



AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DESENVOLVIDAS COM CONSUMIDORES EM SUPERMERCADO DE DOURADOS/MS

SILVA, Rosilene de Melo¹ (rosilene_03@hotmail.com); **FREITAS, Vanessa Silva**² (vah.nesinha17@hotmail.com); **MOREIRA, Caroline Camila**³ (carolinemoreira@ufgd.edu.br);

¹Discente do curso de Nutrição da UFGD –Dourados

²Discente do curso de Nutrição da UFGD– Dourados;

³Doutora Docente do curso de Nutrição e Coordenadora do projeto de extensão da UFGD– Dourados.

Ultraprocessados são alimentos com perfil nutricional desequilibrado, apresentando alta densidade energética, altos teores de açúcar, sódio, gorduras e baixos teores de vitaminas, minerais e fibras. A diminuição do consumo de alimentos in natura e minimamente processados e o aumento de ultraprocessados estão relacionados ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis na população. Levando em consideração que a maioria dos ultraprocessados é adquirida em supermercados, é de suma importância realizar ações de educação alimentar e nutricional (EAN) nestes estabelecimentos, visando promover escolhas alimentares mais saudáveis. O objetivo do estudo foi relatar o planejamento, execução e avaliação das ações de EAN do projeto de extensão “Meu Carrinho Saudável”, voltadas para estimular escolhas alimentares saudáveis por consumidores de um supermercado de Dourados/MS-Brasil. Em 16 de março de 2019, em comemoração ao dia do consumidor, foram realizadas múltiplas ações de EAN em um supermercado localizado na região central do município. A equipe do projeto foi composta por 18 acadêmicos (n=10 curso de nutrição/n=08 curso de medicina) da Universidade Federal da Grande Dourados, sendo coordenado por uma professora do curso de nutrição. A equipe contou com a colaboração de duas professoras do curso de nutrição e a supervisão da nutricionista da rede de supermercados parceira do projeto. As ações foram planejadas de março/2018 a março/2019, sendo organizadas em cinco temas: (1)passos para uma compra saudável; (2)seleção de alimentos *in natura* e minimamente processado; (3)degustação de receitas saudáveis; (4)leitura e compreensão da rotulagem de alimentos e (5)atividades recreativas de EAN para crianças. Participaram das ações 105 consumidores, entre crianças, adultos e idosos, a maioria do sexo feminino (66%) com diferentes níveis de escolaridade. As ações ocorreram simultaneamente, sendo posicionadas em locais com grande circulação de consumidores. Na entrada foi exposto um banner com dicas de compras saudáveis, sinalizando que havia uma ação especial na loja. Próximo ao corredor de entrada foi montado um espaço kids, cujas crianças realizavam atividades recreativas de EAN (desenhos, jogo da memória, massa de modelar, pintura de rosto) enquanto os pais faziam compras. No setor de hortifrutis foi montado um expositor com degustação de preparações saudáveis (bolo de feijão/suco da horta), sendo os impressos das receitas disponibilizados aos consumidores. Alguns membros da equipe circulavam neste mesmo setor, auxiliando os consumidores com dicas sobre seleção de alimentos frescos. Outros membros circulavam entre os corredores de ultraprocessados, auxiliando os consumidores sobre como ler a rotulagem de alimentos. As ações foram bem aceitas pelos consumidores e gestores do estabelecimento, valorizando o papel do supermercado como um ambiente alimentar e nutricional promotor de saúde. Destaca-se o importante papel do nutricionista neste campo de trabalho, o qual pode estimular compras saudáveis e esclarecer dúvidas dos consumidores em tempo real durante as compras.

Palavras-chave: Compra de alimentos, consumidores, hábitos saudáveis.