



NAE Campus São Paulo

**PROJETO:**  
**EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO**  
**DO CAMPUS SÃO PAULO: EIXO ALIMENTAÇÃO**

**Novembro de 2017**

**NOME DOS PROPONENTES:**

- Profa. Dra. Luciana Yuki Tomita (Comissão do Restaurante Universitário do campus São Paulo, Departamento de Medicina Preventiva), e-mail: [luciana.tomita@unifesp.br](mailto:luciana.tomita@unifesp.br)

- Profa. Dra. Sue Yazaki Sun (Coordenadora do NAE-SP), e-mail: [sueysun@gmail.com](mailto:sueysun@gmail.com)

- Marcelo Carvalho da Conceição (Enfermeiro NAE-SP), e-mail: [marcelo.carvalho23@unifesp.br](mailto:marcelo.carvalho23@unifesp.br)

**Número de bolsistas necessários ao projeto: 1**

**Número ideal de bolsistas em caso de vacância de vagas: 2**

**Eixos contemplados pelo projeto: eixo alimentação (item 2.7)**

## **OBJETIVOS**

Contribuir com as comissões de alimentação Central e do Campus São Paulo, divulgar cardápio do Restaurante Universitário (RU) do campus, realizar pesquisa de satisfação das refeições oferecidas, elaborar e divulgar informações sobre alimentação saudável para alunos do campus São Paulo.

## **JUSTIFICATIVA**

As mudanças no estilo de vida e no padrão alimentar nas últimas décadas têm contribuído com o aumento da prevalência do excesso de peso, obesidade e as suas consequências como diabetes mellitus tipo 2, doenças cardiovasculares, infarto, alguns tipos de câncer e depressão no Brasil e se tornado os principais problemas de saúde pública (OMS, 2002). Segundo inquéritos nacionais, 20% e 5% dos adolescentes apresentaram excesso de peso e obesidade, e 49% e 15% dos adultos, respectivamente e apenas 24% dos entrevistados reportaram consumo de verduras, legumes e frutas em quantidade diária recomendada pela OMS para prevenção das DCNT (IBGE, 2011; Brasil 2014). Dado recente investigou a saúde dos adolescentes em amostra probabilística escolar e observou-se prevalência de hipertensão arterial sistêmica entre os adolescentes de 10%, sendo maior (28%) entre os alunos com obesidade (Bloch 2016). Neste cenário da transição alimentar, nutricional e epidemiológica, o Ministério da Saúde lançou em 2014 o Guia Alimentar da População Brasileira que incentiva uma alimentação baseada em alimentos in natura<sup>1</sup> e minimamente e reduzida em alimentos processados e ultraprocessados, além de estimular a prática de habilidades culinárias, consumo de alimentos regionais e tipicamente brasileiros como arroz e feijão (MS, 2014). O Guia entende que o acesso a informações sobre alimentação adequada e saudável contribuirá para que as pessoas ampliem autonomia para fazer escolhas alimentares saudáveis, garantindo a manutenção do estado nutricional adequado e prevenção do ganho de peso e as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

Diante disso, o presente projeto tem como objetivo participar da comissão de alimentação central e do campus São Paulo, divulgar os cardápios, realizar pesquisa de satisfação dos consumidores e elaborar atividades de promoção da saúde pela alimentação saudável.

---

<sup>1</sup> alimentos in natura (baseados em alimentos de origem vegetal ou animais), minimamente processados (alimentos que sofreram alterações mínimas como retirada de partes não comestíveis, pasteurização, higienização), alimentos

processados (fabricados pela indústria com adição de sal ou açúcar) e ultraprocessados (formulações industriais baseadas em óleos, gorduras, açúcar, amido, sal, etc)

## **METODOLOGIA**

O bolsista deste projeto deverá:

- 1) Participar e contribuir com as comissões de alimentação Central e do Campus São Paulo,
- 2) Divulgar os cardápios que foram aprovados pela nutricionista da Comissão do Restaurante Universitário do campus São Paulo (RU SP), profa. Dra Luciana Yuki Tomita,
- 3) Ser o interlocutor entre os clientes do RU SP e comissão do Restaurante Universitário do Campus São Paulo,
- 4) Realizar pesquisa de satisfação dos comensais utilizando questionário online a ser elaborado e divulgado amplamente para participação dos alunos,
- 5) Elaborar material sobre a importância da alimentação saudável seguindo as recomendações do Guia Alimentar para População Brasileira publicada em 2014 pelo Ministério da Saúde utilizando mídias sociais como facebook do Nae, informativos no Restaurante Universitário do Campus São Paulo. Caso a proposta seja interessante, poderá ser utilizado como material educativo em outros Campi, na ausência de programa de educação nutricional.

## **CRONOGRAMA DE ATIVIDADES**

Meses/atividades	1º/2º	3º/4º	5º/6º	7º/8º	9º/10º
Participação nas reuniões das comissões de alimentação central e RU SP	X	X	X	X	X
Divulgação dos cardápios	X	X	X	X	X
Interlocução aluno e comissão do RU SP	X	X	X	X	X
Pesquisa de satisfação			X	X	X
Atividade de educação nutricional	X	X	X	X	X

## REFERÊNCIAS

Brasil. VIGITEL Brasil 2013. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde (2014).

Block KV e col. ERICA: prevalência de hipertensão arterial sistêmica e obesidade em adolescentes brasileiros. *Revista Saúde Pública* 2016; 50 (S1): 9S.

IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009. Rio de Janeiro, 2011.

Joint WHO/FAO Expert Consultation on Diet, N. and the P. of C. D. *Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases*. (2002).