

## Nutrição: ciência aliada a VIDA!

Ciência, do latim *scientia* - traduzido por "conhecimento", em sentido estrito, refere-se ao sistema de adquirir conhecimento baseado no método científico, sendo fundamental para o avanço de toda e qualquer sociedade, pois permite a humanidade compreender um pouco mais sobre a natureza, o que a permite ter uma qualidade de vida melhor, uma vez que possibilita avanços em várias áreas, em especial na saúde e na alimentação.

E nesse momento de tantas incertezas e da volta do Brasil ao mapa da fome, lançar mais uma edição da Revista da Associação Brasileira de Nutrição torna-se acima de um grande desafio, um ato de resistência. Resistência aqui traduzida em vontade de fazer mais e melhor através da NUTRIÇÃO.

Precisamos e pretendemos levar nosso compromisso de combate a fome a TODOS e TODAS, que como nós, discípulos do professor Nelson Chaves, acreditamos como ele, que há mais de 50 anos já dizia: *“É preciso plantar, é preciso colher, é preciso fabricar, é preciso transportar, é preciso enriquecer. Mas é preciso, antes de tudo, consumir. É preciso comer. É preciso viver. Nada se faz, quando se é faminto. Não é com a fome das crianças que se constrói o futuro de qualquer nacionalidade”* (Chaves, 1971).

A promoção da saúde por meio da Nutrição tem se apresentado como uma estratégia promissora para o campo da Saúde Pública através de suas várias estratégias e nossos pesquisadores estão atentos, percebem que é através de pesquisas científicas no campo e especialmente na Educação Alimentar e Nutricional que podemos mudar a realidade encontrada e engajar as pessoas a seguir uma alimentação mais equilibrada e saudável, sem angústias, ansiedade e apelos midiáticos onde se imperam e cultuam, na mesma proporção, a superficialidade, tanto de pessoas do tipo “blogueiras” como de empresas que incentivam a compra de alimentos ultraprocessados, como o preocupante distanciamento da “comida de verdade” em prol de uma vida mais prática e versátil. Esses comportamentos comprometem o equilíbrio emocional daqueles que não conseguem atingir o corpo dito “ideal” e terminam por comprometer os resultados que poderiam ser alcançados. É disto que trata os artigos: *“A autopercepção alimentar e corporal como recurso para a Educação Alimentar e Nutricional em grupo”* e *“Ações de educação alimentar e nutricional na prevenção ao excesso de peso em escolares: Experiência do Programa Saúde na Escola em um município do Vale do Rio dos Sinos-RS”*.

E esse processo de educação segue nos hospitais, ambulatórios e consultórios, onde a pesquisa se traduz em possibilidade real de ajuda para que as doenças, mesmo que ditas incuráveis, tenham seu tratamento suavizado através da dietoterapia, como vemos no artigo *“Indicadores do estado nutricional em pacientes acometidos por Lesão por Pressão em um Hospital Universitário no sul do Brasil”* ou ainda nos artigos de revisão *“Benefícios da dieta com baixo índice glicêmico no controle da glicemia e perda ponderal de pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2: Revisão*

*sistemática de ensaios clínicos randomizados” e “Efeitos da suplementação de vitamina D em adultos com HIV – revisão da literatura”.*

Percebemos então que a estratégia da EDUCAÇÃO tem que extrapolar as fronteiras das salas de aula, dos hospitais, ambulatorios, consultórios e restaurantes, quer sejam comerciais ou institucionais. Ela tem que se fazer presente no cotidiano das pessoas para que elas consigam fazer escolhas mais saudáveis em relação a sua alimentação, como vemos no artigo *“Compreensão de adolescentes sobre as informações nutricionais e suas formas de apresentação em rótulos de alimentos”*, mostrando que o nutricionista tem que estar atento quanto ao seu papel de agente ativo nesse processo educacional da população.

Assim, a preocupação com o bem-estar e a qualidade das refeições deve ser uma constante no trabalho do nutricionista e as pesquisas nesse campo tem se aprofundado tanto em relação a qualidade higiênico-sanitária, mas especialmente no tocante a qualidade nutricional, como podemos ver nos artigos *“Avaliação do controle de temperatura na produção e distribuição de preparações em uma Unidade Produtora de Refeições (UPR) hoteleira”* e *“Análise qualitativa das preparações do cardápio de um restaurante universitário”*.

Do mesmo modo, cabe também ao profissional da nutrição buscar alternativas alimentares que para além de suprir as necessidades nutricionais, o alimento possibilite o encontro da nutrição com o prazer do consumo de um alimento hoje tido como vilão, como o pão descrito no artigo *“Desenvolvimento de pão enriquecido com fibras e baixos teores de sódio”* ou mesmo do bolo do artigo *“Farinha de grilo como ingrediente de bolo sem glúten: análise sensorial afetiva e discriminativa”*. São pesquisas que buscam uma linha entre os argumentos de convencionalismo e a crescente necessidade de se ter alimentos alternativos, fora do circuito industrial, com o intuito de serem mais acessíveis.

A pandemia do Covid 19 não acabou e conseqüentemente suas sequelas, quer de origem física, quer de origem emocional continuam levando os pesquisadores a estudá-las como forma de minimizar a dor e o sofrimento ocasionado pelo impacto das diversas perdas, que direta ou indiretamente estão ligadas a esta pandemia. Apesar do impacto da disseminação do Covid 19 para as diversas doenças ainda esteja sendo mensurado, muitas implicações já foram relatadas nas mais diversas áreas da saúde e com a nutrição não é diferente, como vemos nos artigos *“Perfil lipídico de pacientes com diagnóstico de SARS-CoV-2 internados em unidades críticas de um hospital privado”* e *“Avaliação do Consumo Alimentar Durante o Distanciamento Social Devido à Pandemia de COVID-19 em Belo Horizonte, Minas Gerais”*. Do mesmo modo, as implicações para a saúde mental em situações como a que estamos vivendo, faz com que os profissionais da nutrição se insiram também nessa seara, como vemos no artigo *“Perfil alimentar e estado nutricional de pacientes depressivas atendidas em hospital de pequeno porte do sul de Santa Catarina”*, pois observamos indivíduos estressados, ansiosos, inseguros, angustiados e cada vez mais buscando o conforto e acolhimento momentâneo que a comida oferece.

A preocupação com a alimentação na infância vem na forma do artigo “*Proporção do consumo de grupos alimentares por crianças de 6 a 23 meses de idade e variáveis associadas*”, demonstrando que os profissionais da nutrição por saber que o modo de alimentar as crianças é decisivo na formação de seu hábito alimentar, tem criado estratégias diversas para estimular essa alimentação. Do mesmo modo, se que tem buscado alternativas alimentares para situações consideradas corriqueiras na vida dos bebês, como é o caso apresentado no artigo “*O uso de Lactobacillus reuteri DSM 17938 na cólica infantil: um tratamento eficaz?*”, tudo porque as evidências científicas demonstram que o poder dos alimentos vão além do suprimento das necessidades fisiológicas do homem, eles são acima de tudo oportunidades de aprendizado que, usados adequadamente, colaboram com o equilíbrio nutricional e consequentemente com a saúde global da criança.

Desta forma, concretizamos mais uma edição de nosso periódico que se tem mostrado atento aos diversos olhares sobre os campos de atuação do Nutricionista e suas mais amplas possibilidades, com o intuito de levar uma reflexão e fazer com que o profissional da nutrição repense sua atuação e integre ou reintegre as práticas de prevenção da saúde ao conjunto de experiências, saberes e intervenções voltados ao atendimento das necessidades dos indivíduos e/ou grupos sociais dos quais colaboram, pois assim estarão verdadeiramente contribuindo para a redução das iniquidades em saúde e ajudando a garantir uma qualidade de vida melhor para a população. Pois, como nos dizia Nelson Chaves, em um de seus apelos humanísticos, ainda em 1971: “*O primeiro passo para combater a desnutrição e a pobreza é, sem dúvida, a modificação ética e moral do homem. Sem essa modificação, qualquer plano fracassará e a pobreza e a fome assumirão maiores proporções, apesar dos grandes avanços da Ciência e da Técnica*”.

Boa leitura e principalmente, boas reflexões e transformações!

Ruth Cavalcanti Guilherme  
*Editora*