coordenadora); Magda Regina Rocha (GA); Solange de Oliveira Saavedra (GT); Edison de Araújo Vicente (Func)

Tomada de contas: Cristina Rebolho da Silva; Giorgia Castilho Russo; Monica Inez Elias Jorge; Elaine Monteiro Maielo Occhialini

Eventos: Giorgia Castilho Russo (Coordenadora); Celi Maiyumi Kussumoto; Viviane Fagundes Piatecka; Natália Mayara Albano / Colaboradora: Aline Pereira da Fonseca

Atendimentos

Atendimento administrativo de 2ª a 6ª feiras das 9h às 16h
Atendimento técnico nas delegacias do CRN-3 de 4ª e 6ª feiras das 9h às 16h

Endereços

Sede: Av. Brigadeiro Faria Lima, 1461 – 3º andar – Torre Sul – Jardim Paulistano – São Paulo/SP – CEP 01452-002 – Telefones (11) 3474-6190 / 3474-6191 – www.crn3.org.br / crn3@crn3.org.br

Delegacias

Bauru: R. Rio Branco, 5-38 – sala 51 – Centro – Bauru/SP
CEP 17010-190 – Telefone (14) 3227-9105 – del.bauru@crn3.org.br
Fiscal: Dra. Vivian Miziara de Assis Cassetari

Campinas: R. Tiradentes, 446 – 2º andar – conj. 23 – Vila Itapura
Campinas/SP – CEP 13023-190 – Telefone (19) 3232-2421
del.campinas@crn3.org.br

Fiscais: Dras. Zélia Maria Alfares e Hilda Francisca Chiqueto

Presidente Prudente: R. Dr. José Foz, 323 – sala 501 – Centro

Presidente Prudente/SP – CEP 19010-041

del.presidentepudente@crn3.org.br

Fiscal: Dra. Anete Cristina Soares Correia

Ribeirão Preto: R. Visconde de Inhaúma, 490 – 12º andar – conj.1206
Centro – Ribeirão Preto/SP – CEP 14040-903 – Telefone (16) 3635-3055
del.ribeiraopreto@crn3.org.br

Fiscal: Dra. Lígia Mara Ivanov

Santos: R. Euclides da Cunha, 11 – 3º andar – sala 307 – Gonzaga

Santos/SP – CEP 11065-900 – Telefone (13) 3288-1203

del.santos@crn3.org.br

Fiscal: Dra. Karina Nunes de Simas

São José do Rio Preto: R. XV de Novembro, 3171 – 2º andar – sala 25

Centro – São José do Rio Preto/SP – CEP 15015-110

Telefone (17) 3232-6917 – del.sjriopreto@crn3.org.br

Fiscal: Dra. Luciana Brazoloto Guimarães

São José dos Campos: Av. Dr. João Guilhermino, 261 – 9º andar – sala 95

Centro – São José dos Campos/SP – CEP 12210-131

del.sjcampos@crn3.org.br

Fiscal: Dr. Odisael Vieira de Siqueira

Sorocaba: R. Riachuelo, 460 – sala 806 – Vila Adonias – Sorocaba/SP

CEP 18035-330 – Telefone (15) 4009-5655 – del.sorocaba@crn3.org.br

Fiscal: Dra. Renata Aparecida da Rocha

Delegacia de Campo Grande: Av. Afonso Pena, 3504 – 10º andar

sala 105 – Centro – Campo Grande/MS – CEP 79002-075

Telefone (67) 3383-6608 – crn3.ms@crn3.org.br

Fiscal: Dra. Ana Lúcia Saraiva da Cunha Ganci

Produção editorial

MVL Comunicação

www.mvl.com.br – (11) 3594-0333

Coordenação editorial: Eduardo Cordeiro

Editora: Patricia Nakamura (MTB 27597)

Edição de Arte: Gisele Tanaka

Arte final: Juliana Angeli Teixeira

Fotografia: Ed Viggiani e OAC (Bianca Cutait e Rodrigo Almeida Prado)

Colaboradores: Daniela Nakayama, Danielle Lautenschlaeger, Mônica

Serrano, Ricardo Pinheiro e Roger Hayas

Revisão: Maura Hayas

Contato: imprensa@crn3.org.br

Impressão: Gráfica Posigraf

Tiragem: 32.500 exemplares

Um novo tempo

Como atual Presidente do CRN-3, eleita pelo Plenário gestão 2011-2014, quero reafirmar o compromisso assumido em nossa plataforma eleitoral, que estabeleceu como foco prioritário ações de valorização da prática profissional dos inscritos, respaldadas na ciência da nutrição e em sólidos princípios éticos.

A operacionalização desse compromisso exigiu o planejamento de ações estruturadas em dois grandes eixos. O primeiro eixo, voltado para o resgate da proximidade com o profissional, concretiza-se na presente edição desta revista. Com alteração do nome, formato e conteúdo pretendemos recuperar um tradicional veículo de comunicação do CRN-3 com os inscritos, dando continuidade a uma publicação que circulou durante 26 anos.

Ainda nesse eixo de ações, estamos empenhados em rever o modelo de eventos promovidos pelo CRN-3 em suas Delegacias e Sede; implantar um núcleo de atendimento aos profissionais, reestruturar o site institucional e o call center. Estas são medidas que permitirão intensificar, agilizar e dar qualidade às informações técnicas, éticas e administrativas emitidas pelo Regional. E a formalização das Câmaras Técnicas é outra medida que pretende enriquecer os debates e qualificar tecnicamente as posições assumidas pelo CRN-3.

O segundo eixo de ações do atual Plenário visa a valorização da prática profissional, com aprofundamento do diálogo com entidades da categoria (APAN, ASMAN, SINESP, SINDINUTRI, SINTENUTRI), instituições de ensino, associações e sindicatos patronais. O objetivo deste esforço é ampliar o reconhecimento e a valorização profissional, por meio da demonstração de uma prática atualizada e comprometida com a ciência da nutrição e os princípios éticos.

Sabemos que nossa tarefa é enorme e temos cons-

ciência que esta só será cumprida com a efetiva colaboração de todos os colegas, manifestando seus anseios, compartilhando suas dúvidas, oferecendo suas críticas.

Nesse panorama, as questões sobre o que podemos e queremos fazer se resumem em: cumprir propostas, estabelecer parcerias, resgatar a posição do CRN-3 no Sistema CFN/CRN e solucionar problemas emergentes.

Para tanto, conto com um grupo de colegas que, durante o processo eleitoral, mostrou-se comprometido e coeso nas principais propostas de nossa plataforma. Agora, como conselheiros eleitos, demonstram uma capacidade de trabalho e uma dedicação muito além das expectativas, que já eram bem altas.

Assim, acredito que ficará mais fácil cumprir nossas propostas, agora transformadas em planejamento estratégico, com metas e ações já definidas pelas Comissões de Fiscalização, Ética, Formação Profissional, Comunicação e Eventos.

Acompanhe nossas ações, participe e dê sua opinião. Queremos manter os canais de comunicação sempre abertos. Boa leitura!



Beatriz Edméa Tenuta Martins, presidente



6 **DINHEIRO**
Saiba como cobrar o preço justo por serviços de consultoria



50 **NOVA GESTÃO**
O perfil e as metas do colegiado 2011-2014

24

CARREIRA

O cotidiano da Divisão de Alimentação do SESI-SP, comandado por Tereza Watanabe



22
UTILIDADE PÚBLICA
A higiene no preparo dos alimentos de rua



10 **NUTRIÇÃO ESPORTIVA**
O papel do nutricionista no desempenho dos atletas

28
SAÚDE

A agricultura familiar e a alimentação escolar



18
NUTRIÇÃO ESPORTIVA – ENTREVISTA
O trabalho do Comitê Olímpico Brasileiro (COB) até 2016

34

ÉTICA

Artigo da Dra. Vera Barros Leça Pereira



38

EDUCAÇÃO

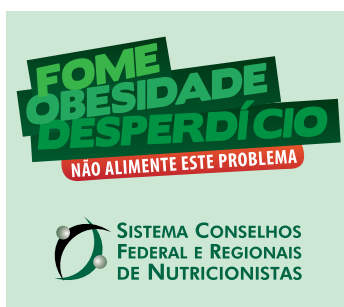
A parceria CFN-MEC e o futuro do ensino



62

CAMPANHA

Segurança alimentar é direito do cidadão



42

RESPONSABILIDADE SOCIAL

Como projetos sociais estão transformando a vida de jovens carentes

66

CAMPANHA

População recebe orientações sobre alimentação saudável



36

NOTÍCIA

Dra. Patrícia Constante Jaime assume coordenação da CGAN no Ministério da Saúde



70

MEMÓRIA

Linda Jorge Kalil Bussadori: Mestre e amiga

Errata

- Na reportagem "O dia a dia de um nutricionista na caserna" (Edição nº 4, página 44), a cor correta do uniforme dos oficiais da aeronáutica é o "azul aeronáutico". E o kit de ração operacional é feita de carne bovina, ao invés de carne de cordeiro.



Serviço de qualidade a preço justo

Aprenda como calcular o valor certo dos serviços de consultoria

Por **Patrícia Nakamura** e **Roger Hayas**

Tão variada quanto as características das empresas que contam com consultores de nutrição em seu dia a dia é a gama de serviços prestados por esses profissionais. Da elaboração de cardápios individualizados a consultoria técnica para empresas de refeição coletiva, cada tarefa tem um perfil específico. Então, nada mais natural do que estabelecer valores distintos para cada um desses serviços.

Entretanto, muitos profissionais autônomos ainda têm dúvidas em relação à remuneração desses serviços. Afinal, como cobrar adequadamente? Um bom ponto de partida são as tabelas de preços elaboradas pelos sindicatos da categoria. A lista traz uma série de atividades e seus respectivos valores, cobrados por unidade (a elaboração de cardápio, por exemplo) ou por hora (consultoria, palestras, treinamentos).

“A tabela serve como parâmetro, referência, mas outros fatores devem ser levados em consideração ao formular um orçamento”, afirma a dra. Rosemarly Candil, presidente do Sindicato dos Nutricionistas de Mato Grosso do Sul. Entre os fatores que devem ser levados em consideração nesta hora estão o grau de complexidade, o tempo a ser dedicado ao projeto e o nível de conhecimento necessário para a realização do serviço. À conta, diz dra. Rosemarly, devem ser acrescidos toda sua experiência e capacidade técnica. Segundo a presidente, todos esses elementos devem ser levados à mesa de negociação. “Ao cobrar o preço justo por um trabalho de qualidade, contribuimos para valorizar nosso trabalho”, diz.

E se o cliente considerar o preço muito alto? “Pode valer a pena ‘apostar’ no cliente se houver espaço para desenvolver mais trabalhos no futuro”,

afirma o presidente do Sindicato dos Nutricionistas do Estado de São Paulo, Dr. Ernane Silveira Rosas.

Em outras palavras: apresente seu preço ao cliente, sem constrangimento ou exagero. O importante é evitar distorções que possam desvalorizar o trabalho da categoria ou afugentar clientes em potencial.

Contabilidade

Realizar o trabalho também tem seus custos. Por isso, ao elaborar o orçamento, tenha sempre em mente quanto será gasto com transporte, aluguel de equipamentos, compra de materiais, entre outros itens. Artur Gianinni, diretor da PricewaterhouseCoopers (PwC), uma das maiores empresas de consultoria e auditoria do mundo, explica. “Em primeiro lugar, é fundamental listar os custos fixos, os custos variáveis e calcular a lucratividade desejada para cada serviço contratado”.

Os custos fixos podem ser explicados como aqueles que sua empresa tem, não importando o volume de serviços prestados. Entram nessa conta a energia elétrica, telefone, aluguel, condomí-

nio, etc. Frações desses custos devem entrar na formação do preço, de acordo com o grau de exigência de tempo e recursos do trabalho. O mesmo raciocínio vale para os custos variáveis, que são aqueles ligados à atividade a ser desempenhada durante a consultoria. Estão listados aqui os gastos com transporte, compra de materiais, impostos e eventual contratação de mão de obra.

Ao cobrar por serviço de consultoria, use o bom senso para evitar distorções que possam desvalorizar seu trabalho ou afugentar clientes

Um contador de confiança pode ajudar o nutricionista a identificar e calcular cada um desses custos. Por fim, o lucro é a parte que remunera o trabalho realizado pelo profissional. A lucratividade a ser obtida em cada projeto vai depender de reflexão individual. ■

Serviço

As delegacias do CRN-3 em São Paulo e Mato Grosso do Sul mantêm à disposição dos profissionais tabelas de preços fornecidas pelos sindicatos estaduais. O Sindicato dos Nutricionistas do Estado de São Paulo também disponibiliza em sua página na internet a lista atualizada. Ela pode ser conferida em <http://www.sindicatonutricionistas.com.br/>.

Exemplos de Custos Fixos e Custos Variáveis

Custos Fixos	Custos Variáveis
Aluguel	Transportes e deslocamento
Telefone fixo	Alojamento
Telefone celular	Materiais
Água	Impostos
Energia Elétrica	Mão de obra adicional

Proposta vencedora

Calculado o preço justo, é hora de elencar no orçamento, de forma bastante detalhada, as atividades a serem realizadas, as metas perseguidas e, sobretudo, os benefícios que serão alcançados com o trabalho”, afirma Artur Gianinni, diretor da PwC. “As metas traçadas devem ter acompanhamento contínuo e a evolução deve ser registrada em planilhas”, explica. Dessa maneira é possível verificar se um programa de redução de peso de funcionários de uma empresa, por exemplo, está gerando outros benefícios, como aumento de produtividade e redução de custos com saúde e faltas. Além disso, o êxito enriquecerá o portfólio do profissional e ajudará muito na hora de captar mais clientes – ou fidelizar a carteira atual.

Outra atitude que pode gerar frutos é dedicar um tempo da agenda para conversar com antigos clientes. “Verifique se os resultados ainda são frequentes ou se há a necessidade de aprimorá-los”, explica Gianinni. O “pós-venda” vale inclusive para consultorias feitas a pessoas físicas. “Muitas vezes, o paciente procurou o nutricionista movido pela empolgação e não segue à risca as orientações. Então é a hora de mostrar que os seus serviços são essenciais. Colocar o plano de volta ao eixo e redefinir metas podem fazer com que o ‘fogo de palha’ se transforme num serviço essencial em sua vida”.



Nutrição a serviço do esporte

Para um atleta profissional, treinar não basta. É preciso submeter-se a um trabalho árduo, de caráter multidisciplinar, para conquistar um lugar no pódio

Por **Roger Hayas**

Até meados dos anos 1980 o esporte mundial era visto como uma fonte de renda alternativa para a maioria dos atletas. Com o passar dos anos, especialmente em meados da década de 1990, atletas de todas as modalidades, principalmente o futebol, o golfe e o basquete se tornaram verdadeiras minas de ouro não apenas para seus clubes, mas também para “marketeiros” e grandes empresas que começavam a enxergar no esporte um grande filão a explorar. Isso desde que, claro, os resultados em campo, nas quadras ou nas piscinas se tornassem realidade.

Em busca da alta performance e de resultados cada vez mais inimagináveis, não era raro que atletas de renome mundial acabassem apelando para o uso de substâncias ilícitas, que garantiam o aumento de massa muscular e, conseqüentemente, traziam a queda de recordes atrás de recordes. A festa foi boa e rendeu seus feitos, mas o movimento foi desacelerando à medida que grandes nomes do esporte foram surpreendidos e tiveram alguns de seus resultados cassados. Além da vergonha individual, os grandes patrocinadores se viam frente a uma nova realidade, muitas vezes atrelando suas marcas a atletas problemáticos e não tão eficientes como prometiam.

Claro que até hoje o doping é uma realidade mundo afora, mas aquele movimento dos anos 90 deu início a uma verdadeira revolução no esporte mundial, que viu no trabalho de nutricionistas e fisiologistas a fórmula para grandes resultados, ao mesmo tempo em que garantiam a patrocinadores, clubes e federações internacionais uma imagem mais limpa de competições regionais e mundiais. Os resultados foram tão bons que em pouco tempo um novo profissional surgia no mercado, o Nutricionista Esportivo, especializado em lidar com atletas de alto nível, o que é completamente diferente do trabalho com os chamados atletas de final de semana, por exemplo.

Como tudo começou

A nutrição na verdade faz parte da vida dos atletas desde a antiguidade. Os dados mais antigos datam de 580 A.C., época em que os antigos gregos utilizavam dietas especiais para enfrentar seus jogos e batalhas, sem porém qualquer comprovação ou trabalho científico. O primeiro estudo científico de grande repercussão, na verdade, foi realizado apenas em 1925, com atletas que participaram de uma maratona em Boston, Estados Unidos. Os resultados





BIANCA CUTAIT

Em ação: Mirtes durante curso para alunos da Unifesp

desse trabalho foram os primeiros a mostrar a importância do consumo de carboidratos durante exercícios prolongados.

Já no Brasil, os primeiros relatos da nutrição esportiva são do final da década de 70 e início dos anos 80, quando foi dado o primeiro passo para um projeto do governo do Estado de São Paulo relacionado especificamente à nutrição esportiva. Aos poucos, grandes clubes de futebol e diversas federações foram aderindo e modernizando seus departamentos médicos, ao ponto de hoje não ser possível mais prescindir de um departamento profissional de nutrição nessas agremiações.

O curso no Brasil

Os cursos na área de Nutrição Esportiva, geralmente de pós-graduação, envolvem o conhecimento ligado às práticas de atividade física pelo estudo dos nutrientes, sua metabolização e seus efeitos no desempenho e na recuperação de indivíduos envol-

vidos em esportes recreativos ou profissionais, de diferentes modalidades, além de contribuir para a formação continuada dos profissionais de Nutrição no atendimento a pessoas fisicamente ativas, esportistas e atletas, sem perder de vista a questão central da melhoria da qualidade de vida.

Copa do Mundo de 2014 e os Jogos Olímpicos do Rio em 2016 impulsionam busca por cursos de especialização

Permite, também, a familiarização com técnicas modernas de avaliação nutricional de atletas e sedentários para uma prescrição dietética segura, para a prática de atividades físicas regulares ou de alta performance, além de cuidar da alimentação geral de crianças, idosos, gestantes, obesos, diabéticos ou portadores de outras necessidades especiais.

“No Brasil existem bons cursos de Nutrição e de especialização. O que incomoda é o crescimento desvairado, vislumbrando um nicho de mercado específico, como no caso do esporte. Todos sabemos que para formar um bom profissional é necessário o aprofundamento nos conteúdos e tempo de prática, tanto do professor que está ensinando quanto do aluno que entrará neste mercado”, destaca Mirtes Stancanelli, nutricionista esportiva pós-graduada pela Unicamp e que trabalha atualmente com atletas da CBB – Confederação Brasileira de Basketball.

Segundo ela, esse crescimento ocorre pelo vislumbre de um enorme campo de trabalho, especialmente pela proximidade de eventos mundiais como a Copa do Mundo de 2014 e as Olimpíadas de 2016.

“Pela proximidade desses eventos esportivos há uma tendência de crescimento na procura desses profissionais, uma vez que a Nutrição é parte integrante na melhora do rendimento do atleta. Porém, é necessário que os profissionais busquem cursos que os capacitem tanto no conteúdo, uma vez que as recomendações nutricionais são diferentes para essa população específica, quanto na prática, pois a rotina de atendimento difere muito da vivenciada em consultório”, enfatiza Mirtes.

Fazendo a diferença

Quando todas as variáveis que circundam o atleta estiverem dentro das expectativas, a nutrição pode mesmo fazer a diferença entre ganhar ou perder. Estabelecer a quantidade de energia necessária à boa manutenção da massa corporal magra, além de manter a gordura corporal dentro das referências são objetivos fundamentais e, muitas vezes, difíceis de serem alcançados.

A ingestão adequada de carboidratos, por exemplo, é essencial para a manutenção de estoques de glicogênio muscular durante o treinamento pesado, mas a variedade dos alimentos e os momentos de consumo também são muito importantes. “Isso pode

ajudar na melhoria do processo inflamatório, na manutenção mais equilibrada das espécies reativas de oxigênio, na diminuição de processos alérgicos, na potencialização da síntese de transportadores, no estímulo de proteínas sinalizadoras de sínteses, entre outros”, revela Stancanelli, que ainda aponta que a modulação nutricional ideal deve ser estimulada constantemente para que haja um favorecimento da saúde, vigor físico e adaptação ao treinamento e, conseqüentemente, uma excelente contribuição para performance física.

Ajuda extrema

Alguns profissionais, além do acompanhamento nutricional, estabelecem ingestão de suplementos quando não conseguem alcançar a quantidade calórica necessária apenas com a ingestão



Durante trabalho com a seleção brasileira de basquete

de alimentos. “Os suplementos usados, quando necessário, são hipercalóricos – também chamados de alimentos compensadores – ou whey protein para aumento da massa muscular. Existem também os repositores, que em sua maioria são os hidroeletrólitos, utilizados como auxiliares no processo de hidratação e reidratação, além dos ergogênicos, que são os aminoácidos leucina, isoleucina e valina.

Nesses casos, alguns efeitos têm sido sugeridos em diversos estudos, pois auxiliam na hipertrofia muscular, têm ação anticatabólica, melhoram o desempenho, poupam os estoques de glicogênio muscular e aumentam os níveis plasmáticos de glutamina após exercício intenso, o que pode fortalecer o sistema imunológico”, relata a nutricionista Bárbara Rodriguez, pós-graduada pela Universidade Federal do Rio de Janeiro.



Melhor performance com acompanhamento individualizado

Já a professora Mirtes ressalta que somente a ingestão de suplementos, sem a devida orientação e o acompanhamento do profissional especializado não leva o atleta a lugar algum. “Valorizar apenas a suplementação denigre a dieta inteligente. Por outro lado, essa dieta inteligente, com uma suplementação orientada adequadamente, pode tornar-se o que chamamos de dieta superpoderosa, que melhora significativamente a performance do atleta. A diminuição dos sintomas clínicos subjetivos e a recuperação precoce são exemplos da alimentação inteligente”, diz.

Combinar dieta planejada com rotina de exercícios ajudam a melhorar a performance durante treinos e competições

Com o acompanhamento adequado do profissional e uma bateria de exercícios físicos, os atletas conseguem melhorias em um curto prazo de tempo, de forma saudável e que lhes proporcionem bem estar acima de tudo. Um bom exemplo é o lutador de Vale Tudo João Augusto de Arruda, de 27 anos, que precisava ganhar peso e massa muscular para poder competir em uma categoria acima da qual competia. Em menos de um ano, João conta que ganhou 15 kg de massa muscular, aumentou em 20% as medidas de braços e pernas, além de 25% de ganho de peso. Tudo isso de forma saudável e com acompanhamento nutricional. “Tenho uma alimentação hipercalórica de aproximadamente 4.000 kcal/dia e faço 4 horas de exercícios diários, incluindo sábados e domingos”.

A alimentação de Arruda é baseada em proteínas e carboidratos e, perto das lutas, costuma ingerir uma complementação por suplementos vitamínicos. “Para ganho muscular, de uma forma geral, adequa-se o consumo de calorias, frequência



Mirtes faz parte da equipe multidisciplinar que acompanha diversas seleções

alimentar, conteúdo de proteína em 24h e, próximo ao treino, restauração do glicogênio muscular e hepático e diminuição do desequilíbrio no estresse oxidativo. Após o treino, o atleta foca no consumo de alimentos anti-inflamatórios e que potencializem a síntese protéica.

Outro caso de sucesso, mas na perda de peso, é a do atleta R.M., também de 27 anos, que não teve seus dados divulgados por ser atendido pela nutricionista Bárbara Rodriguez. Em quatro meses de trabalho ele teve perda de peso, mudança do IMC e uma substancial diferença na porcentagem de gordura corporal. “Para a perda de peso não adianta “emagrecer” o atleta fazendo-o perder massa muscular, porque isso também prejudicará seu desempenho. Deve-se planejar sua dieta, realizando uma leve redução no total calórico. Por isso, geralmente as refeições que antecedem e procedem aos treinos não se modificam. Já nas outras refeições alguns itens são reduzidos para então promover o emagrecimento”, finaliza Bárbara.

O mercado de trabalho

A proximidade das Olimpíadas e da Copa do Mundo e a busca pelo melhor potencial físico dos atletas faz com que o profissional de nutrição esportiva seja cada vez mais requisitado. “O campo de trabalho está aumentando, mas é preciso fidelizar. Temos muitas academias no País, muitos clubes que atendem diversos desportos, hotéis que realizam atividades voltadas ao físico, cruzeiros temáticos, etc. Vejo que há a formação de muitos especialistas, mas os que realmente ficam no mercado, trabalhando exclusivamente com o esporte são poucos. É fato a importância que a ciência dá aos aspectos nutricionais relacionados à performance, portanto, esse campo tende a aumentar ainda mais significativamente”, explica Stancanelli.

Um nutricionista esportivo ganha entre R\$ 500,00 e R\$ 3.000,00, mas tem a vantagem de poder trabalhar em clubes, academias, centros esportivos ou com a supervisão e acompanhamento de um único atleta, além do próprio consultório, o que pode ampliar substancialmente seus rendimentos no final do mês. ■

O que faz um nutricionista esportivo?

Mirtes Stancanelli enumerou algumas das atividades que os pós-graduados em nutrição esportiva podem executar.

1. Identificar o estado nutricional do atleta, conforme as especificidades do treinamento físico;
2. Avaliar e acompanhar a composição corporal e o estado nutricional do atleta, conforme as características do indivíduo e da atividade física prescrita pelo Educador Físico;
3. Estabelecer o plano alimentar do atleta, adequando-o à modalidade esportiva ou atividade física desenvolvida, considerando as diversas fases (treinamento, manutenção, competição e recuperação);
4. Manter registro individualizado de prescrições dietéticas e evolução nutricional dos atletas atendidos;
5. Planejar e executar ações de educação alimentar e nutricional, de acordo com diagnóstico da situação nutricional identificado;
6. Promover a educação e orientação nutricional ao atleta e, quando pertinente, aos familiares e/ou responsáveis;
7. Interagir com a equipe multiprofissional, responsável pelo treinamento / acompanhamento do atleta;
8. Elaborar o plano de trabalho anual de microciclos, contemplando os procedimentos adotados para o desenvolvimento das atribuições;
9. Solicitar exames laboratoriais necessários à avaliação nutricional, à prescrição dietética e à evolução nutricional do atleta;
10. Prescrever suplementos nutricionais, bem como alimentos para fins especiais, em conformidade com a legislação vigente, quando necessários à complementação da dieta e/ou à recuperação do atleta;
11. Acompanhar, quando possível, e prestar atendimento nutricional aos atletas, em treinamentos e competições em suas viagens;
12. Desenvolver material educativo, para orientação dos atletas, treinadores e colaboradores;
13. Elaborar o diagnóstico nutricional, com base nos dados clínicos, bioquímicos, antropométricos e dietéticos;
14. Elaborar a prescrição dietética, com base nas diretrizes do diagnóstico nutricional;
15. Registrar, em prontuário do atleta, a prescrição dietética e a evolução nutricional, de acordo com protocolos pré-estabelecidos pelo serviço;
16. Coletar, consolidar, analisar e avaliar dados de Vigilância Alimentar e Nutricional, propondo ações de resolutividade, para situações de risco nutricional;
17. Identificar grupos de risco nutricional para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), visando o planejamento de ações específicas;
18. Participar do planejamento e execução de cursos de treinamento e aperfeiçoamento para profissionais da área de saúde;

19. Participar da elaboração, revisão e padronização de procedimentos relativos à área de alimentação e nutrição;

20. Organizar a execução e análise de estudos epidemiológicos, em nível local, visando o planejamento de ações específicas;

21. Participar de equipes multiprofissionais destinadas à promoção e implementação de eventos direcionados aos atletas;

22. Promover, participar e divulgar estudos e pesquisas na sua área de atuação, promovendo o intercâmbio técnico-científico;

23. Avaliar o impacto das ações de alimentação e nutrição na população assistida.



Para se tornar um profissional em nutrição esportiva o estudante deve, primeiramente, ser formado em nutrição. Seguem alguns links de universidades que disponibilizam o curso.

<http://www.uninove.br/Paginas/ShowPosGraduacao.aspx?SEQ=602>

<http://www.saocamilo-sp.br/novo/posgraduacao/nutricao-esportiva-estetica.php>

<http://www.racine.com.br/institutoracine/curso-pos-graduacao/fisiologia-do-exercicio-fisico-e-nutricao-esportiva/>

<http://pos.ugf.br/pos-graduacao/curso/bases-nutricionais-da-atividade-fisica---nutricao-esportiva>

<http://portal.ftc.br/pos/?p=770>

<http://www.fmu.br/pos/ler.asp?dir=nutri&pg=08&cod=490>

<http://www.ibmr.br/cursos/pos-graduacao/245-fisiologia>

http://www.fefisa.com.br/index.php?option=com_content&view=article&id=62:nutricao-desportiva-e-qualidade-de-vida&catid=14:nutricao&Itemid=149

Alta performance

Luiz Claudio Cameron, consultor notório do Comitê Olímpico Brasileiro (COB) conta como as equipes se preparam para os Jogos Olímpicos de 2016

Por **Ricardo Pinheiro**

O Comitê Olímpico Brasileiro, COB, atua desde 1914 na preparação de atletas brasileiros para importantes competições nacionais e internacionais e no fomento ao esporte no País. Lá estão alguns dos melhores atletas brasileiros reunidos em 38 modalidades esportivas, dentre as quais atletismo, ciclismo, basquete, canoagem, futebol, judô, lutas, hipismo, taekwondo, pentatlo, vela, natação, vôlei de praia e tiro.

Para isso, uma equipe multidisciplinar trabalha com o objetivo constante de potencializar o desempenho dos atletas. E a nutrição é parte primordial desse processo. Cabe a ela proporcionar aos esportistas reservas metabólicas para a realização de atividades de treinamento e competição, ou seja, o papel central da nutrição é adequar a dieta dos atletas de modo a fornecer essas reservas.

E o trabalho é abrangente. Praticamente todas as modalidades esportivas contam com algum tipo de acompanhamento nutricional, o que exige que a equipe de nutricionistas do COB trabalhe com diferentes áreas do conhecimento científico de modalidades esportivas. “O nosso procedimento inicial é o de realizar um diagnóstico em conjunto com o técnico da modalidade para entender a demanda e, dessa forma, poder quantificar o trabalho e o número de áreas e de profissionais envolvidos”, explica Luis Eduardo Viveiros de Castro, supervisor científico do COB.

Para conhecer o trabalho realizado pela equipe de Nutrição do Comitê, a revista conversou com o consultor notório do COB e responsável pelo Departamento de Bioquímica, Biologia Celular e Nutrição Esportiva do Laboratório Olímpico, Luiz Claudio Cameron. Ele é doutor em Química Biológica pela UFRJ (Universidade Federal do Rio de Janeiro) e atua na área de bioquímica com ênfase em proteínas e avaliação metabólico-nutricional de atletas olímpicos.

Uma equipe multidisciplinar trabalha para potencializar o desempenho dos atletas. E a nutrição é parte primordial desse processo

Como é o dia a dia da equipe de nutricionistas do COB?

Em meu laboratório na última década temos usado o exercício físico e outras abordagens alternativas como modelo para compreender as respostas fisiológicas (ou fisiopatológicas) durante o stress metabólico. Para isso, trabalhamos com atletas, muitas vezes de alto rendimento, e em esportes estabelecidos.

Tenho em nosso grupo quatro pessoas trabalhando em Nutrição Esportiva. Dois doutores, que cuidam

da avaliação e prescrição da dieta, adequando-a ao metabolismo do atleta antes, durante e após os treinos e competições. Temos também dois outros colaboradores que participam na análise e adequação da dieta aos planos alimentares.

Além deste grupo, temos cerca de dez pessoas (seis doutores e quatro mestres) fazendo avaliações metabólicas que servirão de informação às diversas ciências relacionadas à performance (fisiologia, biomecânica, psicologia, medicina, fisioterapia, treinamento e outros). Para tal, usamos técnicas de espectrometria de massa, biologia celular, bioquímica, imunologia e outras para analisar as variáveis que nos interessam e embasar nossa conduta.

Nossos protocolos acontecem durante sessões reais de treino ou competições de nível nacional ou internacional. Como esperado, nessas ações não te-

mos controle sobre diversos fatores como o clima e motivação, por exemplo; por outro lado, podemos reproduzir as condições que os atletas encontram na vida real.

Quase todas as modalidades esportivas olímpicas contam com algum tipo de acompanhamento nutricional

Qual a importância do trabalho da equipe para a melhoria constante do desempenho dos atletas?

Sem dúvida a nutrição adequada é um dos pilares do sucesso esportivo. Desde a antiguidade sabe-se que a alimentação e nutrição são fatores primordiais aos atletas e praticantes de exercício.



Luiz Cameron, consultor notório do COB e responsável pelo Departamento de Bioquímica, Biologia Celular e Nutrição Esportiva do Laboratório Olímpico

Resoluções do CFN

Uma série de resoluções do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) permeia a conduta dos profissionais de nutrição esportiva em seu dia a dia. A íntegra dessas resoluções pode ser encontrada no site da entidade (www.cfn.org.br).

A Resolução CFN nº 380/2005, que dispõe sobre a definição das áreas de atuação dos nutricionistas, tem um capítulo específico sobre o tema. De acordo com a resolução, “*competete ao Nutricionista, no exercício de suas atribuições na área de nutrição em esportes, prestar assistência e educação nutricional a coletividades ou indivíduos, sadios ou enfermos, em instituições públicas e privadas e em consultório de nutrição e dietética, prestar assistência e treinamento especializado em alimentação e nutrição, prescrever suplementos nutricionais necessários a complementação da dieta, solicitar exames laboratoriais necessários ao acompanhamento dietético*”.

Também estão enumeradas na resolução as atividades que devem ser exercidas pelos nutricionistas da área esportiva. Entre elas: “*Identificar o perfil do cliente, conforme as especificidades do treinamento físico ou esportivo; avaliar e acompanhar a composição corporal e o estado nutricional do cliente, conforme as características do indivíduo e da atividade física prescrita pelo Educador Físico; estabelecer o plano alimentar do cliente, adequando-o à modalidade esportiva ou atividade física desenvolvida, considerando as diversas fases (manutenção, competição e recuperação); manter registro individualizado de prescrições dietéticas e evolução nutricional*

da clientela atendida; interagir com a equipe multiprofissional, responsável pelo treinamento/acompanhamento do esportista/atleta; colaborar com as autoridades sanitárias e de fiscalização profissional; elaborar o plano de trabalho anual, contemplando os procedimentos adotados para o desenvolvimento das atribuições; coordenar e supervisionar as atividades da UAN responsável pelo preparo/fornecimento de refeições aos desportistas.”

A preparação de atletas prevê um trabalho multidisciplinar, com o envolvimento de profissionais de diversas áreas. Portanto, é importante observar o que diz o capítulo V do Código de Ética do Nutricionista (Resolução CFN 334/2004 – Nova Redação). “*No contexto da relação com outros profissionais, é dever do nutricionista:*

“*I. manter sua identidade profissional, não assinando ou assumindo responsabilidade por trabalhos realizados por outros profissionais e nem permitindo que estes assinem trabalho por si executado;*

“*II. fornecer informações sobre o estado nutricional de indivíduos, que estejam sob sua responsabilidade profissional, a outros profissionais da área da saúde que lhes esteja assistindo ou vá prosseguir na assistência;*

“*III. ser solidário com outros profissionais sem, contudo, eximir-se dos deveres e responsabilidades que decorram deste Código e nem de denunciar atos que contrariem as normas legais e as de regulação da assistência à saúde;*

“*IV. respeitar a hierarquia técnico-administrativa em sua área de atuação*”.

No nosso grupo, pensamos de forma simples e baseados em evidências científicas. Nossas ações se baseiam em achados científicos publicados em revista de reputação ilibada e alto índice de impacto. Temos extremo cuidado com o uso indiscriminado de suplementos e complementos, já que infelizmente estamos vivendo épocas de soluções a curto prazo e miraculosas sem bases científicas. Tenho constantemente exemplificado que o conteúdo do “Super-Mega-Hiper-Magistral Amino 3000” tem menos aminoácidos que uma simples embalagem de 20 g de amendoim.

O trabalho dos profissionais de saúde preocupados com a alimentação e nutrição deve assim ser embasado cientificamente. Assim, o resultado é a melhora na performance e diminuição do tempo de recuperação.

O uso de complementos é tratado com extremo cuidado pelo COB

Se compararmos com o trabalho de treinamento e disciplina, o que representa a alimentação no resultado final do desempenho dos atletas?

Eu diria que a nutrição está no mesmo patamar do treinamento e são indissociáveis. A nutrição e o treinamento devem ser adjuntos e, sobretudo, coerentes. De pouco adianta a um atleta de alto nível uma consulta mensal com um profissional de nutrição que não compreende o treinamento e as necessidades específicas do treinamento. Temos atletas com demandas diárias de 28 MJ. Essas demandas significam um conhecimento das bases bioquímicas e fisiológicas da nutrição e do exercício.

Os atletas e esportistas devem se precaver em relação a profissionais generalistas que prescrevem, por exemplo, dietas com baixos teores de gordura e excesso de proteínas. É comum que profissionais li-

gados a outras áreas não compreendam plenamente as demandas de atletas e prescrevam a partir de estudos feitos com bases epidemiológicas de populações normais. Por outro lado, também é comum a valorização inadequada de suplementos, em que muitas vezes estudos feitos com atletas de elite são incorporados à prescrição nutricional de praticantes de esporte ou de exercício para a valorização do profissional e de sua prescrição.

Os atletas devem se precaver em relação a generalistas que prescrevem dietas com baixos teores de gordura e excesso de proteína

Qual a alimentação adequada para cada modalidade?

Como atendemos a atletas de alto rendimento, desenhamos uma dieta adequada a cada indivíduo e para diferentes momentos do treino. Um mesmo indivíduo passará por tantas diferentes dietas quantos forem seus diferentes treinos e metabolismo. No nível de investigação em que efetuarmos nosso trabalho, a dieta pode ser mudada até diariamente. Nossa preocupação está em atender às demandas metabólicas de cada atleta individualmente.

Como tratamos de esporte competitivo, as condutas são mantidas em sigilo absoluto. De um modo geral, no entanto, podemos dizer que a prescrição depende do conhecimento detalhado da modalidade e do metabolismo envolvido no treinamento e competição. Um atleta que compete em velocidade tem necessidades de obtenção de energia mais rápido do que um fundista. Assim, o uso de aminoácidos como doadores de esqueleto de carbono será diferente, dependendo da duração e intensidade do exercício. ■

Alimento de rua pode ser seguro?

Como o Nutricionista pode contribuir?

Capacitação está mudando o perfil do vendedor ambulante, que cada vez mais oferece opções saudáveis e higiênicas

Por **Mônica Serrano**

Consumir alimentos de rua pode ser a única opção para muitas pessoas que trabalham o dia todo e não têm tempo ou dinheiro para ir a um restaurante. Para esse público, felizmente, as notícias são boas. Cada vez mais, os vendedores ambulantes estão se profissionalizando para oferecer alimentos saudáveis e dentro dos padrões de higiene adequados. Graças a parcerias de entidades como Senai (Serviço Nacional da Indústria) e Sebrae (Serviço Brasileiro de Apoio às Micros e Pequenas Empresas), muitos comerciantes informais têm a oportunidade de participar de programas de capacitação, que incluem desde aulas de manipulação de alimentos até noções de marketing, para expor o negócio e alavancar as vendas. Em São Paulo, até uma feira especializada do setor é realizada anualmente.

Emerson do Nascimento, proprietário de um trailer de lanches rápidos em Campo Grande (MS), faz reciclagem anualmente. Ele participa de um programa oferecido pela Vigilância Sanitária Municipal, em parceria com o Sebrae. Durante 24 horas de treinamento, divididas em 8 horas por dia, os vendedores recebem orientação de nutricionistas sobre manuseio, temperatura dos alimentos, acondicionamento, exposição e

riscos de contaminação. “Sujeira não combina com comida”, afirma. “Higiene é a vitrine do meu negócio.”

Há oito anos na atividade, Emerson luta para tirar o estigma de que comida de rua não tem qualidade. Ele fundou recentemente a Amval, Associação Municipal de Vendedores Autônomos de Lanches, e idealizou um projeto de padronização de trailers em Campo Grande. Além de orientar os colegas, ele quer agora conquistar um selo de inspeção municipal, espécie de garantia de qualidade. “Muitos mitos foram criados em torno dos alimentos de rua, mas é importante que a classe se organize e dê o exemplo”, diz ele, que vende cerca de 300 lanches diariamente.

Programa Alimentos Seguros

Outra garantia da mudança de perfil do vendedor de rua é o Programa Alimentos Seguros, o PAS, desenvolvido por entidades do sistema “S” – Senai, Sebrae, Sesi, Senac e Sesc, que são as cinco atuais mantenedoras do projeto. O objetivo do PAS é reduzir os riscos dos alimentos à população, atuando no desenvolvimento de tecnologia, metodologia, conteúdos, formação e capacitação de técnicos para disseminar, implantar e certificar ferramentas

Garantia de qualidade

Apesar do esforço para a profissionalização dos vendedores ambulantes, muitos ainda não cumprem as regras de higiene e manipulação de alimentos. A nutricionista Liliana Paula Bricarello, professora de graduação e pós-graduação do Centro Universitário São Camilo (SP), coordenou recentemente um grupo de alunos que fez a análise do perfil higiênico-sanitário de comerciantes de cachorro-quente na capital paulista. A pesquisa, parte de um trabalho de conclusão de curso, mostrou dados preocupantes coletados durante entrevista com 16 ambulantes.

Por meio da análise microbiológica das mãos, pode-se verificar algum tipo de crescimento em 18% das placas com meio de cultura Mac Conckey e 88% no Triptone Soya Agar, o que indica a presença de enterobactérias e bactérias mesófilas, respectivamente; 56% dos pesquisados não lavavam as mãos antes de manipular os alimentos. Ainda, 43% dos entrevistados mantinham recipiente mínimo, de 50 litros, para armazenar água e 81% tinham pia com torneira e tanque provido de fecho hidráulico; 93% não usavam nenhum tipo de produto para desinfetar vegetais ou utensílios: quase todos (81%) também mantinham lixeiras com tampas, mas acopladas aos carrinhos. Somente 20% dos avaliados posicionavam seus veículos adequadamente - distante de água parada, esgoto, bocas de lobo, entulho e lixo.

Todos os locais analisados usavam bisnagas para molhos, contrariando a legislação estadual SS-142 de maio de 1993, que proíbe seu uso - o correto é oferecê-los em sachês individuais. Apenas 50% identificavam adequadamente os condimentos, molhos e temperos. A pesquisa não coletou dados sobre temperatura e tempo de exposição ao ar livre dos alimentos.

Como a maioria dos estabelecimentos não atendia ao padrão higiênico-sanitário aceitável, os entrevistados receberam um folder educativo sobre Boas Práticas de Manipulação (BPM), para auxiliá-los na melhoria da qualidade sanitária de seus produtos. Há, também, planos de orientar esses comerciantes sobre as boas práticas adequadas ao seu negócio.

de controle em segurança de alimentos.

O programa atinge toda a cadeia de alimentos, desde a produção na área rural até o consumidor final, subdividindo-se em seis categorias: Campo, Indústria, Mesa, Transporte, Distribuição e Ações Especiais. É na categoria Mesa que se encontra o curso de capacitação de ambulantes, realizado em parceria com o Sebrae, composto por 8 horas de aulas teóricas e três consultorias de uma hora no local do ponto de venda do ambulante, para avaliação in loco da implementação das boas práticas.

“Nas visitas técnicas, é aplicado um check list como ferramenta de avaliação; ao final da terceira visita, se o ambulante atingir 75% de conformidade no resultado do questionário, ele estará dentro do parâmetro para implementação de boas práticas”, explica Adriana Kuchar Florentino, consultora do PAS.

As adesões ao PAS Ambulante podem ser espontâneas, quando o próprio vendedor procura um dos escritórios do Sebrae para formar uma turma, ou por meio de palestras de sensibilização realizadas pela entidade, que convida a comunidade a conhecer o programa. Parcerias com prefeituras, sindicatos e associações também são alternativas para realizar a capacitação. ■



Educação e combate ao desperdício

Conheça o trabalho da Divisão de Alimentação do SESI-SP, comandada por Tereza Watanabe

Por **Patrícia Nakamura**

É vasta a lista de atividades realizadas pela Divisão de Alimentação do SESI-SP (Serviço Social da Indústria de São Paulo). A divisão leva a trabalhadores da indústria e população em geral programas de educação alimentar, muitos deles pioneiros e que foram adotados em outras federações do SESI pelo Brasil. São projetos sociais, de qualificação profissional, de prevenção a doenças e de combate ao desperdício de frutas, verduras e legumes. Além disso, a divisão é responsável também pela alimentação dos alunos das unidades escolares mantidas pelo SESI-SP, sendo aproximadamente 18.231 da Educação Integral em Tempo Integral, 1.724 da Educação Infantil, 2.519 do Ensino Médio Articulado, 8.859 do Ensino Fundamental/Médio e 4.559 de atividades esportivas como o Esporte Escolar. À frente de tantas atribuições está a nutricionista Tereza Watanabe, diretora da área, que comanda uma equipe de 604 profissionais, sendo 157 nutricionistas espalhados pelo estado de São Paulo. “Os objetivos da divisão são educar e conscientizar o cidadão sobre a importância de comer bem”, comenta a diretora. “É um trabalho de saúde pública”.

Esta é a segunda vez que Tereza cumpre expediente na divisão. A primeira foi entre 1981 e 1986. Nesta segunda passagem, que já dura 19 anos, dos quais 15 como diretora, foram realizadas mudanças profundas

na divisão, sendo que a principal delas foi o fornecimento de refeições aos alunos, na implantação da Educação Integral em Tempo Integral nas escolas do SESI-SP. “Mas foi um trabalho muito gratificante”, afirma Tereza. Como estudam em período integral, os alunos recebem na escola entre 65% e 70% das necessidades nutricionais, divididas entre merenda da manhã e da tarde e almoço. Coube à Divisão de Alimentação elaborar um cardápio variado, repleto de vegetais. Os

Divisão de Alimentação do SESI-SP conta com 604 profissionais, sendo 157 nutricionistas, espalhados pelo Estado

sucos na hora das refeições foram abolidos, as frituras, banidas e estudantes passaram a consumir frutas na sobremesa. Doces, apenas uma vez por semana.

O grau de resistência foi grande. “Muitos alunos não consumiam goiaba com frequência e só sabiam reconhecer banana e laranja”, conta a diretora. “Além disso, as crianças queixavam-se aos pais que comiam ‘mato’ na escola. Tratava-se, na verdade, de salada de almeirão”. Foi preciso, então, que as nutricionistas orientassem sobre as propriedades nutricio-



nais das preparações servidas, como por exemplo, o bolo de abobrinha. É importante lembrar que o envolvimento da equipe multidisciplinar, é fundamental para a concretização dessas ações, pois os conceitos passados pelas nutricionistas são reforçados pelos professores por meio de atividades pedagógicas.

Se no início das mudanças, cinco anos atrás, os alunos apresentavam dificuldade em aceitar algumas preparações do cardápio, agora elas são motivo de mudança de hábitos em casa. “Até o leite com chocolate preparado pela mãe passou a causar estranheza, pois era muito doce se comparado à bebida servida na escola”. Os resultados vão além: foi observado o aumento do consumo de leite e redução do índice de massa corpórea (IMC) em 57% dos alunos.

Além de ensinar aos alunos a importância dos nutrientes, outra preocupação da Divisão de Alimentação foi deixar o prato mais bonito, colorido. “O primeiro estímulo é querer ‘comer com os olhos’”, explica. A beleza da refeição é um detalhe observado em todos os programas de alimentação mantidos pelo SESI-SP.

Educação nas indústrias

Além de mudar o perfil do cardápio dos estudantes, o papel do SESI-SP na alimentação do trabalhador também ganhou outro enfoque na gestão atual. Até quinze anos atrás, a divisão fornecia refeições às indústrias, incumbência que incluía a aquisição de ingredientes, preparo e transporte. Com a entrada de grandes empresas de refeições coletivas no mercado, foi possível abrir mão do papel de fornecedor para dedicar-se apenas ao trabalho de educação alimentar, consultoria e aconselhamento. Foi o embrião do programa “Alimente-se Bem”.

Assim como nas unidades escolares, a iniciativa também foi recebida com relutância nas empresas. Não foi uma tarefa fácil convencer trabalhadores a abrirem espaço no prato, dominado pelo trio arroz-feijão-carne, para a guarnição composta de legumes e saladas, alimentos que facilitam a digestão e que contribuem para a melhora no desempenho no trabalho. Hoje, as próprias empresas de refeições coletivas lançam mão da experiência do SESI-SP para aprimorar a comida servida. Além disso, palestras e apostilas ela-



Tereza: o árduo desafio de mudar hábitos alimentares de crianças e trabalhadores

Papel social

A divisão também cumpre papel social. No início de 2010, uma unidade móvel do SESI-SP e profissionais da Divisão foram deslocados para São Luiz do Paraitinga, cidade histórica no interior de São Paulo que foi parcialmente destruída por uma grande enchente. O SESI-SP ministrou cursos para voluntários e população em geral, para que pudessem aproveitar melhor os poucos alimentos de que dispunham após a tragédia natural. Uma cozinha de acampamento foi montada e alunos do curso “Alimente-se Bem” prepararam e serviram refeições para quem trabalhava na reconstrução do município. “Apesar dos recursos escassos, todos os procedimentos de higiene no preparo de alimentos foram respeitados”, diz Tereza Watanabe. O SESI-SP também ajudou na organização e armazenamento das doações.

boradas pela Divisão ajudam o trabalhador e familiares a entender o conceito de nutrição saudável e a evitar doenças como obesidade e diabetes apenas com a adoção de hábitos saudáveis. O efeito também foi positivo. Entre 2006 e 2007, uma significativa faixa de trabalhadores saiu da faixa de IMC considerada “obesidade” para o grau “sobrepeso”. Para as empresas, os benefícios vão de redução no custo com alimentação e melhor rendimento de seus funcionários.

O resultado do programa “Alimente-se Bem” foi tão bom que ele atravessou os portões da indústria. Quarenta e duas instalações do SESI-SP e seis unidades móveis serviram de sala de aula para donas de casa, profissionais liberais, chefes de cozinha, médicos e merendeiras, que aprenderam a preparar receitas que combinam sabor, qualidade nutricional e muita economia – partes de alimentos que antes iam para o lixo, como cascas e talos, viram ingredientes. Em 10 anos, mais de 1 milhão de pessoas passaram pelo curso, gratuito (os alunos desembolsam uma quantia simbólica pelo material didático). “Alimente-se Bem” também serviu de modelo para o programa

nacional “Cozinha Brasil”, que roda todo o país. Foi a Divisão de Alimentação paulista que treinou os nutricionistas das 26 federações do SESI.

Economia e sabor

O aproveitamento total de alimentos é uma bandeira constantemente empunhada pela Divisão, que conta com a parceria da Universidade Estadual Paulista (Unesp), em Botucatu, para fazer pesquisas e descobrir como reduzir o desperdício de vegetais, uma vez que cascas e talos contêm tantos nutrientes como as folhas e polpas. Outros parceiros indiretos também contribuem, como a Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa).

O convênio com a Unesp começou em 2004. A partir da solicitação do SESI-SP, a universidade estuda a composição celular do ingrediente, suas propriedades nutricionais e se ele é apropriado para consumo alimentar. Depois de receber o aval da instituição, o ingrediente é incluído numa receita, submetida a avaliação de comensais que, geralmente, não sabem a composição da iguaria. “Uma vez servimos bolinhos de casca de banana num refeitório e o índice de rejeição foi imenso. Na semana seguinte, oferecemos o mesmo prato, com a inscrição ‘bolinho de banana’. A aprovação foi de 95%”, diz Tereza. Da pesquisa nutricional à elaboração do prato, o processo leva cerca de um ano. Atualmente, a parceira SESI-SP e Unesp buscam nutrientes como zinco e selênio em alguns alimentos. O aproveitamento de borra de café e do caroço de abacate também estão nos laboratórios da universidade.

O preconceito foi vencido graças ao sabor das receitas e também pela economia. “Como um alimento pode gerar até três receitas, os custos com alimentação podem cair até 40%”, explica Tereza. A casca de melancia, por exemplo, pode substituir o salsão em algumas receitas ou até mesmo virar doce. A sobra da fruta é facilmente integrada a um molho de tomate. Além do bolinho, a casca de banana, mais rica em potássio do que a polpa da fruta, entra na receita de brigadeiro. ■

A importância da agricultura familiar na merenda escolar

Iniciativas em Santa Rosa do Viterbo são exemplos de sucesso

Por **Danielle Lautenschlaeger**

úmeras famílias brasileiras ainda obtêm sua renda por meio da agricultura. A chamada agricultura familiar, constituída por pequenos e médios produtores, representa a maioria dos produtores rurais brasileiros. E os números comprovam: são 4,5 milhões de pequenas propriedades rurais, sendo que, mais da metade, concentram-se na região Nordeste. A agricultura familiar gera mais de 80% da ocupação no setor rural e responde no Brasil por sete de cada dez empregos no campo. Dados da Conab (Companhia Nacional de Abastecimento) apontam que a maior parte dos alimentos que abastecem a mesa dos brasileiros vêm destas pequenas propriedades, que têm como princípio favorecer o emprego de práticas produtivas ecologicamente equilibradas, a diversificação de cultivos, a diminuição do uso de insumos industriais e a preservação do patrimônio.

Para que o agricultor familiar não corra o risco de ter sua colheita perdida ou não completamente vendida, a Conab desenvolve junto aos agricultores familiares um programa chamado PAA – Programa de Aquisição de Alimentos –, que é instaurado quando a produção do pequeno empreendedor está

pronta e precisa ser comercializada. Para que o Programa de Aquisição de Alimentos obtenha sucesso, vários ministérios estão envolvidos no projeto, entre eles o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS), o do Desenvolvimento Agrário (MDA); o da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA); do Planejamento, Orçamento e Gestão (MPOG), o da Fazenda (MF) e também o da Educação (MEC).

O PAA promove a aquisição de alimentos diretamente de agricultores familiares, dispensando licitações, e destina os alimentos à formação de estoques governamentais ou à doação para pessoas em situação de insegurança alimentar atendidas por programas sociais locais. O processo é simples e o agricultor tem sua produção comprada a preços de mercado. A criação do PAA, em 2003, representou um marco na política agrícola brasileira, pois assegurou aos pequenos agricultores a aquisição de seus produtos pelo governo, incentivando, assim, a produção contínua e melhorada, elevando o padrão de vida do agricultor e de sua família e promovendo o desenvolvimento sustentável nas áreas menos assistidas do meio rural.





Em Santa Rosa do Viterbo (SP), aluno prepara mudas para cultivo

Do campo para a mesa

A parte dessa produção que não vai diretamente à mesa do brasileiro pode ter como destino a merenda escolar das crianças. Existem no Brasil diversos projetos de sucesso, nos quais além de se absorver a produção do agricultor familiar, as crianças de vilas rurais a conhecer desde pequenas a forma de subsistência de suas famílias, aprendendo os princípios básicos da agricultura familiar e como ela funciona, desde o plantio da semente até sua venda ao consumidor final. Um destes projetos está instalado na pequena cidade de Santa Rosa de Viterbo, município com pouco mais de 25.000 habitantes, localizado a 310 km da capital de São Paulo.

Desde 2005, a cidade tem um projeto de gestão alimentar escolar que estimula a agricultura familiar e rende 8 mil refeições diárias aos alunos da rede pública estadual. "A Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2009, determina que as prefeituras adquiram até 30% dos gêneros alimentícios desti-

nados à merenda escolar com recursos repassados pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) diretamente de agricultores familiares e empreendedores rurais familiares. Nossa cidade é um exemplo de como uma parceria entre sociedade, programas e órgãos governamentais pode reforçar a merenda escolar da rede pública, modificando os hábitos alimentares dos estudantes e garantindo renda e sustento aos agricultores da região", explica a nutricionista Denise Martinelli Bordignon, responsável pela implantação do projeto na pequena cidade do interior paulista. "A partir de uma iniciativa do município, a merenda escolar passou a contar com produtos vindos de agricultores da própria cidade, como instrumento para resolver dois problemas: melhorar a qualidade da alimentação das crianças e garantir a venda da produção da agricultura familiar". Segundo Denise, a partir de 2007, a alimentação escolar de Santa Rosa de Viterbo recebeu da prefeitura uma complementação

de 80% para compra de alimentos e também foi enriquecida com alimentos orgânicos provenientes da agricultura familiar e de hortas escolares. Em 2008, o município foi premiado com o troféu de Gestor Eficiente da Merenda Escolar em uma premiação feita pela ONG Ação Fome Zero. De tão bem sucedido, o projeto da prefeitura ganhou visibilidade mundial e foi recentemente visitado por representantes de Guiné-Bissau que se interessaram pela estrutura e sucesso do projeto.

Merenda escolar melhorou a qualidade da alimentação das crianças e garantiu venda da produção familiar

“Um dos conceitos básicos de nosso projeto é mostrar que a aliança entre agricultura familiar e conhecimento pode render bons frutos para o pequeno agricultor e também conduzir as crianças ao aprendizado de como deve se proceder, com respeito à natureza, o plantio e a colheita de sua subsistência”. Recentemente, uma das escolas de Santa Rosa de Viterbo, que tem sua própria horta, foi destaque em uma matéria para uma grande rede de TV nacional, que deu ênfase na importância do conhecimento infantil sobre agricultura orgânica e como aqueles produtos serão consumidos por elas. “Com o contato direto com a terra, as crianças (todas oriundas da zona rural) já aprendem desde pequenas a dar valor ao que produzem, afinal, elas acompanham o passo a passo e presenciam a germinação e o crescimento dos alimentos que, posteriormente, farão parte de suas refeições na escola. Sem contar que um dos princípios básicos do projeto é mostrar às crianças que o respeito ao meio ambiente é o principal alicerce para que elas mantenham a cultura de agricultura que suas famílias trazem de gerações passadas”, finaliza Denise.

Agricultura Familiar = Merenda Escolar

Com a obrigatoriedade de repasse de ao menos 30% da verba destinada à alimentação escolar para aquisição de alimentos oriundos da agricultura familiar, a Secretaria de Agricultura Familiar e o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação tendem a fazer projetos que unam o produtor rural com o gestor de escolas. Com o intuito de estreitar os laços entre os dois, diversas ações como fóruns e seminários são constantemente divulgados para facilitar a comunicação entre produtor e comprador. Recentemente, foi realizado em Campo Grande (MS) um seminário que discutiu a Lei da Alimentação Escolar no Mato Grosso do Sul. Participaram deste seminário organizações de agricultura familiar, fornecedores de alimentos para a merenda escolar e gestores públicos do PNAE. Esses seminários acontecem frequentemente em diversos estados brasileiros, aproximando, assim, produtor e comprador.



Rossana Botareli Cesar acompanhou a criação do CAE em Mato Grosso do Sul

E é em Campo Grande que existe um outro exemplo de sucesso na integração entre agricultura familiar e merenda escolar. “Desde a publicação da Lei Federal nº 11947, profissionais de gestão pública e agricultores familiares se reuniam constantemente para implantarmos de forma adequada a lei em Campo Grande. Além deles, conseguimos também firmar parcerias com o CAE (Conselho de Alimentação Escolar), com o departamento de compras e licitações do município, além dos secretários da Educação e de produção”, conta a nutricionista Rossana Botareli Cesar, que acompanhou desde o início toda a implementação do processo. “Em 2010, trabalhamos com diversos itens da agricultura familiar, entre eles: mandioca, banana, mamão, charque, mussarela, leite, iogurte, mel, feijão

e farinha de mandioca. Para este ano, estamos na expectativa de superar os 30% exigidos de compras oriundas da agricultura familiar. Para nós e nossas crianças é muito importante que mantenhamos esta parceria com os agricultores familiares, visto que conseguimos fortalecer e prestigiar os produtores rurais da região, que além de produzirem alimentos, em sua maioria, orgânicos, que atendem às exigências nutricionais da merenda escolar, também se preocupam com a diversidade e os hábitos alimentares regionais, além de contribuírem para a geração de renda no município, pois produzem e vendem na própria cidade”, completa Botareli.

Ambas as nutricionistas têm o mesmo ponto de vista, positivo, com relação à importância da agricultura familiar na merenda escolar. “Como in-



Crianças aprendem sobre alimentação saudável na horta escolar em Santa Rosa do Viterbo



Educação nutricional na sala de aula

centivo à agricultura familiar realizamos trabalhos educativos a fim de estimular hábitos saudáveis nas crianças, conseqüentemente, valorizando o consumo de gêneros produzidos na agricultura familiar, já que grande parte dos nossos alunos residem na zona rural e são filhos de pequenos produtores”, resume Rossana, que salienta outro fator importante no consumo dos alimentos destas pequenas plantações. “Além disso, a alimentação balanceada é fator determinante no desenvolvimento e aprendizado dessas crianças, já que é comprovado que quando os alunos estão bem alimentados têm mais ânimo e um melhor rendimento escolar”. Já Denise, destaca outra questão relativa à merenda escolar das crianças de Santa Rosa de Viterbo. “Desde 2009 temos um programa efetivo de promoção de alimentação saudável nas escolas, fornecendo produtos orgânicos que contribuem para uma melhor qualidade de vida, melhorando o aprendizado e o rendimento escolar, além da formação de hábitos alimentares saudáveis, com proposta pedagógica, dando à criança noções de Educação Alimentar Nutricional, Ecologia e Sustentabilidade, visto que colocamos os alunos de frente com o problema e sua possível solução”, diz Martinelli. ■

Censo agropecuário revela crescimento da agricultura familiar

Em 2009, o Governo Federal divulgou os resultados do último Censo Agropecuário, com dados recolhidos durante os anos de 2006 e 2007 em todo o território rural brasileiro. O censo trouxe uma novidade: pela primeira vez retratou a realidade da agricultura familiar brasileira.

Um dos primeiros dados apresentados pelo Censo faz uma relação entre o número de estabelecimentos da agricultura familiar e o tamanho do território que eles ocupam. Mais de 80% dos estabelecimentos rurais brasileiros estão dentro do perfil “estabelecimentos da agricultura familiar”, e ficam com apenas 24,3% do território ocupado no campo brasileiro. Os outros 15,6% dos estabelecimentos representam a agricultura “não familiar”, ou seja, o agronegócio, que por sua vez, fica com 75,7% das áreas ocupadas.

Outro dado importante destacado no censo é a geração de emprego no campo. A agricultura familiar mantém 12,3 milhões de pessoas ocupadas no campo, o que corresponde a 74,4% de todos os empregos gerados na área rural. Por fim, temos a agricultura familiar como a principal produtora de alimentos básicos, garantindo a segurança alimentar do país.

Atualmente, 87% da mandioca, 70% do feijão, 46% do milho, 34% do arroz, 58% do leite, 59% da carne suína e 50% das aves produzidas em território nacional, são oriundas de agricultura familiar.

Os deveres do nutricionista para com a sociedade e a categoria

Uma reflexão sobre o papel técnico e social do profissional

Por **Vera Barros de Leça Pereira**

O exercício de qualquer profissão tem repercussões sobre o indivíduo objeto da ação, sobre a categoria a que esse profissional pertence e, sobre a sociedade. Quando o nutricionista prescreve uma dieta ou quando treina um operador de cozinha, está utilizando técnicas que interferem de forma positiva ou negativa na saúde de indivíduos ou grupos de indivíduos, adquirindo portanto uma dimensão que transcende ao pessoal e alcança uma dimensão profissional e social.

As técnicas que o nutricionista utiliza na sua prática profissional e que, obrigatoriamente estão amparadas na Ciência da Nutrição, têm se modificado constantemente em decorrência do vertiginoso desenvolvimento dessa ciência. Conceitos e técnicas têm sido sucessivamente rejeitados e revalidados com estonteante velocidade, obrigando a uma contínua atualização dos profissionais que atuam nessa área. Inúmeros exemplos dessa alternância de pro-

postas têm pontuado a história recente da nutrição: os malefícios e benefícios do consumo de ovos, a escolha preferencial por manteiga ou margarina, o aumento ou diminuição da quantidade recomendada de ingestão diária de proteína, dentre vários outros.

Modificar, ampliar, eliminar ou incorporar técnicas, resultado do contínuo desenvolvimento da ciência e da tecnologia que dela decorre fazem parte da rotina do nutricionista. É assim que o progresso da ciência ultrapassa os limites dos laboratórios e das bibliotecas e se transforma em efetivo benefício para a sociedade. Dessa forma, o dever fundamental do profissional é o domínio e a correta utilização de técnicas que permitam ao seu cliente/paciente usufruir do máximo benefício advindo dos avanços produzidos pela ciência.

Isso não significa que qualquer inovação deva ser aceita ou incorporada à prática profissional: pelo contrário, no momento em que se convive com li-

nhas de pesquisa que partem de premissas inovadoras, redobra-se a cautela e renovam-se os cuidados para impedir a adoção de técnicas cujos resultados positivos para a saúde ainda não estão consolidados.

Do ponto de vista da categoria, a intervenção do nutricionista em determinada realidade representa muito mais do que o envolvimento de seu nome pessoal; o que está em jogo é o prestígio social de uma categoria profissional, alcançado pelo reconhecimento social do seu “saber”. Os privilégios que decorrem desse reconhecimento, conquistados pelo trabalho de gerações de nutricionistas, manifestam-se na lei que determina as suas atividades privativas e na plena autonomia para exercê-las. Como se vê, a atuação profissional do nutricionista tem um significado legal, social e técnico, que transcende ao âmbito do individual.

Modificar, ampliar, eliminar ou incorporar técnicas, resultado do contínuo desenvolvimento da ciência e da tecnologia, fazem parte da rotina do nutricionista

Quando a prática de um nutricionista desconsidera ou ignora os fundamentos científicos que os ampara, podem ocorrer duas situações, ambas indesejáveis: ser inócua – ou seja, não proporcionar os benefícios que apregoa – ou, pelo contrário, causar dano à saúde do indivíduo e/ou da coletividade. Nas duas situações, fica patente o comprometimento da credibilidade de toda a categoria de nutricionista e o desrespeito ao direito da sociedade de contar com serviços profissionais confiáveis.

Foi com base no conceito dos deveres profissionais para com a sociedade que o Código Penal Brasileiro previu o cometimento do crime de imperícia, imprudência ou negligência para tipificar ações que resultem em dano ou prejuízo individual ou coletivo. ■



FOTOS: RODRIGO PRADO



Nutricionista, CRN3 003 – Conselheira/Gestão 2011-2014, coordenadora da Comissão de Ética

Sob novo comando

Dra. Patrícia Contante Jaime assume a Coordenação Geral da CGAN, da Secretaria de Atenção à Saúde do Ministério da Saúde

Por Roger Hayas

A Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição (CGAN), pasta vinculada à Secretaria de Atenção à Saúde do Ministério da Saúde, está sob o comando da Dra. Patrícia Constante Jaime desde o começo de abril. Docente do Departamento de Nutrição e Saúde Pública da Universidade de São Paulo, a Dra. Patrícia foi cedida ao Ministério da Saúde para conduzir a pasta.

A CGAN coordena a implementação da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, a PNAN, que tem como proposta a melhoria das condições de nutrição e saúde da população brasileira, mediante à vigilância alimentar e nutricional, à promoção de práticas alimentares saudáveis e à prevenção, controle e cuidado dos agravos relacionados à alimentação e nutrição.

A Promoção da Alimentação Saudável (PAS) é uma das diretrizes da PNAN. O estímulo a hábitos e práticas alimentares regionais que fortaleçam o consumo de alimentos básicos, produzidos de forma sustentável e culturalmente representados é um dos focos desse trabalho.

Desafios

A Dra. Patrícia aponta dois tipos de desafios diferentes ao assumir a CGAN. “Do ponto de vista pessoal, sempre atuei na área de nutrição e saúde pública como docente e pesquisadora de universidade. Vir para o Ministério da Saúde, assumir um cargo de gestão, de certa forma, é sair de uma zona de conforto, ou seja, de um universo mais familiar. É preciso olhar para a nutrição sob outra perspectiva, enxergando e avaliando a viabilidade de gestão, e também sob a ótica política, institucional e do interesse público”.

Já do ponto de vista profissional, a Dra. Patrícia diz se sentir honrada. “Estou grata pela confiança, sobretudo porque este é um momento feliz para o Ministério da Saúde. Nossa agenda da alimentação e nutrição tem muito a contribuir com o Sistema Único de Saúde, com ações voltadas à humanização das práticas em saúde e, também, com temas como atenção nutricional ao longo do ciclo da vida e para grupos específicos e mais vulneráveis. Assim como no debate mais amplo e intersetorial no governo e na sociedade para a segurança alimentar”.

Revisão do PNAN

Um grande desafio iniciado na gestão anterior consiste na revisão da PNAN, uma política fundamental para enfrentamento dos problemas de saúde. “A PNAN é de 1999 e desde a publicação o Brasil mudou muito e as condições de saúde também, daí a necessidade de atualização. Todo esse processo vem desde 2010 e envolveu vários seminários estaduais de saúde para discutir a missão da PNAN e suas diretrizes. Foram 26 seminários estaduais e um grande nacional, organizado pela CGAN em conjunto com o Conselho Nacional de Saúde. Ao longo desses anos, a PNAN vem sendo reconhecida como instrumento importante para coordenar os programas de alimentação e nutrição do SUS, mas também traz para si o desafio da garantia do direito humano à alimentação”.

Controle da obesidade

Outro importante desafio da CGAN é o controle da obesidade. A presidenta Dilma e o Ministro da Saúde, Alexandre Padilha, têm sinalizado sobre a importância do controle e prevenção da obesidade. A CGAN está contribuindo na construção de um plano intersetorial de prevenção e controle da obesidade que vai envolver um conjunto de ministérios. “A obesidade é uma doença que tem um conjunto de determinantes sociais e o setor saúde tem um papel primordial nesse trabalho, em especial nossa coordenação, sobretudo se tratando da linha de cuidado integral para prevenção e controle do sobrepeso, levando em consideração as diferentes fases da vida, o diálogo entre a atenção básica e especializada, a promoção de práticas de alimentação saudável, dentre outros temas”.

Desafio da gestão é revisar a Política Nacional de Alimentação e Nutrição, (PNAN). Também estão previstas ações de combate à obesidade

O trabalho da CGAN abrange, ainda, a Estratégia Nacional para Promoção da Alimentação Complementar Saudável (ENPACS), uma estratégia voltada a crianças de até dois anos de idade que incentiva o aleitamento materno e a introdução oportuna e adequada de novos alimentos à dieta, com foco na formação de hábitos saudáveis e na prevenção de agravos na infância e da obesidade e doenças crônicas ao longo da vida.

Outros importantes focos da CGAN são as ações de alimentação e nutrição dirigidas à prevenção e controle de carências nutricionais, baseadas na tríade suplementação, fortificação e educação em saúde. “Uma diretriz importante é a organização da atenção nutricional, e há um conjunto de programas voltados ao controle de carências nutricionais, para os quais estamos sempre olhando dentre os novos desafios”, diz. ■

Uma parceria em prol da qualidade

CFN e MEC juntos para melhorar cursos de Nutrição

Por Roger Hayas

123RF

O Conselho Federal de Nutricionistas firmou um termo de cooperação com o Ministério da Educação para contribuir na avaliação sobre a abertura de novos cursos de Nutrição no País.

O objetivo da parceria é elevar a qualidade dos cursos e promover uma melhor distribuição das ofertas nas regiões brasileiras. “Quando há a abertura de uma nova oferta de curso, o MEC comunica o CFN para que avaliemos quesitos como necessidade epidemiológica, questões geográficas e regionais, ou seja, se a localidade conta com um número ideal de profissionais, se a demanda é suficiente, justamente para que não haja regiões com déficit de profissionais. Nosso trabalho consiste em contribuir para a decisão final do MEC. Somos uma espécie de escuta capacitada e especializada”, explica a Dra. Rosane Nascimento, presidente do CFN.

Ela explica que o Ministério da Saúde atua sobre os cursos de Medicina, Odontologia e Psicologia e que, por muitos anos, o CFN insistiu que era preciso realizar o mesmo com o curso de Nutrição. “Essa união era um antigo desejo do CFN expresso nas diversas comissões que participamos. Temos hoje no

Brasil mais de 400 cursos de Nutrição. Nossa preocupação, como órgão fiscalizador, se dá sobre as medidas que o MEC está tomando no sentido de garantir a qualidade desses cursos”.

Uma preocupação do CFN é sobre a distribuição de profissionais no Brasil que, na visão do Conselho, é desigual. “No Norte, por exemplo, temos poucas escolas formadoras de profissionais. Agora com essa abertura com o MEC, queremos ser parceiros, levar contribuições importantes”, enfatiza.

A colaboração do CFN não envolve avaliação de conteúdo curricular dos cursos, já que o MEC é responsável por definir as diretrizes curriculares básicas e as universidades têm autonomia para flexibilizar a grade.

Carga horária

O CFN defende que a carga horária do curso de Nutrição seja de 4000 horas, que hoje é de 3200, conforme decisão do MEC. De acordo com a Dra. Rosane essa é uma bandeira do Conselho desde 2006. “O que está em jogo é a qualidade do profissional, e isso só é possível com uma base sólida”. ■



Opinião

Prof. Arlindo Philippi Junior*

“A criação, neste momento, da Coordenação de Área de Alimentação e Nutrição da CAPES é seguramente um marco histórico e político no desenvolvimento e consolidação do campo da alimentação e nutrição no país. Representa o corolário da competência instalada na produção de conhecimento e na formação qualificada de pesquisadores e profissionais no âmbito nacional. Este espaço, agora conquistado por uma carreira em ascensão no Brasil e no mundo, é seguramente resultado do trabalho competente de profissionais que vêm atuando na pesquisa, no ensino e no campo profissional, e contribuirá para estabelecer maior identidade deste campo de conhecimentos e saberes para aqueles que atuam científica e tecnologicamente em tão relevante área para o desenvolvimento social, econômico e cultural do Brasil.

Com certeza, os programas de Pós-Graduação em Alimentação e Nutrição do país terão nesta Área o espaço adequado para gerar articulações

acadêmicas, científicas e institucionais que possibilitarão inovações e sinergias, passando ainda a se constituir como o espaço de divulgação, avaliação e certificação maior da excelência do conhecimento gerado pelo sistema nacional de pós-graduação na área.

A existência de diretrizes e critérios próprios, que melhor caracterizem este campo de conhecimentos e saberes, a serem expressos em Documento da Área de Alimentação e Nutrição, contribuirá para caracterizar, explicitar e consolidar científica, tecnológica e profissionalmente o seu desenvolvimento e maturidade.

Está de parabéns a Área de Alimentação e Nutrição, destacando-se que esta conquista é resultado da qualidade do trabalho de seus Programas de Pós-Graduação, passando a ser sua Coordenação de Área o fórum de certificação da qualidade da pesquisa e ensino de pós-graduação em todo o país.”

*Prof. Arlindo Philippi Junior, pró-reitor adjunto de pós-graduação da USP e coordenador da área interdisciplinar da CAPES.

Dra. Monica Inez Elias Jorge

“A Comissão de Formação Profissional do CRN-3 recebeu com muito entusiasmo a parceria do CFN com o MEC pois é preocupante o número cada vez maior de novos cursos de nutrição. Na região de abrangência do CRN-3 temos 104 cursos, sendo seis em Mato Grosso do Sul e 98 em São Paulo. A participação do sistema CFN-CRN3 poderá orientar a criação de cursos capazes de oferecer uma sólida formação básica, alicerçada em fundamentos interdisciplinares e multiprofissionais, que prepare os nutricionistas para os desafios atuais da nossa sociedade.

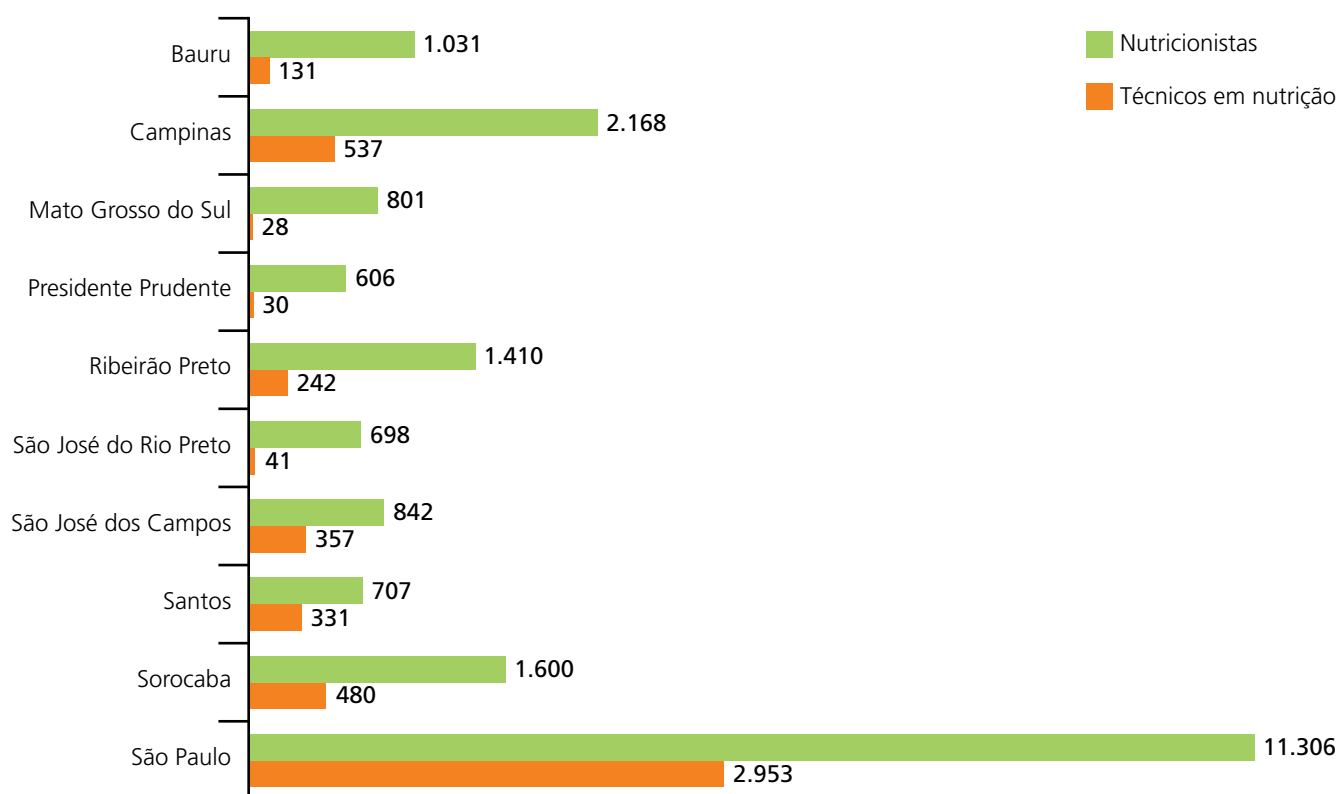
Muitas vezes, o que se observa nas ações de fiscalização do exercício profissional, competência legal dos Conselhos Profissionais, é uma prática profissional inadequada e insuficiente para o cumprimento de uma das principais competências do nutricionista, ou seja, a promoção da saúde e do direito humano a uma alimentação adequada, constituindo-se essas ações em instrumentos de avaliação da qualidade da formação.

Esta parceria entre o MEC e o Sistema sinalizam possíveis mecanismos capazes de potencializar a desejada integração entre a formação acadêmica e a prática profissional”.

Atuação dos profissionais recadastrados no CRN-3

Área de alimentação coletiva	Total	Área de saúde coletiva	Total
Alimentação Escolar	924	Políticas e programas institucionais	223
Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN)	2152	Vigilância em saúde	224
Área de alimentação do trabalhador	Total	Em assistência à saúde	151
Em empresas fornecedoras de cestas de alimentos e similares	80	Em promoção da saúde	186
Em empresas prestadoras de serviço de alimentação coletiva	224	Área de docência	Total
Área de nutrição clínica	Total	Ensino, pesquisa e extensão (graduação e pós-graduação)	566
Hospitais, clínicas em geral, clínicas de hemodiálise, instituições de longa permanência para idosos e SPA	1728	Coordenação	113
Ambulatórios / Consultórios	1224	Área de indústrias de alimentos	Total
Banco de leite humano – BLH	52	Desenvolvimento de produtos	160
Lactários / Centrais de terapia nutricional	191	Área de nutrição em esportes	Total
Atendimento domiciliar	643	Clubes esportivos, academias e similares	192
Total de recadastramento realizados		Área de alimentação e nutrição	Total
		Marketing na área de alimentação e nutrição	263
		Total de recadastramento realizados	9296

Número de inscritos ativos no CRN-3





Cozinha do bem

Projetos do Restaurante-Escola e da Gastromotiva investem na profissionalização e abrem novas perspectivas para jovens de baixa renda

Por **Mônica Serrano**

Por trás do aroma dos temperos, mãos hábeis aprendem diferentes possibilidades de elaboração de pratos para agradar a diferentes públicos. Mais do que testar a alquimia dos alimentos, o universo gastronômico tem sido o agente transformador de vidas, por meio de projetos sociais que investem na profissionalização de jovens com possibilidades restritas no mercado de trabalho. A atuação de duas entidades, Restaurante-Escola e a Gastromotiva, têm feito a diferença na realidade dos jovens que passam pelos cursos de capacitação.

O projeto Restaurante-Escola, da Fundação Jovem Profissional, desde que iniciou suas atividades, em 2004, com o curso Serviços em Restaurante, abriu novas perspectivas para jovens de baixa renda, que tinham somente o ensino médio para ir em busca de uma oportunidade profissional. “Nossa abordagem é a formação de cidadãos e, ao mesmo tempo, oferecer uma nova condição de vida. Já tivemos muitas histórias de sucesso para contar”, diz Teresa Barreto, superintendente da Fundação Jovem Profissional. À frente do trabalho social há mais de 15 anos, Teresa conta como seu envolvimento profissional traz profundas recompensas. “Na verdade

existe uma gratificação do trabalho muito maior do que quando você trabalha em outro tipo de empreendimento. Há muita satisfação em poder mudar, melhorar e dar oportunidade para pessoas que não têm oportunidades”, comenta a superintendente.

O Restaurante-Escola é uma parceria entre a Fundação Jovem Profissional e a Prefeitura de São Paulo, em conjunto com a Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social, Secretaria Municipal do Desenvolvimento Econômico e do Trabalho. O projeto também conta com o apoio da Universidade Anhembi Morumbi.

O curso Serviços em Restaurante prioriza a profissionalização de jovens entre 17 e 20 anos, moradores do município de São Paulo há pelo menos dois anos, que estejam cursando ou tenham concluído o Ensino Médio e que possuam renda familiar per capita de até meio salário mínimo. Com duração de sete meses, o curso aborda a rotina de diferentes áreas, abrangendo cozinha, salão, bar, padaria e confeitaria.

Com foco na prática profissional em 70% do período, os alunos conseguem ter uma dimensão da área que despertará maior afinidade para desen-

volver suas habilidades. Na parte da cozinha eles aprendem a higienizar os alimentos, passam pela conservação e preparo e aprendem a montar e decorar pratos sofisticados, além e noções de Nu-

O conteúdo do curso é abrangente e inclui conceitos de nutrição, higienização e preparo de alimentos

trição passadas por nutricionistas da Universidade Anhembí Morumbi. Durante a capacitação os jovens entram em contato com os principais conceitos alimentares, conhecem a pirâmide de alimentos, aprendem sobre higienização e conservação, controle e pré-preparo de alimentos. Já na etapa do salão, iniciam pela recepção e pelo atendimento ao cliente e também aprendem a arrumar as mesas, servir e fazer coquetéis.

O conteúdo da área de bar abrange todos os tipos de bebidas, quentes ou frias. Os alunos apren-

dem a preparar drinks, sucos, cafés e chás, entre outras variedades. Já no setor de confeitaria, confeccionam pães, bolos e doces. “O mercado é muito diversificado, por isso o treinamento é voltado para muitas áreas. Daqui saem baristas, cozinheiros, garçons, confeitadores e barman. Cada um se identifica com alguma área e há espaço para todos”, comenta Teresa, que ainda ressalta que os alunos têm aulas de cidadania, legislação do trabalho, higiene e saúde, além de aprenderem a importância do trabalho em equipe.

Reforço

Como o nível do ensino médio é muitas vezes deficitário, a Fundação também auxilia os alunos com aulas de reforço escolar, especificamente português e matemática, para que os jovens estejam mais capacitados ao sair para o mercado de trabalho. Os alunos também participam de palestras com diferentes profissionais especializados em diversos setores alimentícios, ou mesmo com consultores, que mostram como se portar numa entrevista de emprego.

Espírito empreendedor

Integrante do curso Serviços em Restaurante, da turma de 2004 do Restaurante-Escola, Maysa Correa seguiu para uma carreira solo. Atualmente ela trabalha em casa com o que mais gosta de fazer na área de confeitaria: bolos e doces. Mas isso está com os dias contados. Com espírito empreendedor, Maysa pretende abrir uma confeitaria na Vila Industrial, seu bairro de origem.

Ela conta que desde que terminou o curso trabalhou constantemente, tanto em locais fixos quanto como free lancer em eventos. “Foi uma experiência maravilhosa. Aprendi de tudo um pouco”, relata.

Disciplinada e determinada, por dois anos trabalhou para juntar dinheiro e fazer a faculdade de

Gastronomia. “Fiquei dois anos sem lazer”, conta ela. No ano passado, conseguiu concluir o curso na Faculdade São Marcos.

De 2004 para cá, melhorou suas condições de vida, mudou de casa e não parou de colocar em prática tudo o que aprendeu. Em seu último emprego, no L’Hotel, fez um acordo para realizar mais um sonho: ter seu próprio negócio.

Com os recursos da rescisão de contrato e o dinheiro que ganha trabalhando em casa, está prestes a ultrapassar mais uma etapa. “Só tenho medo de virar administradora porque o que eu gosto mesmo é de ficar na cozinha, de criar e colocar a mão na massa”, finaliza.

De 2004 a 2010, 14 turmas foram formadas, com 60 jovens em cada uma delas. Segundo Teresa, não foi realizado um levantamento do total de jovens que concluíram o curso, mas o índice de desistência gira em torno de 7%. Teoricamente, aproximadamente 781 jovens foram lançados no mercado de trabalho. “Só não trabalha quem não quer. A demanda é grande e a tendência é aumentar ainda mais”, afirma Tereza. Num balanço geral, dos jovens que concluíram o curso mais de 80% estão empregados, embora fatores como a distância entre trabalho e residência e o horário do transporte público ainda sejam elementos restritivos.

70% dos recursos do Restaurante-Escola são provenientes da venda de alimentos

Com aulas que vão das 7 às 16 horas, os jovens recebem da Prefeitura uma bolsa salário de R\$ 580,00, o que representa um incentivo a mais para permanecer até o final do curso. Eles também recebem gratuitamente uniforme, material pedagógico, lápis, borracha e rede para proteger o cabelo. Ainda assim, há aqueles que desistem por diferentes motivos. “Alguns aproveitam a oportunidade e transformam suas realidades; outros, nem sempre estão dispostos ao esforço. O que acontece com o jovem menos favorecido não é diferente daqueles que fazem parte de uma classe social mais favorecida. É uma questão individual”, comenta a superintendente.

Um dos pontos fortes do projeto é a venda da alimentação, oriunda do restaurante instalado no subsolo da Câmara Municipal de São Paulo, aberto ao público em geral, e do serviço de buffet, que também funciona no local. Ambos permitem que o Restaurante-Escola mantenha sua atividade constante, além de propiciar um treinamento

prático para os alunos do curso nos serviços de restaurante. De acordo com Teresa, cerca de 30% dos recursos para manutenção do curso saem da Prefeitura e os demais 70% são sustentados pela venda de alimentos.

Outro lado

O Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (Senac) também oferece o Curso Capacitação para Cozinheiro para jovens de famílias menos favorecidas. O curso tem 816 horas, aproximadamente cinco meses, e destina-se a candidatos que possuam renda per capita de, no máximo, dois salários mínimos. Para fazer as inscrições é necessário ter no mínimo 18 anos, Ensino Fundamental completo, não ter curso superior e ter disponibilidade de horário em tempo integral. “Queremos proporcionar o desenvolvimento de pessoas por meio de ações educacionais, de forma a contribuir para o bem-estar da sociedade”, diz Isabel Cristina Sevilha, coordenadora dos cursos de responsabilidade social do Centro Universitário Senac, do Campus Águas de São Pedro.

O curso de Capacitação em Cozinha é oferecido em Campos do Jordão e em Águas de São Pedro. Desde o início das turmas, em 1995, já se formaram 1026 jovens. Para este ano, as próximas turmas estão previstas para começar em 26/07, 19/09, 17/10 e 12/12/11.

O conteúdo do curso é abrangente. Ao longo da capacitação o aluno aprende a manipular e preparar alimentos de acordo com as boas práticas de fabricação e conduta de higienização pessoal, de utensílios e alimentos, respeitando as normas da vigilância sanitária. Os principais conceitos de nutrição também são transmitidos durante o curso. “Oferecer alimentos seguros e saudáveis ao consumidor é condição fundamental, assim como aplicar conceitos de nutrição e dietética, processos de produção e manipulação de alimentos por meio da análise de cardápios”, destaca Isabel.

Cozinha sustentável

O curso profissionalizante em cozinha da Gastromotiva também oferece capacitação para pessoas de baixa renda e enfatiza a conscientização de jovens cidadãos. “Não queremos formar cozinheiros, mas cidadãos com responsabilidade ambiental, social e econômica”, comenta Vera Lucia de Almeida Silva, coordenadora do curso de capacitação da Gastromotiva.

Considerado o primeiro negócio social na área da gastronomia, a Gastromotiva é um misto de empresa privada e ONG. A ideia é criar impacto positivo na sociedade por meio da promoção da inclusão social e, ao mesmo tempo, atuar como negócio, com o lucro sendo reinvestido na organização. A dinâmica da Gastromotiva atua como empresa na oferta de serviço de buffet, e o recurso arrecadado com o serviço é destinado ao curso de capacitação. “O negócio ainda está se solidificando e o buffet ainda não gerou um lucro substancial para investir numa turma. Ele arca com 30% dos custos do curso e os parceiros com 70%”, diz o chef de cozinha e idealizador do projeto David Hertz.

Além da formação de novos cidadãos e inclusão social por meio da profissionalização, a Gastromotiva está alinhada com princípios de sustentabilidade por meio da ecogastronomia, que preza pelo prazer da alimentação inserida na cadeia sustentável ao favorecer fornecedores que têm pequena produção de alimentos, assim como por aproveitar as frutas de época e evitar o desperdício. Os alunos têm aulas de ecogastronomia e aprendem a fazer receitas criativas com aproveitamento de parte dos alimentos que, em geral, seriam jogados no lixo, como cascas de banana. São receitas voltadas para privilegiar o sabor, ao mesmo tempo em que são ricas em nutrientes que fazem bem à saúde, além de serem economicamente viáveis. “No módulo cozinha saudável eles aprendem a fazer o reaproveitamento integral dos alimentos e também são incentivados a comprar de um pequeno produtor, pagando o valor

justo por isso”, comenta Vera Lúcia.

A postura de inserir a sustentabilidade na gastronomia faz parte da conduta de Hertz, que sempre procurou agregar ao seu trabalho opções de pratos leves e saudáveis, de procedência sustentável, dentro de uma cadeia de valor que beneficia a todos, desde o produtor ao consumidor. “A busca por um alimento mais saudável está em todo lugar, para todas as classes,” destaca Hertz.

Criada em 2006, a Gastromotiva surgiu da inquietação do chef Hertz, que sentia necessidade de fazer alguma coisa alternativa, diferente, ir além de sua atuação como chef. Mesmo com uma carreira consolidada, tendo passado por cozinhas da alta



Urideia Andrade, sous-chef da Gastromotiva: agora, ela quer ser agente transformadora

gastronomia como o buffet Andrea Fasano e chef da rede de cafés Santo Grão, faltava alguma coisa.

A definição do que queria surgiu quando montou o projeto “Cozinheiro Cidadão”, criado em 2005, na favela do Jaguaré. O contato com os jovens do Jaguaré e a possibilidade de transformar sua realidade, ao oferecer profissionalização pela gastronomia, era o tempero que faltava em sua vida. “Montei a primeira turma desse projeto, captei os recursos, coordenei e comecei a estudar os negócios sociais. Percebi que se montasse um buffet e vendesse um serviço diferenciado seria possível capacitar pessoas para o mercado de trabalho, mas através do negócio”, conta Hertz.

Multiplicar talentos

Aos 25 anos, Urídeia Andrade ocupa uma posição de destaque no Buffet **Gastromotiva**. Ela é sous-chef, segunda executiva abaixo do chef de cozinha e controla toda a linha de produção, aprovando tudo o que vai para as mãos dos convidados. “Aqui, descobri novas responsabilidades e adquiri confiança em mim mesma. Me transformei numa pessoa melhor, tanto pessoal como profissionalmente”, relata Urídeia.

E o caminho se abriu desde que ela iniciou o trabalho no negócio social ao lado de David Hertz. Conseguiu uma bolsa de estudos de 100% para fazer gastronomia na Universidade Anhembi Morumbi, o que foi a “realização de um sonho”.

Atualmente, Urídeia está em busca de mais uma realização na vida. “Meu maior sonho é ser uma agente transformadora e poder compartilhar com outras pessoas tudo o que aprendi na **Gastromotiva**. Quero multiplicar meu conhecimento, levar para minha comunidade, levar para o Nordeste e transformar outras pessoas em agentes”.

Com a ideia formatada, foi em busca da concretização de seu sonho e trouxe a primeira parceira, sua aprendiz Urídeia Andrade, formada pela primeira turma do curso do Jaguaré. “Ele me convidou

Gastromotiva quer, no futuro, lançar sua própria linha de produtos de alimentação

para montar a **Gastromotiva** e eu construí essa estrada junto com ele. Foi um passo de transformação em minha vida”, constata Urídeia.

A primeira turma, formada em 2007, foi capacitada na casa de Hertz. Duas aprendizes desta turma conseguiram sair do curso para a faculdade. Ambas foram beneficiadas com bolsas de estudo para cursarem gastronomia na Universidade Anhembi Morumbi. No ano seguinte, o curso de capacitação ganhou espaço físico fixo, na própria UAM, durante o período da tarde, pois é o horário livre de aulas da faculdade. “Nosso plano de ampliação é de integrar a atividade de buffet e as aulas na mesma estrutura física. Também temos planos de ter nossa própria linha de produtos de alimentação vendidos para o mercado. Almejamos um negócio robusto”, relata Hertz.

De 2007 a 2010, dos 105 jovens que iniciaram o curso, 84 estão formados, dos quais 20% cursaram ou cursam uma faculdade. “Buscamos um profissional de talentos. Se ele vai trabalhar com moda, turismo ou gastronomia, não interessa, o importante é ele se transformar e se tornar um cidadão consciente. Tenho um exemplo de uma menina que virou líder comunitária”, diz Hertz.

Segundo o chef, as chances de um jovem que sai para o mercado de trabalho somente com o ensino médio é virar um replicador de processos, porque ele não é encorajado a pensar. “O mundo hoje caminha para o profissional de talentos. Nós buscamos talentos”, constata.



BIANCA CUTAIT

Vera Lucia de Almeida Silva, coordenadora do curso de capacitação da Gastromotiva:
 “Não queremos formar cozinheiros, mas cidadãos com responsabilidade ambiental, social e econômica”

Para dimensionar o interesse dos jovens no curso de capacitação e detectar novos talentos é realizada uma seleção. São exigidos como pré-requisitos: ter concluído ou cursar o ensino médio, estar na faixa etária entre 18 e 35 anos, possuir renda familiar inferior a R\$ 1600,00 e ser morador das regiões periféricas de São Paulo. Os candidatos passam por uma entrevista e fazem uma dinâmica de grupo sob a coordenação de Vera Lucia. “A demanda é grande e procuramos selecionar o jovem que tenha interesse real e esteja desempregado”, destaca.

O cuidado com a seleção também busca formar uma equipe integrada e comprometida, que se apoia em momentos de dificuldades. “Já aconteceu de um aluno do grupo auxiliar não ter dinheiro para a condução e todos se uniram para ajudá-lo. Não se consegue esse tipo de atitude se o grupo não for forte. O comprometimento com

o trabalho em equipe também se reflete na qualidade dos jovens que estão no mercado de trabalho, com o reconhecimento dos restaurantes”, constata a coordenadora.

Alunos do curso de Profissionalização devem passar por estágio de 80 horas; de lá, são encaminhados para empregadores

Após a conclusão do curso, os aprendizes são encaminhados para as vagas dos estabelecimentos que buscam mão-de-obra capacitada. Segundo Vera Lucia, o nível de empregabilidade é de 100% e aqueles que não podem trabalhar num local fixo, por algum motivo especial, conseguem atuar como

free lancers em eventos ou têm a possibilidade de trabalhar como autônomos, em casa.

A partir deste ano, o curso de capacitação será ampliado para duas turmas. A primeira irá iniciar as aulas em abril e a segunda em julho, com 30 vagas em cada turma. “Se tivesse condições de formar 300 conseguiria encontrar colocação para todos os alunos, pela economia aquecida e o mercado de alimentação em ascensão. Somos uma escola de formação profissional e capacitação para o mercado de trabalho que dá oportunidade para aqueles que querem. Temos um olhar de negócio e não de assistência”, comenta Hertz.

O curso é gratuito e tem duração de seis meses, mas o ganho começa antes da conclusão. “Eles precisam cumprir 80 horas de estágio e, a partir deste momento, o aprendiz recebe como profissional”, esclarece a coordenadora.

A Gastromotiva também oferece respaldo ao jovem empreendedor que pretende montar seu próprio negócio, dentro de suas comunidades, por meio do projeto incubadora. São ex-alunos que recebem orientação de profissionais para dar andamento aos seus projetos de negócios. Eles recebem consultoria e aprendem a se organizar dentro de suas comunidades. Com isso multiplicam as oportunidades e abrem chances de trabalho para outras pessoas. Vera Lucia conta que uma das ex-alunas, moradora do Paraisópolis, consegue mobilizar 15 pessoas de sua comunidade com a organização de eventos do bairro, como casamentos, batizados e festas. “Ela organiza a contratação dos profissionais locais para fazer a prestação de serviços, desde o segurança à doceira”.

Há casos em que ex-alunos também conseguem ser absorvidos como fornecedores para o buffet. Os ex-aprendizes se tornam profissionais qualificados para atender à clientela exigente e os produtos fornecidos seguem as regras de controle de qualidade. “Não é porque privilegiamos o social que tem que ser mambembes”, diz Vera Lucia. ■

Do escritório para a cozinha

Desde os dez anos Rogério José dos Santos aprendeu a preparar a mistura do almoço enquanto os pais, ambos cozinheiros, trabalhavam. O menino que herdou o talento do pai e da mãe, já adulto, estava insatisfeito porque atuava como assistente administrativo de um escritório. Ele então saiu do emprego para ir em busca de algo que o motivasse. Foi quando soube do curso de capacitação em cozinha da Gastromotiva. Fez a inscrição e conseguiu se formar em 2008, primeira turma que teve as aulas ministradas na Universidade Anhembi Morumbi. “Hoje sou uma pessoa mais feliz porque amo o que faço. O curso me abriu muitas portas e saí de lá empregado”, conta Rogério.

Ele adquiriu experiência em vários estabelecimentos: Vivenda Mineira, Pão de Açúcar e Il Pastaio, sempre na cozinha. Hoje, está na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais e se sente realizado. Na APAE, Rogério conheceu uma cozinha especial, diferente, na qual toda a produção de alimentos é feita sem proteína. Ele tomou contato com pessoas com sérias restrições alimentares, que passam por problemas de saúde que exigem uma dieta rigorosa, sem a ingestão de proteínas.

Como meio oficial de cozinha, Rogério atua na produção, coordenado pela chef Lilian Galhardo, que elabora o cardápio em conjunto com duas nutricionistas. Com o trabalho na APAE, consegue pagar a faculdade de Gastronomia, na Faculdade São Marcos.

Mas Rogério não pretende parar por aí e já traça seus próximos passos. “Quero fazer pós-graduação, dar aula, ensinar tudo o que vivencio na prática”.





A nova fase do CRN-3

Empossado em fevereiro, o novo colegiado do CRN-3 para o triênio 2011/2014 já trabalha duro para transformar as propostas da campanha vitoriosa em filosofia de trabalho. O principal desafio desta gestão, de acordo com a nova presidente, Dra. Beatriz Aparecida Edméa Tenuta Martins, é promover o diálogo entre os profissionais da categoria e a entidade, que congrega os Estados de São Paulo e de Mato Grosso do Sul. “Queremos mostrar que o Conselho é uma ferramenta para o nutricionista se aproximar do mercado, dos colegas de profissão. É um espaço de atualização e de construção de rede de contatos”, afirmou, durante evento realizado no Espaço Paulista de Nutrição (EPN) no início de abril, quando foram apresentadas as diretrizes de trabalho do grupo e os primeiros resultados já colhidos.

De acordo com Dra. Beatriz, o CRN-3 tem condições de ser um agente para a valorização e reco-

nhecimento da categoria. “Hoje, o profissional da nutrição pode atuar em diversas áreas, com cargos de coordenação e gerenciamento. Nutrição não se trata apenas de alimentação”, afirma. A presidente do CRN-3 também enfatizou o papel da entidade:

Valorizar o profissional de Nutrição e estimular as discussões sobre ética são as metas do novo colegiado

uma autarquia federal, que tem como finalidade disciplinar, orientar e fiscalizar o exercício profissional de nutricionistas e técnicos em nutrição e dietética. Frisou ainda que o CRN-3 não é uma associação técnico-científica, tampouco representante dos interesses trabalhistas dos profissionais.



BIANCA CUTAIT

Nova gestão reunida na sede do CRN-3: ética, comunicação e valorização serão prioridades

O perfil da nova gestão

Conheça os principais focos de trabalho ao longo do triênio 2011-2014

Objetivos

- Promover a aproximação entre o CRN-3 e os profissionais de nutrição (nutricionistas e técnicos em nutrição e dietética).
- Realizar encontros regionalizados em que possam ser expostas as deficiências e as reivindicações da área de atuação. Haverá espaço para posicionamento e encaminhamento das questões.

Expectativas

- Valorização do trabalho dos profissionais de Nutrição.
- Trabalho conjunto entre o CRN-3, Associações e Sindicatos de São Paulo e de Mato Grosso do Sul, frisando que cada entidade tem seu papel definido e tomará medidas restritas a seus espaços de atuação.
- A antiga sede do CRN-3, que hoje abriga o Espaço Paulista de Nutrição, estará de portas abertas aos profissionais e abrigará mais encontros e discussões de trabalho.

Reorganização

Para que o diálogo entre profissionais e entidade ocorra com fluidez e transparência, o novo colegiado traçou um minucioso plano de trabalho. O primeiro passo foi dar início ao processo de reorganização da estrutura do Conselho, para dar agilidade aos trabalhos das comissões. “Esse trabalho começou imediatamente após a posse e o grupo já tem uma posição clara do papel de cada uma das comissões”. De acordo com dra. Beatriz, vários processos da Comissão de Ética estão sendo revisados. Também já está em curso uma profunda discussão, na Comissão de Formação Profissional, sobre o modelo de atuação com as universidades e escolas formadoras de nível médio. Enquanto isso, a Comissão de Fiscalização revê o perfil dos eventos externos promovidos pela entidade. A agenda atual será mantida até junho e passará em seguida por reestruturação.

A nova gestão também está ouvindo, de forma sistemática, as principais reivindicações da categoria. Esse material servirá para diagnosticar as principais deficiências e exigências profissionais e, a partir daí, será possível organizar e gerenciar um programa de mudanças na entidade.

Ética e comunicação

Outro objetivo da nova gestão é ampliar as reflexões sobre ética. Dessa forma, o tema será abordado em todas as publicações e eventos do CRN-3, além de promover debates com docentes da disciplina de Ética. “Há questões muito delicadas para se avaliar que passam pela atuação de colegas despreparados. Precisamos entender onde está essa lacuna entre o aprendizado e a prática”, disse Dra. Beatriz. Além disso a entidade quer reunir subsídios para propor ao Conselho Federal uma revisão no Código de Ética.

A Comunicação também será submetida a mudanças. A revista do CRN-3 ganha novo formato e outras ferramentas também estão sendo redesenhadas. “Precisamos resgatar um modelo de comunicação direta com os profissionais, que deverá abranger os estudantes. O número de profissionais cresceu muito, por isso, a forma de contatá-los também mudou”, informa a Dra. Beatriz. A nova gestão do CRN-3 também planeja implantar um núcleo de atendimento aos profissionais e reestruturar o site institucional e o call center. De acordo com a nova presidente, essas medidas permitirão agilizar e dar qualidade às informações técnicas, éticas e administrativas emitidas pelo Regional.

Dedicação à causa

Em toda sua carreira, a Dra. Beatriz Aparecida Edméa Tenuta Martins (CRN-3/159) mesclou dedicação à educação, serviços à iniciativa privada e área pública e engajamento pela valorização dos profissionais de nutrição. Sua visão abrangente sobre o papel do nutricionista alçou-a, pela terceira vez, à presidência do CRN-3. Ela já havia exercido o cargo nas gestões 1992/1995 e 1995/1998.

Graduada em Nutrição pela Faculdade de Saúde Pública da USP em 1978 e mestre em Nutrição pelo PRONUTRI/USP, em 2000, a nova presidente acumula experiência de mais de 30 anos em diversas áreas: alimentação escolar, empresas de prestação de serviços, indústrias de alimentos e também em órgãos públicos. Trabalhou, durante sete anos, em marketing de alimentos e também é empresária.

Atualmente, Dra. Beatriz é docente do SENAC/SP e nas Faculdades Integradas Torricelli e presta consultoria na área de alimentação escolar. Há mais de 20 anos ela se dedica ao ensino em cursos de formação de Técnicos em Nutrição e Dietética, graduação em Nutrição e pós-graduação nas áreas de Qualidade e Marketing.

Dra. Beatriz também teve voz ativa dentro das entidades ligadas à Nutrição. Foi conselheira do Conselho Federal de Nutrição (CFN) nas gestões 1988/1989 e 1989/1991 e presidente da Comissão Executiva de Gestão Provisória (CEPro) do CFN junto ao CRN-3, de agosto/2004 a fevereiro/2005.

Sua dedicação e comprometimento à profissão levaram o CRN-3 a criar um prêmio que leva seu nome. A homenagem foi entregue pela terceira vez na cerimônia de 30 anos de fundação do Conselho, no fim do ano passado. A técnica em Nutrição e Dietética Amanda Batista de Sá foi a homenageada e recebeu o prêmio das mãos da própria Dra. Beatriz.

RODRIGO PRADO



Conheça o colegiado do triênio 2011-2014

Nos próximos três anos, o colegiado formado por 18 nutricionistas tem nas mãos o desafio de representar os profissionais de nutrição de São Paulo e Mato Grosso do Sul. Com perfil variado, grande experiência e iniciativa, esses Conselheiros se distribuíram entre Diretoria, Plenário e Comissões. Conheça o perfil desses representantes.

CONSELHO EFETIVO

Cristina Rebolho da Silva (CRN-3/5087)

Nutricionista graduada pela PUCCAMP em 1992 e mestre em Alimentos e Nutrição pela UNICAMP em 2006. Atuou nos programas de cursos do SESI e no Curso Técnico em Nutrição e Dietética do SENAC/SP. Trabalhou no departamento de Marketing da Yakult. Tem experiência como docente em cursos de formação de Técnicos em Nutrição e Dietética e de graduação em Nutrição. Atualmente é docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário São Camilo nas disciplinas Rotulagem de Alimentos e Estágio Supervisionado em Instituições Diferenciadas – sub área: Gestão e Marketing.

Celi Maiyumi Kussumoto (CRN-3/2012)

Graduada pela Universidade Sagrado Coração de Jesus em 1985 (Bauru) e possui extensões culturais em Comunicação, Marketing Pessoal, Administração, Finanças, Com-

pras, Desenvolvimento de Chefias, Teoria das Restrições, Programa de Educação e Qualidade, Consultoria e Libras (Linguagem Brasileira de Sinais). Sua atuação é voltada para o setor UAN em cozinhas industriais de concessionárias e autogestão. Atualmente presta consultoria e assessoria no segmento de cozinha industrial, comercial e escolar.

Giorgia Castilho Russo (CRN-3/16122)

Nutricionista formada pela Universidade de São Paulo (USP). Especialização em Obesidade e Emagrecimento pelo CBES. Atuação em Gestão de Unidades de Alimentação na EPC e na criação dos restaurantes Faggi e Maria Malagueta. Atuação em Alimentação Escolar nos municípios de Leme, Porto Ferreira, Rio Claro e Jardinópolis onde recebeu o prêmio Fome Zero de Gestão Eficiente da Merenda Escolar. Presidente Fundadora da Empresa Junior de Nutrição da Universidade de São Paulo.

FOTOS: BIANCA CUTAIT



Cristina



Celi



Giorgia



Lilian

Lilian Almeida Abreu Silva (CRN-3/21305)

Nutricionista formada em 2006 pelo Centro Universitário São Camilo, com pós-graduação em Gestão da Qualidade e Controle Higiênico-Sanitário de Alimentos pelo Instituto Racine, em 2010. Sua atuação é voltada para Alimentação Escolar em empresas de prestação de serviços e indústrias de alimentos. Também prestou trabalho voluntário, com palestras educativas, para uma comunidade evangélica, no bairro do Mandaqui (SP) em 2009.



Mônica

Mônica Elias Jorge (CRN-3/0640)

Nutricionista graduada pela Universidade de São Paulo (1980). Possui especialização em Administração Hospitalar pelo PROHASA-FGV/SP (1991), mestrado (1999) e doutorado (2005) em Saúde Pública, área de concentração de Nutrição, pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo. Atuou no Hospital Universitário da USP de 1981 a 1993 em Pediatria e na área administrativa do Serviço de Nutrição e, desde então, está na coordenação de estágios no Curso de Nutrição da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo. Participou de outras gestões do CRN-3 e foi colaboradora no grupo de trabalho (GT) para revisão do Código de Ética do Nutricionista, pelo CRN-3.

Renata Caires Borba (CRN-3/12241)

Nutricionista pela Universidade São Judas Tadeu, em 2001. Pós-graduada em Saúde, Nutrição e Alimentação Infantil – Setor de Pediatria da UNIFESP-EPM, em 2003. Durante cinco anos, atuou na área de Alimentação Escolar e em empresas de prestação de serviços e indústrias de alimentos. É consultora no ramo varejista e escolas particulares.



Renata

Thiago Sacchetto de Andrade (CRN-3/21466)

Nutricionista graduado pelo Centro Universitário do Triângulo (UNITRI) – Uberlândia (MG), em 2003 e mestre em Ciências da Saúde pela Univer-



Thiago

FOTOS: BIANCA CUTAIT

sidade Federal de São de Paulo/Escola Paulista de Medicina – UNIFESP/ EPM. É especialista em Saúde, Nutrição e Alimentação Infantil por essa mesma instituição. Atualmente é nutricionista do Hospital Israelita Albert Einstein e Docente do Centro Universitário SENAC (Campus Santo Amaro – CAS).

Vera Barros de Leça Pereira (CRN-3/0003)

Nutricionista pela Universidade de São Paulo, em 1961, com especialização em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública da USP-1981. É mestre em Educação e Comunicação pela Universidade Anhembi Morumbi-2001. Atuou por 20 anos no Programa de Merenda Escolar e por 10 anos nos Programas CCI – Centro de Convivência Infantil, ambos do Governo do Estado de São Paulo. É docente da disciplina de Ética em cursos de pós-graduação “lato sensu” e ex-docente das disciplinas de Ética e Controle de Qualidade Higienístico Sanitária dos Alimentos no Curso de Nutrição da Universidade Anhembi-Morumbi. Presidente do CRN-3 (1983 e 1984) e do CFN (1994, 1996 e 1997) e Coordenadora da Comissão de Ética do CRN-3 na gestão 2008-2011. Também é membro do Tribunal de Ética do CONUMER (Comitê de Nutricionistas do Mercosul), por indicação do CFN; Membro do GRAITAN – Grupo de Estudos da APAN e Coordenadora da Olci-Leça Consultores em Alimentação Coletiva.

Vera Lúcia Barreto (CRN-3/0023)

Nutricionista graduada pela Escola Central de Nutrição (UNIRIO), em 1967. Tem especialização em Nutrição Clínica pela USP (1983/1984). Trabalhou na área hospitalar entre 1968 e 1980. Também foi docente da disciplina de Dietoterapia em cursos de graduação em Nutrição, de 1981 a 2001. Faz atendimento em consultório e ambulatório desde 1979. Foi conselheira do CRN-3 nas gestões 1989/1992, 1992/1995, 2001/2004 e 2005/2008; nesses três últimos períodos, ocupou a vice-presidência do Conselho. Também foi colaboradora da Comissão de Fiscalização em várias gestões, inclusive a de 2008/2011. Atualmente atende em consultório próprio e é credenciada junto a diversos planos de saúde.

CONSELHEIROS SUPLENTE

Elaine Monteiro Maielo Occhialini (CRN-3/2377)

Nutricionista pela Universidade de Mogi das Cruzes, 1985. Aprimoramento em Nutrição em Pediatria pelo Instituto da Criança do Hospital das Clínicas da FMUSP – 1988. Experiência profissional na área hospitalar (Instituto da Criança do HCFMUSP e Hospital Municipal da Vila Nhocuné da Prefeitura de São Paulo). É ex-conselheira do CRN-3 nas gestões 1992/1995 e 1995/1998, e da CEPro (Comissão Executiva de Gestão Provisória) do CFN, no período de agosto/2004 a fevereiro/2005. Atualmente trabalha em escola de ensino particular, como nutricionista.

Vera Barros



Vera Lúcia



Elaine



Eliana



Eliana de Aquino Bonilha (CRN-3/1243)

Nutricionista graduada pela Faculdade de Ciências da Saúde São Camilo, 1982. É mestre pela Universidade Federal de São Paulo/Escola Paulista de Medicina (UNIFESP/EPM), no curso de Ciências Aplicadas à Pediatria, em 2001. Também é formada em Administração de Empresas pela Faculdade de Ciências Econômicas, Contábeis e Administrativas do Instituto Presbiteriano Mackenzie, em 1986. Desde 2002, atua em Ética em Pesquisa. Possui ainda experiência em magistério, em Cursos de Graduação de Nutrição e outros da área da saúde, além de cursos de Pós Graduação na área de saúde coletiva, desde 1992. Trabalha na Prefeitura de São Paulo desde 1983, onde, atualmente, está na Coordenação de Epidemiologia e Informação (CEInfo) e como membro do Comitê de Ética em Pesquisa na Secretaria Municipal da Saúde.

Maria Helena



Maria Helena Villar (CRN-3/0021)

Nutricionista graduada pela USP e é livre docente em Nutrição Social pela Universidade Federal Fluminense. Também é economista doméstica com opção para Nutrição e Alimentos pela Purdue University-USA. Foi presidente da ANUSP e APAN por várias gestões e presidente da FEBRAN (atual ASBRAN). Entre 1991 e 1997 foi membro e presidente do Conselho Federal de Nutricionistas (1991/1997). Foi membro do Comitê Internacional das Associações de Dietética e Presidente do 8º Congresso Internacional de Dietética- São Paulo, 1980 e Membro e Presidente da Confederação Latinoamericana de Nutricionistas e Dietistas (CONFELANYD). Atuou em Unidades Hospitalares de Nutrição, em Unidades de Alimentação para Coletividades Sadias, em Programas de Educação e Orientação Alimentar pela TV e emissoras de rádio. Participa de grupos de trabalho do INAN-MS, da COBAL e CODECON-MA, e da PMSP. É chefe da Subdivisão de Estudos e Educação para a Saúde- DMS/SESI-SP; professora do Curso de Nutrição da FSP/USP; coordenadora e professora do Curso de Nutrição da UAM; coordenadora do primeiro Curso de Especialização em Gastronomia – Padrões Gastronômicos/ UAM e chefe do Setor de Nutrição e Alimentação da Coordenadoria de Orientação e Defesa do Consumidor – CODECON/MA. Também é coordenadora do Comitê Intersetorial de Alimentação e Nutrição CNS/Ministério da Saúde.

Marta Cecília



Marta Cecília Soli Alves Rochelle (CRN-3/0483)

Nutricionista graduada pela Faculdade de Saúde Pública da USP em 1976. É doutora pela Faculdade de Medicina/Departamento de Pediatria, da Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP, em 2008, na área de Saúde da Criança e do Adolescente (pesquisa realizada na área de Nutrição de atletas). Mestre em Educação na área de Administração Escolar, pela Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP, em 1993 e especialista em Alimentação Institucional, em 1990, e em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela UNIMEP em 1992. É docente universitária há mais de 27 anos nos cursos de graduação e pós-graduação em Nutrição e Educação Física, dentre outros, em universidades do interior do Estado de São Paulo. Foi Coordenadora do Curso de Nutrição da UNIMEP por mais de 12 anos. Foi nutricionista do nadador olímpico brasileiro César Cielo Filho entre 1996 e 2007. Também foi nutricionista de outros atletas de renome e reconhecimento nacional e internacional como Flavio Sareta, além de equipes esportivas como a Seleção Brasileira de Basquetebol Feminina BCN/UNIMEP, na década de 80/90. Atua em consultorias, assessorias nutricionais e em consultório particular há mais de 25 anos, no atendimento a atletas e desportistas, mas também, fazendo orientação nutricional ao público em geral.

Miriam Pereira Soares (CRN-3/16404)

Nutricionista pela Universidade Federal de Viçosa (MG) 2004 e é mestre em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília, 2006. Atuou como coordenadora do Curso de Nutrição do Centro Universitário da Grande Dourados por quase 3 anos e ministrou disciplinas como Ética e Orientação Profissional, Administração em UAN e Técnica Dietética. Foi nutricionista fiscal do CRN-3, na Delegacia de Campo Grande/MS, de fevereiro de 2009 a junho de 2010. Atualmente é nutricionista da UAN do Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados.



Miriam

Natália Mayara Albano (CRN-3/22086)

Nutricionista graduada pela Universidade Anhembi Morumbi em 2006. Desde 2007 atua na área de atendimento em Home Care para pacientes interessados em reeducação alimentar. Tem experiência em atendimento nutricional para diversas populações e patologias. Também trabalha como consultora em controle de qualidade, higiene e manipulação dos alimentos em indústrias de alimentos e instituições beneficentes. Possui experiência na área clínica em hospitais públicos. Atualmente trabalhando como responsável técnica em cozinha industrial, com especialização em Auditoria em Alimentação e Nutrição.



Natália

Vera Helena Lessa Villela (CRN-3/130)

Nutricionista graduada pela USP em 1978 e especialista em Educação em Saúde e Mestre em Saúde Pública pela FSP-USP. Trabalhou no Ambulatório de Especialidades do Instituto da Criança do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP e foi professora auxiliar da Disciplina de Nutrição Materno Infantil e supervisora de estágio na área de Nutrição Social na Universidade de Mogi das Cruzes. Coordenou a área de estágios do Centro Universitário São Camilo. Tem experiência de 20 anos na área de Saúde Pública com trabalhos pioneiros ligados à população de rua, desenvolvidos na Secretaria de Assistência Social do Município de São Paulo. Atualmente desenvolve suas atividades na Coordenação de Vigilância em Saúde, da Secretaria Municipal da Saúde de São Paulo.



Vera Helena

Viviane Fagundes Piatecka (CRN-3/21309)

Nutricionista graduada pelo Centro Universitário São Camilo (SP). Cursa especialização em Administração de Serviços pela Fundação Vanzolini-USP. Durante três anos, prestou serviços em consultoria, auditoria interna e treinamentos para área de UAN. Atualmente trabalha como analista de planejamento e demanda para produção de diversas Unidades de Alimentação e Nutrição.



Viviane

FOTOS: BIANCA CUTAIT

Eleição na era digital

Votação via internet agiliza apuração

Quarenta e cinco segundos. Esse foi o tempo usado para apurar os votos da eleição para o colegiado 2011-2014 do CRN-3. A rapidez foi assegurada pela votação eletrônica via internet, sistema que já foi introduzido em alguns dos Conselhos Regionais por resolução do Conselho Federal de Nutricionistas e que substituiu a eleição presencial. No processo antigo, as cédulas de papel chegavam pelos Correios e a contagem dos votos levava mais de 18 horas.

O CRN-3 foi o segundo Conselho de nutricionistas a utilizar a novidade – antes, apenas o CRN-1, que reúne profissionais do Distrito Federal, Mato Grosso, Tocantins e Goiás havia realizado eleições eletrônicas. A auditoria do processo eleitoral ficou a cargo da consultoria Perfect Link, que também assessorou o processo, comandado por uma comissão eleitoral composta por cinco representantes nutricionistas indicados pelo CRN-3.

“A primeira eleição eletrônica foi bem recebida pelos nutricionistas e transcorreu sem problemas”, afirmou a dra. Bárbara Regina Lerner, presidente da Comissão Eleitoral. Entre 18 e 20 de janeiro, os profissionais registrados no CRN-3 puderam escolher entre as duas chapas inscritas: “Sinergia” e “Renovação e Competência”, esta vencedora do pleito. Nos três dias de eleição, foram computados 14 mil votos.

De acordo com Fernando Barreira, diretor da Perfect Link, a preparação do Conselho para a eleição eletrônica começou em março de 2010. Itens como segurança da informação, tecnologia e infra-estrutura passaram por exaustivos testes de confiabilidade. “O sistema utilizado pelo Conselho respeita todas

as exigências de direito eletrônico, tecnologia, confiabilidade e de auditoria”, afirma Barreira. Além disso, 30 pessoas das 9 delegacias do CRN-3 receberam treinamento para tirar dúvidas dos eleitores sobre o processo.

Fiscais das duas chapas também puderam acompanhar de perto o processo eleitoral. “O processo é moderno, garante a lisura do resultado e só tem pontos positivos”, afirma dra. Nina da Costa Corrêa, que liderou a chapa “Sinergia”. A opinião é compartilhada por dra. Beatriz Edméa Tenuta Martins, à frente da chapa vencedora.

Como funcionou

Os nutricionistas receberam pelos Correios o Edital de Convocação, instruções de votação e uma senha provisória. O eleitor então cadastrava-se no site de votação, seus dados eram checados e uma senha definitiva era registrada.

No dia 18 de janeiro, a Comissão Eleitoral e profissionais da Perfect Link deram início ao sistema de votação, também por meio de senhas de segurança. De acordo com Barreira, os eleitores levaram poucos segundos para votar. “A votação eletrônica foi bem cômoda para os profissionais, que não precisaram se deslocar às delegacias nem enviar cédulas pelos Correios”, afirma Barreira. E o sistema não permitia o registro de mais de um voto por eleitor. Portanto, modernização do processo, comodidade para os profissionais e rapidez na obtenção do resultado final foram os pontos fortes dessa eleição na era digital. ■



- 1. Vania Luzia Cabrera, integrante da Comissão Eleitoral
- 2. Nina da Costa Corrêa, da chapa Sinergia
- 3. Beatriz Edméa Tenuta Martins, que liderou a chapa vencedora

- 4. Fernando Barreira, diretor da Perfect Link
- 5. Bárbara Regina Lerner, presidente da Comissão Eleitoral

Alimentação: direito adquirido

Como a sociedade deve combater a fome e a miséria no País

Por Mônica Serrano

ED VIGGIANI



Todas as pessoas têm direito a alimentação saudável, nas porções recomendadas de quantidade e qualidade, para garantir as condições de vida e de saúde, de forma permanente. No Brasil, a condição de sobrevivência básica do ser humano, o da alimentação adequada, teve destaque nos últimos oito anos de governo, que colocou a superação da fome e a promoção da segurança alimentar e nutricional como foco de sua agenda. Antes disso, em 1993 iniciou a mobilização em torno do tema segurança alimentar com a criação do Conselho Nacional de Segurança Alimentar (Consea) com ações para o combate à fome e a miséria. A prioridade sobre a temática, com iniciativa articulada nas esferas federal, estadual e municipal, num movimento organizado com amparo legal só se tornou um fato na última década. E agora, o atual governo assumiu publicamente o compromisso de dar

continuidade à implementação de políticas públicas no combate a fome e a miséria no país.

Apesar dos diversos programas governamentais desenvolvidos para garantir a segurança alimentar, esse direito demanda ações conjuntas também da sociedade no sentido de monitorar a preservação desse direito. “Quando um programa ou serviço não garantem o direito à alimentação às populações em maior vulnerabilidade, o cidadão ou a comunidade pode reivindicar seus direitos na instância que gere o programa na procuradoria ou secretaria responsável, comenta Andre Luzzi, coordenador geral da Ação da Cidadania, Contra a Fome, a Miséria e Pela Vida, ONG criada por Herbert de Souza, o Betinho.

Outra forma de pleitear é , por meio de uma audiência pública na câmara municipal ou assembleia legislativa instauração de uma CPI de recorrer aos fóruns



de participação social, movimentos sociais, entidades de defesa ao cidadão para apresentar reivindicações ao poder executivo e ao poder judiciário na forma de constranger o estado de fato para reverter a situação.

O Ministério Público tem contribuído em situações em que a comunidade de alguma maneira pode ser privada ou ameaçada do ato de se alimentar devidamente. Uma das ações efetivas, ocorreu em 2007, com o Ministério Público Estadual de Alagoas, por meio das Promotorias de Justiça da Infância e da Juventude, e pelo Ministério Público do Trabalho que, ingressou com uma Ação Civil Pública, contra o Município de Maceió, pela lesão aos direitos de crianças e adolescentes que enfrentaram dificuldades com a garantia do direito humano à alimentação. O Poder Judiciário julgou procedente a Ação Civil Pública e com esta decisão o Município de Maceió teve que tomar uma série de medidas para acabar com a situação precária dessa população.

O SISAN prevê papel protagonista do estado para acompanhar, monitorar e fiscalizar a realização do direito humano à alimentação

Mesmo que a situação não tenha gerado efetivamente a falta da alimentação, somente a ameaça é suficiente para que a esfera jurídica seja acionada. Por exemplo, uma demissão em massa de uma determinada cidade pode gerar uma situação de desemprego e a população sem renda pode ter uma privação alimentar. Isso constitui uma situação em que o Ministério Público pode sugerir a adoção de medidas ao órgão privado ou público no qual um termo de ajustamento de conduta prevê um esforço das partes para alterar o rumo da situação.

No âmbito legal, um dos marcos de evolução histórica sobre o tema segurança alimentar ocorreu em 2006, quando entrou em vigor a Lei Orgânica de Segurança Alimentar (LOSAN) Lei nº 11.346, que criou

Conselhos Federal e Regionais juntos no combate à fome, obesidade e desperdício

Em 16 de outubro, Dia Mundial da Alimentação, os CRNs de diversos estados vão promover ações de conscientização sobre fome, obesidade e desperdício de alimentos, que são o tema da Campanha Nacional do CFN em 2011. As iniciativas, que devem contar com o engajamento em massa dos profissionais de nutrição, serão realizadas em locais de grande concentração de público nas cidades de (Brasília, Porto Alegre, São Paulo, Rio de Janeiro, Salvador, Recife, Belém, Curitiba, Belo Horizonte e Florianópolis. Saiba como participar, aguarde mais informações no site do CRN-3.

O Dia do Nutricionista, 31 de agosto, também não passará em branco. Diversos eventos pelo País vão promover a reflexão sobre as consequências do desperdício de alimentos num cenário em que milhões de pessoas passam fome diariamente. De acordo com a FAO (Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação), mais de 1 bilhão de pessoas passam fome diariamente ao redor do mundo; por outro lado, a população mundial obesa beira dos 300 milhões de indivíduos. No meio disso tudo, o desperdício: 1 bilhão de toneladas de comida são jogadas no lixo todos os anos.

**FOME
OBESIDADE
DESPERDÍCIO**
NÃO ALIMENTE ESTE PROBLEMA



**SISTEMA CONSELHOS
FEDERAL E REGIONAIS
DE NUTRICIONISTAS**



BIANCA CUTAIT

Para Luzzi, política pública deve ser livre de interesses partidários

o SISAN (Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional). De acordo com Luzzi, o SISAN prevê uma série de instâncias de participação social, de compromissos do poder público, de recursos para financiar as políticas públicas e exige um papel protagonista do estado nas condições de acompanhar, monitorar e fiscalizar a realização do direito humano à alimentação.

A LOSAN define segurança alimentar e nutricional como a realização do direito de todos “ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis”.

O grande diferencial da LOSAN é promover uma ação integrada e coordenada das várias esferas governamentais e sair do âmbito administrativo de governo tornando-se uma política pública. Segundo Luzzi, uma política pública é efetivada sem a interferência de interesses

partidários, podem mudar os governos e ela permanece. “Essa é a dimensão que queremos trazer, a segurança alimentar de forma permanente.”, reforça Luzzi.

Diante disso, o tema segurança alimentar torna-se uma realidade para toda sociedade, em que os interessados podem contribuir no monitoramento das ações do governo. Para Luzzi, “o nutricionista, com seu conhecimento poderá participar das discussões sobre segurança alimentar, nos fóruns e conselhos municipais; além de contribuir para conscientizar a população de que alimentação saudável adequada é um direito e mostrar que há mecanismos para reclamar esses direitos. Os nutricionistas já tem um papel fundamental de orientar à população sobre a importância de uma alimentação balanceada e saudável como forma de promover saúde. A atuação profissional pode ser ampliada com o envolvimento do direito humano à alimentação. “Seria muito interessante se o nutricionista conseguisse levar para além de seu tempo de trabalho sua atuação para o campo da formulação e acompanhamento das políticas públicas”.

No ano passado, a segurança alimentar foi alvo de duas aprovações na esfera legal. A primeira delas, foi a instituição da Emenda Constitucional 64/2010 que explícita a alimentação como um direito social. A segunda ocorreu em agosto de 2010, com a implementação do Decreto 7272, que instituiu a , Política Nacional de Segurança Alimentar, estabelecendo os parâmetros para a elaboração do Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. O decreto define a forma de gestão, financiamento, avaliação e controle social e busca assegurar o direito à alimentação adequada e saudável em todo o país.

Os conselhos Federal e Regionais de Nutricionistas têm estimulado o envolvimento da categoria no combate à fome, ao desperdício de alimentos e à obesidade. Uma das iniciativas mais recentes foi a realização de uma ação nacional , em 31 de março. Outras datas comemorativas como o Dia do Nutricionista e Dia Mundial da Alimentação têm o envolvimento da categoria em ações educativas à população. ■

Pausa para uma boa conversa

Campanha Dia Mundial da Alimentação/2010 e a Campanha do Sistema CFN/CRN – Fome x Obesidade x Desperdício para 2011

Por **Mônica Serrano**

Em meio a frutas, legumes e verduras, o ambiente colorido e aromático do Mercado Municipal de São Paulo compôs o cenário ideal para conversar sobre alimentação saudável. Nos dias 28 e 29 de outubro, o famoso Mercadão foi invadido por uma tropa de elite da nutrição para orientar a população sobre a importância dos bons hábitos alimentares. Além do bate-papo, o público abordado recebeu orientação de como medir o Índice de Massa Corporal (IMC) e levou para casa um disco de IMC. No total, foram atendidas 3.140 pessoas. A campanha sobre alimentação saudável, promovida pelo Conselho Regional de Nutricionistas – 3ª Região (CRN3), contou com o apoio da Prefeitura da Cidade de São Paulo, e foi realizada em homenagem ao Dia Mundial da Alimentação, data oficializada pela Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), como sendo o dia 16 de outubro.

Da equipe participante da campanha fizeram parte os estudantes do último ano de nutrição de quatro universidades da capital: Universidade Anhembi Morumbi (UAM), Centro Universitário SENAC, Centro Universitário São Camilo e Universidade Nove de Julho (Uninove). Cada universidade contou com a participação de 10 alunos, acompanhados de um professor de cada entidade. Da parte do CRN-3, esti-

veram presentes uma conselheira e um fiscal.

Foram montadas duas barracas, em pontos distintos do Mercado Municipal, com o material para distribuição à população, sendo que os estudantes espalharam-se pelos corredores do Mercadão para abordar o público circulante, a fim de obter informações sobre peso e altura para orientar sobre o cálculo do IMC.

Público recebeu orientações sobre alimentação balanceada e dicas para uma vida mais saudável

Como o movimento nos dois dias de campanha foi intenso, pela proximidade do final de ano, atraindo os consumidores da rua 25 de março, que faziam suas compras e aproveitavam para dar uma esticada até o Mercado Municipal, em alguns momentos, a elevada demanda exigiu a atuação ativa de todos os profissionais e estudantes de nutrição.

Pessoas de diversas faixas etárias, especialmente entre 25 e 55 anos, homens e mulheres, formaram o público abordado e foram incentivadas a consumir frutas, legumes e verduras, a fazer cinco refeições diárias, beber bastante líquido e fazer atividade física.



gião

Contra a fome

Criado em 16 de outubro de 1945, pela Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), o Dia Mundial da Alimentação é comemorado em mais de 180 países. A data tem como objetivo estimular maior atenção à produção agrícola em todos os países e incentivar a cooperação técnica e econômica entre os países em desenvolvimento para acabar com a fome.

Outras metas são: promover a participação das populações rurais, em especial as mulheres camponesas e grupos mais vulneráveis, nas decisões e atividades que afetam as suas condições de vida; fortalecer a consciência política sobre o problema da fome no mundo. E, a cada ano, um novo tema é definido pela FAO para ser trabalhado pelos mais de 180 países envolvidos com o assunto.

Essa data, assim como outras envolvendo temas da área da saúde, são momentos pontuais, mas importantes, para que façamos uma reflexão individual e coletiva, do que podemos realizar ou nos engajar como profissionais de saúde que somos.

E, pensando nisso, o Sistema CFN/CRN lançou,

Convite para pensar (ONG Banco de Alimentos)

Os números do desperdício são abusivos se levada em conta a situação da economia brasileira, a quantidade de pessoas que passam fome nesse país e o fato do Brasil produzir mais alimentos que necessita.

O fato de o Brasil produzir mais alimentos do que precisa, logicamente não é um fato ruim em si, muito pelo contrário; o nosso grande problema é que as riquezas geradas pelo país (PIB - produto interno bruto) não estão de acordo com o nível de desenvolvimento econômico (níveis de educação, saúde, moradia, bem estar) que o Brasil se encontra. Por que? Como transformar esta realidade?

no último dia 31 de março (Dia Nacional da Saúde e Nutrição), uma campanha nacional, objetivando combater **a fome, a obesidade e o desperdício de alimentos**. E essa campanha seguirá até 16 de outubro, quando novamente estaremos abordando o Dia Mundial da Alimentação/2011, com atividades em locais de grande concentração de pessoas, divulgação na mídia e em redes sociais.

Dentro desse período, nos dias 31 de agosto e 16 de outubro, serão comemorados respectivamente o Dia do Nutricionista e o Dia Mundial da Alimentação e nessas datas os Conselhos Regionais de Nutricionistas (CRN) promoverão ações para dar maior visibilidade ao tema da campanha.

E o eixo da campanha do Sistema CFN/CRN (*Fome x Obesidade x Desperdício*) está alinhado com o tema que a FAO escolheu para 2011, que é “*Os preços dos alimentos – Da crise à estabilidade*”, já que vivemos um aumento dos índices de obesidade e excesso de peso, tanto na população adulta como em crianças e adolescentes, e ainda convivemos com pessoas passando fome. E, segundo os índices divulgados pelo CFN com base em dados do IBGE, existem cerca de 1 milhão de pessoas famintas no mundo inteiro e cerca de 300 milhões de obesos.

Por outro lado, chega a quase 6 milhões de toneladas, a quantidade de alimentos desperdiçados no planeta, o que poderia minimizar a fome de parte dessa população. Portanto, o intuito da campanha deflagrada pelo CFN é conscientizar a população sobre os danos do desperdício exacerbado de comida, enquanto milhares de pessoas passam fome, e abordar as causas e consequências da ascensão da obesidade.

E a proposta é que sejam feitas ações públicas, em algumas das principais capitais do país (Brasília, Porto Alegre, São Paulo, Rio de Janeiro, Salvador, Recife, Belém, Curitiba, Belo Horizonte e Florianópolis), para que os CRN promovam ações em locais públicos no decorrer do ano, culminando com a campanha do dia 16 de outubro de 2011, com distribuição de material educativo sobre o tema da campanha. ■

Desperdício de alimentos

É preocupante o dado apontado pela Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação (FAO): cerca de um terço dos alimentos produzidos no mundo anualmente para consumo humano (cerca de 1,3 bilhão de toneladas) são desperdiçados ou perdidos, não chegando ao seu destino final que seriam os indivíduos. Pesquisa feita no Brasil pelo Instituto Akatu em 2009 mostra que os índices são praticamente os mesmos.

Segundo o relatório da FAO, os maiores índices de desperdício estão na produção de hortifruti (frutas, verduras e legumes): 40%. As perdas acontecem em diversas fases: produção, pós-colheita e embalagem. O desperdício acontece tanto nos países desenvolvidos como nos mais pobres. A diferença está na forma como acontece o desperdício. Enquanto nos países mais pobres a maior parte dos alimentos é perdida durante o processo de produção e transporte; nos países mais ricos, a perda acontece na mão do consumidor final.

O relatório da FAO aponta, ainda, que nos países mais ricos grande parte dos alimentos vai para o lixo antes até de expirar o seu prazo de validade. As normas de qualidade, que valorizam excessivamente a aparência do produto, são as principais causas desse desperdício.

No Brasil, os dados também são alarmantes, já que o país produz quase 26% a mais de alimentos do que necessita para alimentar a sua população, segundo a FAO. Em contrapartida, ainda há milhões de brasileiros passando fome sem acesso a alimentos, tanto em qualidade como quantidade. Portanto, há de se pensar em ações efetivas que revertam esse grau de desperdício nacional: dessa forma, poderiam ser alimentados cerca de 65,8 milhões de brasileiros que se encontram em insegurança alimentar, segundo dados do IBGE divulgados em 2010.

Atualmente, das 10 mil toneladas de produtos que entram diariamente no CEAGESP, a central de abastecimento de São Paulo, 100 toneladas vão para o lixo. O pior: entre 30% e 50% desse material é composto por alimentos próprios para o consumo.

De acordo com o Instituto Akatu, aproximadamente 64% do que se planta no Brasil se perde ao longo

da cadeia produtiva: 20% na colheita, 8% no transporte e armazenamento, 15% na indústria de processamento, 1% no varejo e 20% no processo culinário e hábitos alimentares. Os extremos são, portanto, os grandes vilões do desperdício: a lavoura e o consumidor.

Outra pesquisa, feita pela Embrapa em 2006, relata que o país desperdiça 37 quilos de hortaliças por pessoa por ano, o que corresponde a cerca de 35% do total que produz. Por todos esses índices negativos, algumas ações já vêm sendo feitas por algumas entidades, como as atividades desenvolvidas pelo Banco de Alimentos, uma organização não governamental que começou seu trabalho em 1998, e que atua principalmente no fornecimento de alimentos para combater o desperdício e em ações educativas voltadas a comunidades.



Estudantes da São Camilo e Nove de Julho orientam frequentadores do mercadão, mais de 3 mil pessoas foram atendidas nos dois dias de campanha

Linda Jorge Kalil Bussadori

Mestra e amiga. É assim que a Dra. Linda Jorge Kalil Bussadori, que faleceu em 12 de fevereiro, será lembrada por várias gerações de profissionais. Referência na área de terapia nutricional, Dra. Linda também sempre foi voz ativa nas reflexões sobre a profissão. Acompanhe nossa homenagem a essa grande mulher.

“Vivemos um momento de saudade de uma profissional que, acima de tudo, tornou-se a “madrinha técnica” de muitos nutricionistas recém-formados. Lembramos bem do nosso início de carreira profissional, eu, Nina e mais algumas colegas de faculdade, ao chegarmos ao Instituto Central do Hospital das Clínicas, poucas semanas após a nossa colação de grau. Tudo nos assustava: o tamanho do hospital, as diversas clínicas médicas e cirúrgicas, a equipe de médicos professores, muitos já famosos; o número de nutricionistas com grande experiência, o que já impunha respeito; e nós ali, sem qualquer experiência profissional, somente graduadas!

Mas toda essa apreensão inicial foi se dissipando, à medida que conhecíamos essas profissionais da nutrição que nos receberam tão bem, com todas as nossas limitações, típicas de quem acabou de obter o canudo da faculdade.

E no meio dessa equipe tão atuante estava a Linda, que a princípio nos parecia brava e durona, mas que nos socorria toda vez que precisávamos elaborar

uma dieta individualizada para um paciente internado, muitas vezes com dieta por sonda, numa época em que não existia no mercado essa profusão de dietas enterais de hoje. Aliás, nesse quesito, podemos dizer que ela foi pioneira, pois duas fórmulas de dietas por sonda liofilizadas eram de sua autoria.

Ela calculava dietas (por sonda e outras) em questão de minutos, sem consultar a tabela de composição química dos alimentos e nem usar calculadora: os dados estavam todos arquivados em sua mente e isso nos impressionava muito. Dali para a linha de produção para, em seguida, o paciente receber a dieta era um período de tempo relativamente curto. Dessa forma, fomos gradativamente aprendendo com essa profissional que era, além de competente nutricionista, uma pessoa muito humana, e que nos acolheu como nutricionistas e como amigas que nos tornamos posteriormente.

Solange de Oliveira Saavedra

CRN-3 0054 – Gerente Técnica / CRN-3

“Prima, amiga ou colega. Era a maneira como eu tratava a querida Lindinha, que recentemente nos deixou.

Não consigo acreditar que, até pouco tempo, quase que diariamente, mantínhamos contato, por telefone ou pessoalmente, para trocarmos ideias ou terminar alguns assuntos pendentes. Mas, se porventura ficássemos sem nos falar, ela ficava muito zangada e com toda sua autoridade dizia: “ O que há com você, não quer falar comigo? Está com algum problema?”

Que saudades, queria amiga, como é difícil o triste lembrar que você não está mais entre nós.

Sua falta está sendo muito sentida e é muito grande, pelo seu modo peculiar de ser, querendo dar opiniões e conselhos tão sábios, no âmbito familiar ou profissional.

Tinha uma memória privilegiada quando abordávamos algum assunto relativo a valor nutricional. Não necessitávamos de consultas a tabelas ou livros; ela prontamente recorria aos seus conhecimentos intrínsecos.

Com seu jeito amoroso e carinhoso, era uma “mãezona”, como eu a chamava. Preocupava-se com colegas e funcionários e com seus problemas familiares ou funcionais e sempre dava, na medida do possível, uma solução, ou um conselho para di-

ficuldades que se apresentavam.

Nossa amizade é muito antiga, já que nossas famílias têm um parentesco. Mas, por obra do destino, nesses últimos anos, tivemos oportunidade de trabalharmos juntas e, mais uma vez, pude vivenciar quanto ela era capaz, firme e determinada.

Esta é nossa querida Lindinha: opinando, concordando, discordando, polêmica, mas sempre orientando e sugerindo a melhor e mais viável solução para os problemas que, algumas vezes, são difíceis de serem solucionados.

Querida Lindinha, você está e estará sempre entre nós, porque deixou uma marca de amor, amizade, compreensão e, sem sombra de dúvida, muito profissionalismo.

Com certeza, você está no céu com os anjos a lhe protegerem, porque é realmente o que você merece, por ter sido uma pessoa tão especial que tivemos o privilégio de conviver.

E quando seus trabalhos, obras e projetos forem concluídos para sempre, dir-lhe-ão como disseram a Maria Seja bem-aventurada.

Com nossa gratidão, obrigada, cara colega, por tudo.”

Zarife Nacle
CRN-3 0027



Participe das atividades

Premiações científicas 2011

Nutricionistas

"IX Prêmio Maria Lúcia Ferrari Cavalcanti"
Os vencedores em 1º e 2º lugares de cada categoria receberão prêmios no valor de R\$ 3.000,00 e R\$ 1.800,00, respectivamente.

Alunos do Curso Técnico em Nutrição

"III Prêmio Zarife Nacle"
Os vencedores em 1º e 2º lugares receberão prêmios no valor de R\$ 1.300,00 e R\$ 800,00, respectivamente.

Regulamentos em breve no site!

Fome, Obesidade e Desperdício: não alimente este problema

Participe conosco das principais ações do Dia do Nutricionista (31 de agosto) e Dia Mundial da Alimentação (16 de outubro).
Informações em breve no site!

Mais informações no site www.crn3.org.br

Sede do CRN-3

Av. Brigadeiro Faria Lima, 1461 – 3º andar – Jd. Paulistano – São Paulo/SP
Telefones (11) 3474-6190 / 3474-6191 – www.crn3.org.br / crn3@crn3.org.br

