



BOLETIM INFORMATIVO

Vigilância Alimentar e Nutricional

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL EM GOIÁS

Julho a Setembro de 2016 – ano IV, nº3

Nesta edição

- Ministério da Saúde lança kit de materiais para promoção da alimentação saudável
- Alimentação Colorida e Saúde
- ONU anuncia o lançamento do primeiro padrão global para medir perda e desperdício de alimentos
- Como prevenir Toxoplasmose

CVN em ação:

•Aconteceu no Estado:

- 4ª. Oficina de Avaliação, Planejamento e Encerramento da Agenda para Intensificação da Atenção Nutricional à Desnutrição Infantil.

•Aconteceu no município:

Aleitamento Materno e Desenvolvimento Sustentável

•Aconteceu na regional de saúde:

Unidade de Nutrição Clínica do Hospital das Clínicas promove ação para comemorar o Dia do Nutricionista

Ministério da Saúde lança kit de materiais para promoção da alimentação saudável

Cássia Cristina Carvalho Esteves

No levantamento realizado pelo IBGE (2014), o índice de sobrepeso e obesidade beirava os 60%. Cerca de 82 milhões de pessoas apresentaram o Índice de Massa Corporal (IMC) igual ou maior do que 25 (sobrepeso ou obesidade). Isso indica uma prevalência maior de excesso de peso no sexo feminino (58,2%), que no sexo masculino (55,6%). Os dados anunciados pelo IBGE traduzem a urgência de se pensar políticas públicas adequadas à prevenção e tratamento do sobrepeso e obesidade.

Como forma de promover saúde e bem-estar no ambiente de ensino e trabalho e apoiar escolhas saudáveis pelos estudantes e trabalhadores, o Ministério da Saúde (MS) e o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS) seguindo as diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) que tem como atual propósito a melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira, mediante a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis, lançaram um “*Guia de Elaboração de Refeições Saudáveis em Eventos*”.



“Pequenas mudanças podem fazer grande diferença nas refeições servidas, mantendo o sabor, a apresentação; e ainda continuar combinando harmoniosamente gastronomia e saúde, de maneira a ofertar preparações saborosas e saudáveis”.



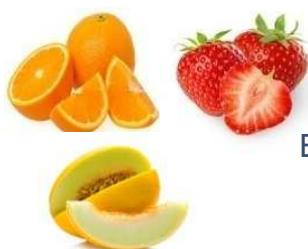
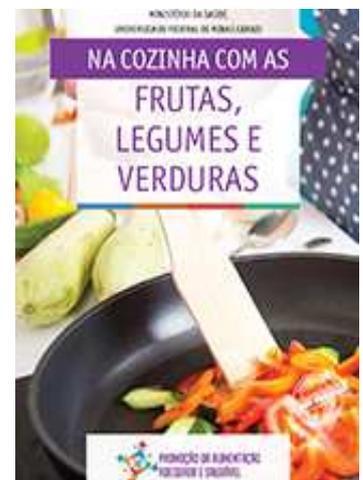
COORDENAÇÃO DE VIGILÂNCIA
NUTRICIONAL - GO

Este guia tem como objetivo ofertar refeições saudáveis em eventos, restaurantes, cantinas e lanchonetes que funcionarem nas dependências do MS e de suas entidades, tendo como referência o *Guia Alimentar para a População Brasileira*, revisado e publicado em 2014.

Baseado nas políticas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) e na Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS), a Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde (CGAN/DAB/SAS/MS) em parceria com a Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e com o apoio da Organização Pan-Americana da Saúde (Opas/Brasil), publicaram um material “*Desmistificando Dúvidas sobre Alimentação e Nutrição: Material de apoio para profissionais de saúde*”. Este material tem como base um apoio ao profissional de saúde, no esclarecimento de algumas dúvidas, recomendações e discussões em constante evidência na mídia, mediante respostas rápidas e fundamentadas na literatura científica, assim como ampliar a autonomia das pessoas durante suas escolhas alimentares.

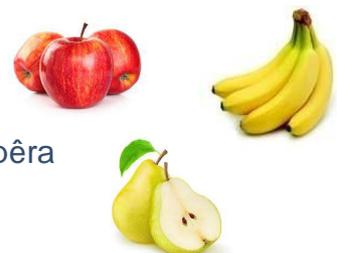
“*Na cozinha com as Frutas, Legumes e Verduras*”, também resultado da parceria entre CGAN/DAB/SAS/MS e UFMG com apoio da Opas/Brasil, compartilha informações úteis sobre diversos alimentos brasileiros e como diversificar seu uso no dia a dia.

Primeiramente, serão apresentadas as principais características nutricionais dos grupos de alimentos e os benefícios à saúde, além das formas de como comprá-los com melhor qualidade e preço. Também serão abordadas questões de higienização e armazenamento, visando à qualidade nutricional deles. E por fim, disponibilizamos várias receitas criadas com o intuito de oferecer opções saborosas, nutritivas, práticas e de baixo custo. São diferentes preparações com deliciosos sabores!



Frutas da estação:

Banana, laranja, maçã, melão, morango e pêra





COORDENAÇÃO DE VIGILÂNCIA
NUTRICIONAL - GO

Alimentação Colorida e Saúde

Cássia Cristina Carvalho Esteves

A alimentação adequada e variada previne as deficiências nutricionais, favorece a saúde e protege contra as doenças infecciosas, por ser rica em nutrientes que podem melhorar a função imunológica. Uma alimentação saudável contribui também para a proteção contra as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como diabetes, hipertensão arterial, acidente vascular cerebral, doenças cardíacas e alguns tipos de cânceres, que, em conjunto, estão entre as principais causas de morbidade, incapacidade e morte no Brasil e no mundo.

Refeições saudáveis são aquelas preparadas com alimentos *in natura e minimamente processados*, com qualidade e quantidade adequada aos ciclos da vida, compondo refeições coloridas e saborosas, que incluem alimentos tanto de origem vegetal quanto animal. Nos alimentos de origem vegetal encontram-se uma variedade de cores que representam diferentes nutrientes, sendo que

alguns deles desempenham atividade antioxidante no organismo humano. Estudos demonstram que a proteção contra o desenvolvimento de DCNT e a promoção da saúde proporcionada pelo consumo de frutas, verduras e legumes não acontece da mesma maneira quando os nutrientes são consumidos isoladamente. Adicionalmente, outros trabalhos apontam que os padrões tradicionais de alimentação, baseados em alimentos naturais, fornecem mais benefícios à saúde do que cada alimento individualmente.



Fonte: Departamento de Atenção Básica (DAB)

Para consultar a matéria na íntegra e material disponível, acesse:

<http://bit.ly/2bgVHdV>

<http://bit.ly/2biJSU5>

<http://bit.ly/2bfTULF>

<http://bit.ly/2bWctTN>

ONU anuncia o lançamento do primeiro padrão global para medir perda e desperdício de alimentos

Ana Paula Guimarães de Moraes

Neste dia 7 de junho, a ONU anunciou o lançamento do primeiro padrão global para medir o problema do desperdício e da perda de alimentos no mundo. Foi anunciado que o desperdício custa aproximadamente 940 bilhões de dólares/ano. Este padrão fundamenta-se em uma coleção de requisitos e definições de comunicação, objetivando-se que as empresas, países e outros relatem e administrem consciente e confiavelmente a perda e o desperdício de alimentos.



E não é só isso! O desperdício é o causador de 8% das emissões de gases causadores do efeito estufa. A Organização estima que, se esses dados equilvassem a um país, a nação estaria entre os três maiores poluidores, atrás apenas da China e dos Estados Unidos.

Dessa forma, Achim Steiner pediu aos países e empresas, que comecem a usar o novo padrão, e em paralelo tomem medidas concretas para cumprir a

terceira meta do Objetivo de Desenvolvimento Sustentável - número 12, que se trata de reduzir pela metade o desperdício até 2030. Para o presidente e CEO da World Resources Institute, esse padrão é um avanço verdadeiro.

O PNUMA destacou ainda que o impulso internacional para conter a perda de alimentos está crescendo com o compromisso de governos e empresas. Apesar disso, ainda não é bem definida quanta comida é perdida ou desperdiçada e onde isso ocorre dentro das fronteiras de determinado país. Existe também o fato de que a definição de perda e desperdício é muito variável, então, sem uma contagem consistente e uma estrutura de informação, é complicado a comparação dos dados e o desenvolvimento de estratégias eficazes.

No setor privado, em 2015, o Fórum de Bons Consumidores, que representa mais de 400 dos maiores varejistas do mundo e fabricantes de 70 países, aprovou uma resolução para que seus membros reduzam o desperdício em 50% até 2025. Então, o padrão também será viável para reduzir a perda e desperdício de alimentos em empresas privadas.

Fonte: Organização das Nações Unidas (ON

Para consultar a matéria na íntegra, acesse: <https://nacoesunidas.org/onu-anuncia-o-lancamento-do-primeiro-padrao-global-para-medir-perda-e-desperdicio-de-alimentos/>



Toxoplasmose

Ana Luiza Ribeiro de Lima

Suspeita de toxoplasmose em Montes Claros de Goiás, reforça alertas sobre essa infecção.

O que é Toxoplasmose?

É uma doença parasitária, transmitida por meio da ingestão de carnes cruas, hortaliças, água contaminados ou contato com fezes de gato, solo contaminados. Os sintomas podem não se manifestar ou serem confundidos com os de uma gripe e a pessoa nem fica sabendo que se infectou e pode trazer implicações sérias para o feto, se adquirida durante a gravidez e para pacientes imunossuprimidos.

Como prevenir?

- ✓ Evitar contato com fezes dos gatos ou lavar bem as mãos após isso ocorrer;
- ✓ Verduras e legumes sempre bem lavados;
- ✓ Lavar bem as mãos após antes de comer e após manuseio da terra (hortas e jardins);
- ✓ Fazer controle de ratos e insetos, como moscas, baratas e formigas, descartando corretamente o lixo e dejetos das criações de animais;
- ✓ Manter reservatórios de água fechados e se a água não for tratada, deve ser fervida antes do consumo;
- ✓ Evitar comer alimentos crus.



Manejo de Hortas

Atenção ao solo:

- Se utilizado para alimentação de animais; Se utilizado para criação de animais domésticos; Se utilizado como local de despejo de lixo ou resíduos.

Adubo, se utilizado estrume:

- Animais devem ser livres de doenças, o estrume deve receber tratamento adequado, pois existe o risco de contaminação das frutas ou hortaliças microorganismos, o estrume tratado deve ficar coberto e distante de resíduos de lixo, para evitar recontaminação por pássaros ou roedores.

Água para irrigação:

- Identificar as fontes de água e estar ciente da possibilidade de contaminação; Levar em consideração animais domésticos ou gado na região; Adotar medidas para impedir o acesso de animais a fontes de água e aos campos de cultivo e outras áreas relacionadas;

Para reduzir a presença de animais nas áreas de produção:

- Manter animais domésticos e da fazenda afastados dos campos de produção, construindo barreiras físicas para evitar sua entrada, principalmente em tempos de colheita; Trabalhadores não são autorizados a levar trazer cães, gatos ou outros animais domésticos para dentro das instalações da produção.

Fontes: <http://bit.ly/2bOcc1V> e <http://bit.ly/2bizdh5>



4ª Agenda para Intensificação da Atenção Nutricional à Desnutrição Infantil (ANDI)

Cássia Cristina Carvalho Esteves

Aconteceu nesta segunda e terça-feira (15 e 16 de agosto) a 4ª Oficina de Avaliação, Planejamento e Encerramento da Agenda para Intensificação da Atenção Nutricional à Desnutrição Infantil, com participação dos 5 municípios (Araguapaz, Britânia, Palestina de Goiás, Trindade e Varjão) e das regionais Central, Centro-Sul, Oeste I e Rio Vermelho.

“Situação dos programas e sistemas de alimentação e nutrição”, “Desnutrição Infantil” e “Promoção da alimentação saudável e adequada “ foram temas discutidos na oficina. Para melhor desenvolvimento das atividades, contou-se com dinâmicas, estudos de caso, rodas de conversas e relatos dos municípios com trocas de vivências entre todos os participantes.

As Políticas Nacionais de Alimentação e Nutrição e de Promoção da Saúde tem como eixos estratégicos a promoção da alimentação saudável nas diferentes fases do ciclo da vida. Para tanto, deve-se investir na sensibilização e capacitação de profissionais da Atenção Básica para a orientação nutricional nos primeiros anos de vida, contemplando a formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância, com a introdução da alimentação complementar em tempo oportuno e de qualidade, respeitando a identidade cultural e alimentar das diversas regiões brasileiras, e estimular para que os hábitos alimentares saudáveis e adequados perdurem a vida toda prevenindo a desnutrição e obesidade, além das outras comorbidades associadas.





Aleitamento Materno e Desenvolvimento Sustentável

Cássia Cristina Carvalho Esteves

A Semana Mundial do Aleitamento Materno 2016 veio com um tema que exige uma reflexão que supera os limites da questão ecológica da amamentação e relaciona-se com a atual situação do mundo: o desenvolvimento sustentável. No intuito de promover o aleitamento materno, a Secretaria Municipal de Saúde de Goiânia contou com ações nas unidades de saúde durante a Semana Mundial de Aleitamento Materno, entre os dias 1º e 7 de agosto. Na Maternidade Dona Iris realizou-se palestras com as usuárias que estiverem nas salas de espera, abordando questões relacionadas à amamentação e à importância do leite materno.



Os funcionários da Maternidade também passaram por treinamentos sobre o manejo com o aleitamento.

A Maternidade Nascer Cidadão realizou durante toda a semana palestras sobre incentivo à amamentação e os seus benefícios, além de grupos de gestantes e apresentações de vídeos sobre amamentação. Para as demais unidades de saúde, foram realizadas ações como a afixação de cartazes e rodas de conversa com as mães e gestantes.

Fontes: <http://bit.ly/2bgUkM7> e <http://bit.ly/2c7lx9G>

A Coordenação de Vigilância Nutricional/GVE/SUVISA com o apoio da equipe de Saúde da Criança da SPAIS e Telessaúde- GO convidou os Doutores Sebastião Leite e Carlos Magno e estes ministraram aulas virtuais disponíveis nos endereços abaixo.

Dr. Sebastião Leite Pinto - dia 27/07/16: <http://bit.ly/2bGqFQi>

Dr. Carlos Magno da Fonseca - dia 10/08/16: <http://bit.ly/2bizqAw>





Unidade de Nutrição Clínica do Hospital das Clínicas promove ação para comemorar o Dia do Nutricionista

Ana Paula Guimarães de Moraes

A Unidade de Nutrição Clínica do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Goiás promoverá um evento em comemoração ao Dia do Nutricionista. O acontecimento, dado o nome de NutriAção, conta com a participação de profissionais da Unidade, que realizarão atividades relacionadas à alimentação e ao tema Nutrição, como palestras, oficinas, preparo de receitas saudáveis, avaliação da composição corporal, etc.

nutriAÇÃO

31 de agosto – Dia do Nutricionista

Participe da nossa programação!

Palestras sobre nutrição, preparo de receitas saudáveis, avaliação da composição corporal e muito mais...

Informações e inscrições: <http://www.ebserh.gov.br/web/hc-ufg>

O evento terá início às 09 horas, no hall de entrada do HC, com café da manhã para a degustação de preparações saudáveis. Durante o dia, acontecerão as outras programações.

O projeto é considerado uma estratégia da Unidade de Nutrição Clínica do HC-UFG/EBSERH para comemorar o Dia do Nutricionista por meio da divulgação da profissão e de suas atividades, assim como levar conhecimento e práticas de saúde à população.

O evento é dedicado a toda a comunidade interna e externa ao HC, como pacientes, acompanhantes, servidores, alunos e residentes. Dessa forma, espera-se contribuir para a conscientização e o conhecimento do efeito da Nutrição e Alimentação da saúde da população.

Fonte: <http://bit.ly/EventoDiaNutriHC>

CRÉDITOS

Secretaria de Saúde de Estado de Goiás
Superintendência de Vigilância em Saúde
Gerência de Vigilância Epidemiológica
Coordenação de Vigilância Nutricional

AUTORIA

Ana Luiza Ribeiro de Lima
Ana Paula Guimarães de Moraes
Cássia Cristina Carvalho Esteves
Maria Janaína Cavalcante Nunes