



ALFABETIZAÇÃO ALIMENTAR NO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

FOOD LITERACY IN GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

ALFABETIZACIÓN ALIMENTARIA EN GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

<p>Natalia Carrão Winckler Universidade Federal do Rio Grande do Sul nataliawinckler@gmail.com</p> <p>Gabriel Borela Franzoni Universidade Federal do Rio Grande do Sul gabriel.borela@hotmail.com</p>	<p>Submetido em: 12/07/2015 Artigo aceito em: 20/10/2015</p> <p>DOI 10.21450/rahis.v13i1.2961</p>
--	---

RESUMO

O objetivo deste trabalho é realizar uma análise da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira sob a perspectiva do modelo de componentes de alfabetização alimentar proposto por Vidgen e Gallegos (2014). Trata-se de uma pesquisa descritiva, onde é realizada uma análise de tal documento, guiando-se por técnicas de análise de conteúdo e onde foram trabalhadas as seguintes categorias temáticas: Planejar e gerir, Selecionar, Preparar e Comer. É possível identificar os componentes de alfabetização alimentar propostos por Vidgen e Gallegos (2014), com algumas lacunas no que tange às questões práticas do Guia. Sugere-se que sejam feitas complementações às próximas edições, como, por exemplo, a inserção de receitas básicas, orientações específicas para conservação e armazenamento dos alimentos, utilização de equipamentos e utensílios e orientações para o balanço de recursos financeiros e o tempo de preparação. São sugestões para pesquisas futuras a verificação da adoção desse Guia na elaboração de políticas e ações voltadas ao tema da segurança alimentar, tanto em nível local e regional, quanto em nível nacional.

Palavras-chave: Guia Alimentar para a População Brasileira, *Food Literacy*, Estratégias de Alfabetização Alimentar.

ABSTRACT

The aim of this study is to analyze the second edition of the Guia Alimentar para a População Brasileira from the perspective of food literacy model proposed by Vidgen and Gallegos (2014). This is a descriptive research, which analyze a document, using as guide content analysis techniques and working on the following themes: Plan and manage, select, prepare and eat. It was identified the components of food literacy proposed by Vidgen and Gallegos (2014), with some gaps around practical issues. It is suggested to include to future editions, for example, basic recipes, specific guidelines for conservation and storage of food, how to use equipment and utensils and to balance financial resources and preparation time. Suggestions for future research include verification of the adoption of the Guide in public policies and actions applied to the issue of food security in both local and regional level, as at the national level.

Keywords: Food Guide for Brazilian Population, Food Literacy, Food Literacy Strategies.

RESUMEN

El objetivo de este estudio es analizar la segunda edición de la Guía Alimentar para a População Brasileira desde la perspectiva del modelo de componentes de alfabetización alimentaria propuesto por Vidgen y Gallegos (2014). Se trata de una investigación descriptiva, que hace un análisis de dicho documento, siguiendo técnicas de análisis de contenido sobre los siguientes temas: Planificar y gestionar, seleccionar, preparar y comer. Si pueden identificar los componentes de la alfabetización alimentaria propuesto por Vidgen y Gallegos (2014), con algunas lagunas sobre cuestiones prácticas. Las sugerencias son modificaciones de contenido a las ediciones futuras, por ejemplo, la inclusión de recetas básicas, de directrices específicas para la conservación y almacenamiento de alimentos, el uso de equipos y herramientas y la orientación para el equilibrio de los recursos financieros y el tiempo de preparación. Se necesitan investigaciones para verificar la adopción de esta guía en la política y las acciones relacionadas a la seguridad alimentaria, tanto en el ámbito local y regional, como en nivel nacional.

Palavras-clave: Guias alimentarias, alfabetización en salud, estrategias.

1. INTRODUÇÃO

Alimentação saudável e acessível é um dos tópicos de discussão da atual geração de crianças e adultos. Antigamente, até a década de 1960, a preocupação com os alimentos estava muito mais focada na crise da produção pela baixa produtividade. Além da preocupação com a fome crônica, que assola mais de 800 milhões de pessoas em todo o mundo, hoje se convive com uma cultura de consumo em que há “quereres” e “mudanças” distorcidas (LANG, 2010), possibilitando a coexistência de “sobre”, “sub” e “mal” nutridos nas mesmas regiões.

Com a falta de alimentos possivelmente superada, a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2015) e a Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO, 2013a) estimam que haja mais pessoas obesas e com sobrepeso no mundo do que pessoas famintas. Por isso, segurança alimentar e nutricional é uma questão que vai além da fome, pois envolve a perda de conhecimentos e propriedades dos alimentos, questões de saúde, clima, uso da terra, entre outros fatores.

Resultados de pesquisas recentes demonstram que, mesmo quando há alta disponibilidade de alimentos, não está garantida a alta segurança alimentar, entendida pela FAO (2013a) como disponibilidade, acesso físico e econômico ao alimento, uso do alimento e estabilidade desses fatores ao longo do tempo. Há, também, muito desperdício de alimentos. A FAO (2013b; 2014) estima que mais de 1,3 bilhão de toneladas de alimentos, ou o equivalente a 1/3 do alimento produzido no mundo anualmente, seja perdido ou descartado.

Grandes mudanças ocorreram nos padrões de consumo de alimentos nas últimas três décadas, em todo o mundo. O fluxo de alimentos promovido pela globalização vem gerando, segundo Athukorala e Sen (1998, p. 43), uma “internacionalização dos hábitos alimentares”, com crescente importância de itens processados na alimentação de países desenvolvidos e grande parte da população dos países em desenvolvimento – motivados por fatores típicos da globalização, como a imigração internacional, as comunicações e o turismo.

A má nutrição passa a ser um problema central. Mais do que a falta de alimentos, a FAO (2013a) afirma que há grande proporção de crianças com deficiências no crescimento em decorrência de problemas com a alimentação, mais do que falta de energia. Ou seja, há uma situação de privação nutricional, de falta de consumo de nutrientes necessários para uma vida saudável, que exige intervenções de políticas direcionadas a aspectos de segurança alimentar e nutricional, na agricultura, saúde, higiene, água e educação.

Diante dos dados de obesidade e problemas relacionados à nutrição apontados por organizações como a Organização Mundial de Saúde (WHO/OMS) e a Organização

para Alimentação e Agricultura (FAO), é notório que algo está fora de controle. Por isso, iniciativas da esfera pública, privada e da sociedade civil têm sido desenvolvidas no sentido de orientar a população e reduzir os níveis de desperdício e promover melhorias na saúde por meio da alimentação.

O Brasil conta com o Sistema, a Política e o Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, cujas plataformas envolvem programas como Fome Zero, o Programa de Aquisição de Alimentos da Agricultura Familiar (PAA), o Programa Alimentação do Trabalhador (PAT), o Programa Nacional da Alimentação Escolar (PNAE) e o Guia Alimentar para a População Brasileira, entre outros (CONSEA, 2009; CAISAN, 2011; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

A lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006 (BRASIL, 2006), cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN) e conceitua segurança alimentar e nutricional no seu artigo 3º:

A segurança alimentar e nutricional consiste na 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 da saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis.

Por sua vez, o decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010 (BRASIL, 2010), institui a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN) e os parâmetros para o Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, os quais podem ser adotados pelos Estados e municípios por meio de assinatura de termo de adesão e mediante estrutura e condições estabelecidas pela legislação. Ou seja, o aporte institucional legal em nível nacional para a segurança alimentar e nutricional está vigente e em fase de estruturação e implantação desde 2006, embora iniciativas anteriores em Estados e municípios já ocorressem de forma isolada.

Uma das correntes teóricas que vem se destacando para orientar programas de segurança alimentar e nutricional em diferentes países é a *food literacy* ou, na tradução para o português, alfabetização alimentar. Segundo Vidgen e Gallegos (2014), trata-se de um conjunto de conhecimentos, habilidades e comportamentos que possibilitam ao indivíduo planejar, gerenciar, selecionar, preparar e comer, atendendo às suas necessidades com qualidade na dieta e determinando o seu próprio consumo. As principais influências neste sentido, segundo estudo de Pendergast e Dewhurst (2012) são os pais, professores, indústrias e empresas de alimentos, e escolas. É preciso que as informações sobre segurança alimentar e nutricional estejam disponíveis de forma homogênea a todos esses públicos de influência.

Além disso, em uma reflexão sobre as políticas e iniciativas públicas de segurança alimentar e nutricional, Magalhães (2014) afirma que, mesmo na ocorrência de programas voltados a este fim, a avaliação demonstra apenas resultados quantitativos, sem considerar a integração dos conteúdos ao contexto e o cotidiano das práticas alimentares locais. Isso reforça a importância de se observar o trabalho realizado pela esfera pública no sentido de sistematizar o conhecimento na área de segurança nutricional e alimentar, o que pode ter um papel de influência sobre a alfabetização alimentar.

Uma dessas iniciativas públicas que devem ser analisadas é o **Guia Alimentar para a População Brasileira**, que teve sua primeira edição em 2006 e a segunda edição em 2014. Após a primeira edição, o Guia foi reformulado com a participação popular,

por meio de consulta pública, em um trabalho formado por 6 etapas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014):

- *Oficina de escuta*: em novembro de 2011, na Universidade de São Paulo, diferentes grupos de trabalho reuniram pessoas dos setores da saúde, educação, assistência social, agricultura e organizações representativas para consulta e discussão sobre a primeira versão do Guia, de 2006.
- *Elaboração da primeira versão*: após compilação das observações, entre novembro de 2011 e julho de 2013, a equipe técnica formada por profissionais da Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição, da Opas e do Nupens/USP criaram a primeira versão da nova edição do Guia.
- *Oficina de avaliação*: em agosto de 2013, com participantes diversos (gestores, pesquisadores, profissionais e sociedade civil), respondendo questões específicas de avaliação que originaram a segunda versão.
- *Elaboração da segunda versão*: entre setembro e dezembro de 2013, pela equipe técnica de profissionais da Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição, do Ministério da Saúde, da Opas e do Nupens/USP.
- *Consulta pública*: entre fevereiro e maio de 2014, com reuniões, divulgação, oficinas estaduais com profissionais e organizações representantes da saúde, da educação e de assistência social, participaram 436 indivíduos que fizeram mais de 3 mil contribuições;
- *Elaboração da versão final*: entre junho e julho de 2014, após compilação por uma equipe de técnicos e pesquisadores da Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição, da Opas e do Nupens/USP.

Observa-se, portanto, que houve um esforço em reunir os diferentes *stakeholders* e observações das diversas organizações representativas na elaboração da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira. Contudo, pergunta-se: se observados os componentes de alfabetização alimentar propostos por Vidgen e Gallegos (2014), de que forma a alfabetização alimentar está presente nesse Guia?

Para responder a este questionamento, o objetivo deste trabalho é realizar uma análise da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira sob a perspectiva do modelo de componentes de alfabetização alimentar proposto por Vidgen e Gallegos (2014).

Este artigo está estruturado em cinco partes, incluindo esta introdução. A segunda parte do trabalho apresenta revisão de literatura abordando os conceitos, elementos e o modelo de componentes da alfabetização alimentar de Vidgen e Gallegos (2014). Em seguida, faz-se a descrição do método de pesquisa adotado. A quarta parte apresenta resultados e discussões e, por fim, são feitas considerações sobre o trabalho e recomendações para estudos futuros.

2. FOOD LITERACY OU ALFABETIZAÇÃO ALIMENTAR

Literacy ou alfabetização é um termo que vem evoluindo nas últimas décadas e aplicado em diferentes áreas. Se antigamente se tratava de um processo de leitura e escrita da “literatura” propriamente dita, com o tempo a leitura de mundo passou a ser entendida também como um resultado desse processo. Essa é uma herança da obra de Paulo Freire, que é uma referência mundial sobre o tema, especialmente por desmitificar um processo de ensino-aprendizagem de submissão do aluno ao mestre, propondo a compreensão desse processo como uma possibilidade de emancipação do aprendiz e de uma construção a partir da própria realidade (BENN, 2014).

A alfabetização é, segundo a UNESCO (2013), a base para outras oportunidades de aprendizagem. É composta por habilidades que podem ser perdidas ao longo do tempo e, por isso, deve ser uma atividade contínua de aprendizagem, independente da idade. Envolve a leitura, a escrita e o uso de números, atividades as quais são mediadas por material escrito, de maneira formal, não formal e informal; contudo, a forma como ela é adquirida e utilizada determinará o seu valor para o aprendiz. Trata-se, mais do que saber o que a alfabetização fará pelas pessoas, saber o que as pessoas poderão fazer com a alfabetização.

Por isso, a alfabetização tem sido abordada na literatura brasileira e estrangeira associada a termos e pesquisas que envolvem mídia e informação, finanças, saúde, nutrição e alimentação, dando origem a expressões como alfabetização midiática e informacional (UNESCO, 2014), *health literacy* ou alfabetização de saúde (SORENSEN *et al.*, 2012), *financial literacy* ou alfabetização financeira, *nutrition literacy* ou alfabetização nutricional, e *food literacy* (VIDGEN; GALLEGOS, 2014; BENN, 2014; e outros), esta última que é tratada neste texto como alfabetização alimentar.

Conceitualmente, Vidgen e Gallegos (2014, p. 54, tradução nossa) explicam que alfabetização alimentar é um:

Arcabouço que empodera indivíduos, famílias, comunidades ou nações para proteção da qualidade da dieta através da mudança e do fortalecimento da resiliência da dieta ao longo do tempo. Ele é composto de uma coleção de conhecimentos, habilidades e comportamentos inter-relacionados, necessários para planejar, gerir, selecionar, preparar e comer conforme a necessidade, determinando a ingestão de alimentos (VIDGEN e GALLEGOS, 2014, p. 54).

Em estudo com especialistas e consumidores, Vidgen e Gallegos (2014) identificaram o que especialistas consideram como os componentes centrais de alfabetização alimentar, ou seja, o que indica que um indivíduo seja um alfabetizado alimentar. São eles:

- Capacidade de acessar alimentos através de alguma fonte em uma base regular com recursos muito limitados;
- Capacidade de escolher os alimentos que estão dentro do seu conjunto de habilidades e tempo disponível para alimentar-se;
- Capacidade de compreender o que compõe um produto e como armazenar e usá-lo;
- Conhecimento de alguns produtos básicos e como prepará-los;
- Saber como preparar alguns alimentos de todos os grupos de alimentos, por exemplo, como preparar a carne, cozinhar massas, preparar legumes e outras variações;
- Capacidade de usar com confiança os equipamentos de cozinha mais comuns, como fogão, forno, microondas, abridor de latas e panelas;
- Saber higienizar suficientemente os alimentos, de modo a não causar toxicidade.

Somando-se as classificações de especialistas e demais indivíduos pesquisados, Vidgen e Gallegos (2014) propuseram um modelo em que são identificados 11 componentes de alfabetização alimentar, adaptados na Figura 1.

Figura 1: Os onze componentes de alfabetização alimentar.

Fonte: Adaptado de Vidgens e Gallegos (2014, p. 55).

Todos esses componentes se expressam conforme o contexto de vida individual (VIDGENS; GALLEGOS, 2014). Ou seja, dependendo da situação e da história de vida do indivíduo, estrutura familiar, a forma como ele lida com o alimento, suas fontes de informação, recursos, e os resultados obtidos poderão ser totalmente diferentes – e, nem por isso, serem considerados errados ou inadequados. Contudo, para ser considerado alfabetizado alimentar, alguns conhecimentos básicos são necessários ao indivíduo.

Isso pode ser reforçado pelo estudo de Pendergast e Dewhurst (2012), as quais realizaram um levantamento com especialistas da área de economia doméstica, uma das principais áreas da educação envolvidas com a alfabetização alimentar, identificando o que influencia a alfabetização alimentar. Segundo os especialistas, o processo de alfabetização alimentar é influenciado por pais, professores, indústria/empresas de alimentos, governo/setor de saúde, escolas, comunidade, família, educadores, lar e educação e deve iniciar-se principalmente até os 6 anos de idade. Os mesmos especialistas consideram que, em um currículo voltado para a alfabetização alimentar, algumas temáticas devem ser contempladas, sendo as 15 principais:

- atividades de preparação;
- práticas de higiene e segurança;
- orientações nutricionais;
- custo e orçamento para o consumidor;
- habilidades de criação, análise e avaliação para escolhas mais informadas;
- valores referentes às tradições, cultura, histórias e festejos em torno da alimentação;
- a visão e o interesse dos alunos (para assegurar relevância e pertencimento);
- sustentabilidade ambiental;
- ciência e tecnologia dos alimentos;
- experiências sociais em torno da alimentação;
- oportunidades fora do contexto escolar para aprender sobre alimentação e culinária;
- conhecer a cadeia alimentar, as propriedades rurais e o bem-estar animal;
- oportunidades interdisciplinares e multicontextuais para trabalhar com outras áreas curriculares;

- políticas alimentares e mercados globais;
- análise sensorial.

Desta forma, a alfabetização alimentar poderia contemplar todos esses componentes, contudo, de forma contextualizada. E essa questão deve ser pensada quando da criação de plataformas voltadas para a segurança alimentar e nutricional.

Segundo Benn (2014), a escolha, o preparo e o consumo do alimento são parte de um processo de aprendizagem que vem acompanhando a civilização de maneiras formais e informais, tanto por imitação, como por experimentação. A alfabetização alimentar faria parte do escopo da educação alimentar e teria relação com a ideia de que, da mesma forma que, inspirado por Paulo Freire, Benn (2014) afirma que somos “letrados” ou alfabetizados para entender não somente às palavras, mas ao mundo, isso se aplicaria à nossa relação com os alimentos. Por isso, neste artigo compreende-se que a alfabetização alimentar possibilita ao indivíduo identificar alimentos, ler e entender rótulos, preparar refeições e consumi-las conforme o contexto de produção e consumo em que está inserido, de forma emancipada e não passiva.

3. MÉTODOS

O objetivo deste trabalho foi analisar a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira sob a perspectiva do modelo de componentes de alfabetização alimentar proposto por Vidgen e Gallegos (2014). É uma pesquisa descritiva, pois se busca descrever características de um dado fenômeno (GIL, 2008). Por isso, analisa-se tal documento, guiando-se por técnicas de análise de conteúdo.

Para Bardin (2011), a análise de conteúdo depende dos objetivos dos pesquisadores, podendo ser aplicada aos mais diversos domínios (escrito, oral, icônico, com outros códigos semióticos) e públicos (a um indivíduo ou mais, ou a um grupo restrito, ou à comunicação de massa). O Guia Alimentar para a População Brasileira é um instrumento de comunicação de massa sobre o tema da alimentação e que se encontra em meio digital e impresso. Não se fez uma análise puramente documental, pois, segundo Bardin (2011), nesse tipo de análise se busca condensar a informação, para facilitar sua consulta ou referência. Ainda assim, utilizaram-se técnicas de análise documental, como a classificação, que é uma das técnicas de análise de conteúdo.

A análise de conteúdo, baseando-se em Bardin (2011) pode envolver diferentes tratamentos da informação, como a classificação dos elementos e recortes da informação, segundo o critério da analogia. Embora tenha ocorrido em um documento, buscou-se a compreensão das mensagens comunicadas pelo texto, sendo a análise categórica temática escolhida como a técnica de análise de conteúdo neste trabalho.

Desta forma, trabalhou-se com as seguintes categorias temáticas, com base em Vidgen e Gallegos (2014):

- Planejar e gerir;
- Selecionar;
- Preparar;
- Comer.

Procurou-se percorrer os três polos cronológicos propostos por Bardin (2011, p. 125), quais sejam: a) pré-análise; b) exploração do material; e c) tratamento dos resultados, inferência e interpretação. Realizou-se leitura flutuante do Guia Alimentar para Alimentação dos Brasileiros, para estabelecer os primeiros contatos com o

documento, seguida de uma leitura atenta, com base nas categorias temáticas, que compunham o objetivo da análise. Em seguida, com o uso de cores e anotações, iniciou-se a classificação dos diferentes trechos do documento, buscando adequação do texto às categorias prévias. A análise também foi semiótica, pois foram considerados os sentidos presentes nos trechos, no esforço de localizá-los nos contextos em que as mensagens estavam escritas.

Os resultados das categorias e a discussão sobre os mesmos com base na literatura de alfabetização alimentar são apresentados no próximo tópico.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As autoras Vidgen e Gallegos (2014) identificaram em seu estudo que há onze componentes de alfabetização alimentar, em um grupo de quatro domínios, que são: 1) Planejar e gerir; 2) Selecionar; 3) Preparar; 4) Comer.

No que tange ao Guia Alimentar para a População Brasileira, esses elementos estão presentes parcialmente ao longo de 156 páginas de conteúdo elaborado por equipes técnicas e aprovado pelo Ministério da Saúde.

Na estrutura do Guia, formada por Apresentação, Preambulo, Introdução, 5 capítulos, um resumo dos dez passos para alimentação adequada e saudável e um Anexo sobre a metodologia usada na elaboração do documento, é possível evidenciar a presença de três capítulos que claramente remetem aos componentes da alfabetização alimentar: capítulo 2 – a escolha dos alimentos; capítulo 3 – dos alimentos à refeição; capítulo 4 – o ato de comer e a comensalidade. Eles se encaixariam, respectivamente, em selecionar, preparar e comer, pela proposta de Vidgen e Gallegos (2014). Contudo, analisou-se cada um dos domínios propostos pelas autoras, separadamente.

Planejar e gerir, que estaria em um momento inicial da relação dos indivíduos com os alimentos, compõe um momento de prioridades de custo, tempo e acesso aos recursos para alimentação (VIDGEN; GALLEGOS, 2014). No Guia Alimentar, essas orientações aparecem de forma esparsa ao longo do texto, sendo mais específicas no capítulo 5 – A compreensão e a superação de obstáculos, em que se trata mais especificamente de informação sobre os alimentos, sugerindo ações como cultivo doméstico e comunitário de hortas, a participação cidadã nas organizações próximas ao indivíduo, como escolas e creches, orientações para desenvolver e explorar habilidades culinárias e sua relação com o tempo. Isso exige, segundo o Guia “o planejamento das compras de alimentos e ingredientes culinários, organização da despensa doméstica e definição prévia do que vai se comer ao longo da semana” (p. 115).

Também, o Guia apresenta, para cada categoria de alimentos e refeição principal, algumas sugestões de pratos que podem ser reproduzidos ou recriados pelo indivíduo. Neste sentido, o Guia propõe que haja planejamento e gestão, incentiva especialmente o compartilhamento dessas atividades, mas não apresenta ferramentas ou formas claras de planejamento e gestão para realizá-los na prática.

Selecionar, ou seja, acessar alimentos conforme suas vantagens e desvantagens, em diferentes fontes, sabendo utilizá-los na alimentação e julgando a sua qualidade (VIDGEN; GALLEGOS, 2014) são elementos presentes no Guia Alimentar para a População Brasileira. Considerando-se que há uma extensa distinção e apresentação do que sejam alimentos *in natura* ou minimamente processados, alimentos processados e alimentos ultraprocessados, o Guia faz um esforço em induzir ao consumo mínimo de alimentos ultraprocessados, em vista de sua alta composição calórica e seu baixo valor nutricional. Há um reforço na ideia de consumo de alimentos *in natura* e de produção e comercialização local. Também, são apresentadas as diferentes categorias de alimentos,

com algumas sugestões de refeições para café da manhã, almoço e jantar. Não obstante, reforça-se, apesar das orientações gerais sobre os alimentos presentes nessas refeições, não há receitas para os pratos apresentados, da mesma forma que há poucas orientações sobre como selecionar frutas, verduras e outros alimentos conforme a qualidade aparente e nutricional.

Preparar, ou fazer uma refeição com alimentos, equipamentos e habilidades para criar, adaptar e experimentar, com segurança e higiene do alimento e manipulação, é o terceiro domínio identificado por Vidgen e Gallegos (2014). No Guia Alimentar para a População Brasileira, há menções pouco específicas sobre equipamentos e segurança e higiene do alimento e manipulação.

Quanto à higiene e segurança do alimento e manipulação, o Guia orienta sobre a higienização adequada de legumes e verduras, quando consumidos crus, bem como sobre a segurança, atentando sobre a coloração, o cheiro, a textura, o acúmulo de água ou gelo nos alimentos congelados, prazo de validade, aparência e estado da embalagem e o básico sobre armazenagem. Embora seja ressaltada a necessidade de limpeza dos ambientes de preparação e conservação dos alimentos, há poucas instruções práticas a respeito.

Sobre preparação propriamente dita, há orientações genéricas sobre combinações de pratos e algumas informações básicas sobre a preparação por categorias de alimentos. Por exemplo, no caso dos feijões, o Guia orienta que devem ser cozidos, podendo-se acelerar esse processo deixando-os “de molho algumas horas antes do cozimento” (p. 67) ou utilizando-se de panela de pressão. Há, também, dicas de uso de temperos em substituição ao sal e aos óleos. Contudo, novamente, faltam orientações práticas, como receitas, ilustrações, apresentação e uso dos equipamentos, que facilitariam a compreensão e a aplicação das informações disponíveis no Guia.

Comer ou, ainda, entender o impacto dos alimentos no bem-estar, com autoconsciência e de forma social, é o último domínio apresentado por Vidgen e Gallegos (2014) e, possivelmente, o que mais aproxima a proposta das autoras e o Guia Alimentar para a População Brasileira. O Guia dá atenção no capítulo 4 ao ato de comer e a comensalidade. Aborda basicamente três orientações básicas: “comer com regularidade e com atenção; comer em ambientes apropriados; e comer em companhia” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014, p. 91).

Se considerada a afirmação no Guia de que são empregados “termos como ‘prefira’ e não ‘faça’ e ‘na maior parte das vezes’ em vez de ‘sempre’” (p. 103), bem como se evitam outras afirmações imperativas, pode-se observar que o Guia busca respeitar os diferentes contextos de aplicação das orientações, mas ressaltando sempre as possibilidades para a alimentação saudável. As recomendações estão fundamentalmente baseadas em hábitos de consumo identificados nas famílias brasileiras, incluindo alimentos *in natura* ou minimamente processados e reconhecendo que, mesmo assim, a adoção das recomendações pode ser diferente em cada situação (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

O documento não se apresenta como um único Guia para Alimentação e reforça a necessidade de discussão das orientações, para que sejam úteis (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014) nas orientações para a alimentação. Neste sentido, ele é um instrumento de apoio à criação de estratégias de alfabetização alimentar, mas não é, em si, um instrumento de alfabetização alimentar.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Guia Alimentar para a População Brasileira é construído no contexto brasileiro, considerando-se alimentos e algumas referências dessa população na sua criação. Os contextos regionais e locais devem ser observados quando da discussão e adaptação do Guia ao processo de alfabetização alimentar, que ultrapassa a leitura desse documento e ocorre durante toda a vida.

É possível identificar os componentes de alfabetização alimentar propostos por Vidgen e Gallegos (2014), contudo, com algumas lacunas no que tange às questões práticas do Guia. Sugere-se que sejam feitas complementações às próximas edições.

Por não apresentar ferramentas de planejamento e gestão para realizá-los na prática, o Guia poderia inserir receitas básicas, orientações específicas para conservação e armazenamento dos alimentos, utilização de equipamentos e utensílios e orientações para o balanço de recursos financeiros e o tempo de preparação, por exemplo. Embora se compreenda que a supressão de receitas no Guia tenha ocorrido para preservar as diferentes possibilidades de combinações dos alimentos na confecção de refeições em cada região e cada contexto, o Guia poderia apresentar receitas de fácil adaptação e modificação, com substitutos potenciais, no sentido de enriquecer o repertório e as possibilidades de planejamento e gestão.

De maneira geral, o Guia Alimentar para a População Brasileira é instrumento de apoio à criação de estratégias de alfabetização alimentar. São sugestões para pesquisas futuras, portanto, a verificação da adoção desse Guia na elaboração de políticas e ações voltadas ao tema da segurança alimentar, tanto em nível local e regional, quanto em nível nacional. Esse Guia poderia ser adotado tanto por profissionais da área de nutrição, quanto por profissionais da área da gestão pública, para apoiar as políticas contra fome e obesidade, por exemplo.

Como sugestão para pesquisas futuras, emerge a necessidade por maior investigação na temática da alfabetização alimentar, que é incipiente em pesquisas no Brasil e tem sido mais amplamente divulgada em países da América do Norte e da Oceania, em função de maior presença de disciplinas da área de Economia Doméstica nos currículos escolares. É preciso um aprofundamento dos conceitos e das formas de aplicação, observando-se sua inserção nos programas de educação alimentar adaptados aos contextos locais.

REFERÊNCIAS

LANG, Tim. Crisis? What crisis? The normality of the current food crisis. **Journal of Agrarian Change**, v. 10, n. 1, jan/2010, p. 87-97.

WHO – WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity and overweight: fact sheet No 311 (updated January 2015). Disponível em: <<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en>>. Acesso em 3 mai. 2015.

FAO – FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **The state of food insecurity in the World 2013**. 2013a. Disponível em <<http://www.fao.org/publications/sofi/en/>>. Acesso em 20 abr. 2014.

FAO – FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **Food Wastage Footprint – Impacts on natural resources**. Summary Report.FAO, 2013b. 61 p.

ATHUKORALA, P.C.; SEN, K. Processed food exports from developing countries: patterns and determinants. **Food Policy**, n.1, v. 23, 1998.

CONSEA – Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Construção do Sistema e da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional: a experiência brasileira**. Brasília, DF: FAO/IICA, 2009.

CAISAN - Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional. **Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional: 2012/2015**. Brasília, DF: CAISAN, 2011.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia Alimentar para a População Brasileira** (versão para consulta pública). Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. **Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006**. Disponível em <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2004-2006/2006/lei/111346.htm>. Acesso em 12 dez. 2014.

BRASIL. **Decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010**. Disponível em <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2007-2010/2010/decreto/d7272.htm>. Acesso em 12 dez. 2014.

VIDGEN, Helena Anna; GALLEGOS, Danielle. Defining Food Literacy and its components. **Appetite**, n. 76, 2014.

PENDERGAST, Donna; DEWHURST, Yvonne. Home Economics and food literacy: An international investigation. **International Journal of Home Economics**, v. 5, n. 2, 2012.

MAGALHÃES, Rosana. Avaliação de políticas e iniciativas públicas de segurança alimentar e nutricional: dilemas e perspectivas metodológicas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 5, 2014.

BENN, Jette. Food, nutrition or cooking literacy – a review of concepts and competencies regarding food education. **International Journal of Home Economics**, v. 7, n. 1, 2014.

UNESCO – Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura. Second Global report on adult learning and education: rethinking literacy. 2013. Disponível em <<http://www.uil.unesco.org>>. Acesso em 09 dez. 2014.

FAO – FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **Alfabetização Midiática e Informacional (MIL)**. 2014. Disponível em <<http://www.unesco.org/new/pt/brasil/communication-and-information/access-to-knowledge/media-and-information-literacy>>. Acesso em 12 dez. 2014.

SORENSEN, Kristine et al. Health literacy and public health: a systematic review and integration of definition and models. **BioMed Central Public Health**, n. 12, v. 80, 2012.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6 Ed. São Paulo: Atlas, 2008.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. 2ª reimp. da 1ª Ed. São Paulo: Edições 70, 2011.