

Revista CRN 2

CONSELHO REGIONAL DE
NUTRICIONISTAS - 2ª REGIÃO
Edição nº 34 julho/2014 - janeiro/2015

Escolhas alimentares saudáveis

A orientação para uma alimentação **adequada** e **saudável** é compromisso do **nutricionista**.

Quando há restrição de alimento, como nas **alergias** ou nas **intolerâncias alimentares**, a atuação deste profissional torna-se fundamental para a **saúde** da população.



Índice

Guias Alimentares

Orientação para escolhas alimentares saudáveis

4/5

Especial

Alergias e intolerâncias alimentares

6/13

Diferenças e similaridades das Reações Adversas aos Alimentos

CRN-2 em Ação

Semana da Alimentação

14/15

Prêmios CRN-2

16/17

Comissão de Fiscalização

Reconhecimento do papel do nutricionista

19

Projetos para 2015

Ações para valorização profissional

20

Revista digital: consciência ambiental

Acompanhar as tendências e inovações de um mundo em constante evolução é um desafio para todos os setores. O desenvolvimento do conhecimento humano trouxe inúmeros benefícios e facilidades para a sociedade, nas mais diversas áreas, como a tecnologia e a saúde. Entretanto, os avanços produzem, também, consequências negativas, principalmente, para o meio ambiente. Tentar reduzir os impactos deveria ser uma missão de todos. Pequenas ações, quando realizadas por muitos, tornam-se gigantes.

Nessa linha, o CRN-2 edita sua primeira revista exclusivamente digital. Já havíamos oportunizado a opção da publicação na versão eletrônica. Mesmo assim, para nossa categoria, é uma novidade. Acompanhar este movimento é quase palavra de ordem!

Mantemo-nos, também, firmes no propósito de estímulo à produção e ao consumo conscientes de alimentos, promovendo o II Seminário Temático: Alimentação Orgânica: saúde do consumidor, do produtor e do meio ambiente, realizado na Semana da Alimentação de 2014. Compreendendo que iniciativas desta natureza precisam ser divulgadas, apresentamos, neste evento, casos de sucesso de instituições que inseriram a alimentação orgânica em seus cardápios.

Entendemos a importância de acompanhar as modificações do mundo e, dentro desta perspectiva, a necessidade de atualizar os instrumentos de consulta do profissional, como o Código de Ética. O CRN-2, com muita honra, compõe a Comissão Especial do Código de Ética (CECEt) do CFN, além de estar promovendo fóruns regionais com a participação valiosa de colegas.

Acompanhar e valorizar, com profundidade técnica, a produção científica do nutricionista e do técnico em Nutrição e Dietética vem sendo tradição nos últimos oito anos. Em 2014 entregamos o IV Prêmio Maria de Lourdes Hirschland, o II Prêmio Destaque do Técnico em Nutrição e Dietética e o 3º Concurso Slogan.

Esta edição da Revista traz uma matéria especial sobre alergias e intolerâncias alimentares, reações que ocorrem com a ingestão dos alimentos que, por vezes, podem ser bem importantes, comprometendo a saúde e qualidade de vida do paciente.

Destacamos, ainda, a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira e o Guia de Boas Práticas Nutricionais para Restaurantes, que incentivam o consumo de uma alimentação mais adequada e saudável.

Todas estas iniciativas visam oportunizar qualificação e conhecimento nas diversas áreas de atuação, além de aproximar e integrar os nutricionistas e técnicos ao Conselho. Mas, gostaríamos de ir um pouco mais longe; sensibilizar para um pensar diferente quanto à sustentabilidade e a consciência ambiental; não apenas como profissionais, mas também como cidadãos!



Carmem Kieling Franco
CRN-2 2358
Presidente do CRN-2

Expediente

Revista Digital nº 34 julho 2014/janeiro 2015 | Gestão 2013 - 2016

Diretoria: Presidente: Carmem Kieling Franco
Vice-presidente: Ivete Regina Ciconet Dornelles
Tesoureira: Ana Lize Bernardi
Secretária: Ivete Barbisan

Conselheiros efetivos

Ana Lize Bernardi CRN-2 0114
Carmem Kieling Franco CRN-2 2358
Ivete Barbisan CRN-2 0090
Ivete Regina Ciconet Dornelles CRN-2 0019
Juracema Ana Daltoé CRN-2 1839
Maria Cristina F. da Silva CRN-2 2779
Rosana Mª Carolo C. Silva CRN-2 1993
Rosângela Parmigiani CRN-2 1514
Bianca Inês Etges CRN-2 2713

Conselheiros suplentes

Cynthia Munhoz Leal CRN-2 0524
Gabriela Herrmann Cibeira CRN-2 5945
Katia Ronise Rospide CRN-2 1512
Luciana Meneghetti Gehrke CRN-2 2140
Márcia Keller Alves CRN-2 5476
Rosângela Lengler CRN-2 1696
Sandra Melchionna e Silva CRN-2 1043

Conselho Editorial: Carmem Kieling Franco, Gabriela Cibeira, Katia Rospide e Rosângela Lengler

Jornalista responsável: Janice Benck, RT 7376

Estagiária: Camila Salton

Fotos: Assessoria de Comunicação do CRN-2, <http://www.photl.com> e <http://www.freeimages.com/photo>.

Novo Código de Ética do Nutricionista

CRN-2 reuniu nutricionistas para elaboração de sugestões para o novo documento.



Leonardo Agostini ministrou palestra

Com o objetivo de identificar dilemas éticos que afetam a prática profissional do nutricionista, o CRN-2 realizou, no dia 05 de dezembro, na UFCSPA, o I Fórum Regional para construção do novo Código de Ética.

Esta ação faz parte da mobilização nacional do Sistema CFN/CRN para que a categoria, em todo o país, possa contribuir para o novo Código de Ética, dentro de uma proposta de construção compartilhada.

A palestra "Ética no século 21" foi ministrada pelo professor da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da PUCRS,

Leonardo Agostini.

Este momento teve como finalidade a sensibilização dos participantes sobre a magnitude do trabalho, para a discussão dos dilemas éticos e elaboração de sugestões para o novo documento.

A presidente do CRN-2, que compõe a Comissão Especial do Código de Ética (CECEt) do CFN, apresentou as orientações para a condução do trabalho.

O grupo promoveu um levantamento dos dilemas éticos, resultando na construção de sugestões. As propostas deste encontro serão agregadas às que resultarem de um segundo Fórum de Escuta, previsto para acontecer em março de 2015, e, posteriormente, encaminhadas ao CFN.

Publicidade de alimentos

O Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec) lançou, no mês de dezembro, a segunda publicação - Cadernos Idec - Série Alimentos, intitulada "Publicidade de alimentos não saudáveis: os entraves e as perspectivas de regulação no Brasil".

Esta publicação faz parte de um projeto cujo objetivo é avaliar a eficácia de políticas públicas e da regulação de alimentos no Brasil.

Devido ao aumento expressivo da obesidade e de outras DCNTs, segundo a publicação, muitos especialistas têm sugerido que a propagan-

da e a publicidade desses alimentos contribuem para que as pessoas tenham cada vez mais dificuldade para escolher alimentos saudáveis, em especial as crianças.

Diante deste cenário, a Organização Mundial de Saúde e outras instituições mundiais ligadas à saúde, têm recomendado que os governos adotem regulação específica para o marketing de alimentos não saudáveis.

No Brasil, a legislação ainda carece de tratamento detalhado em relação ao tema.

A publicação está disponível em www.idec.org.br.



Anuidade 2015

Os boletos para pagamento da anuidade 2015 dos nutricionistas, técnicos em Nutrição e Dietética (TND) e pessoas jurídicas (PJs) inscritos no CRN-2 foram enviados pelo Correio para os endereços cadastrados.

Os boletos estão disponíveis para impressão no link CRN-2 On-line (necessário seguir as instruções iniciais).

O valor da anuidade é estabelecido pelo Conselho Federal de Nutricionistas (CFN).

É importante ressaltar que todo o profissional ou empresa que não está atuando na área de Nutrição poderá solicitar ao CRN-2 a baixa temporária até 31 de março, ficando isento do pagamento da anuidade 2015.

Dúvidas ou informações: coordadm@crn2.org.br ou (51) 3330.9324.

Segurança dos alimentos é tema do Dia Mundial da Saúde 2015

Com novas ameaças à segurança alimentar surgindo constantemente, a Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu que "Segurança dos Alimentos" será o tema do Dia Mundial da Saúde em 2015.

Mudanças na produção de alimentos, como distribuição e consumo (ou seja, a agricultura intensiva, a globalização do comércio de alimentos, comida de rua); alterações no ambiente; bactérias novas e emergentes e toxinas; resistências antimicrobianas, aumentam o risco de que o alimento se torne contaminado. É por isso que a OMS está promovendo esforços para melhorar a segurança dos alimentos, do campo ao prato (e todo o resto) no Dia Mundial da Saúde, 7 de abril de 2015 – data que marca a celebração do aniversário da Organização.

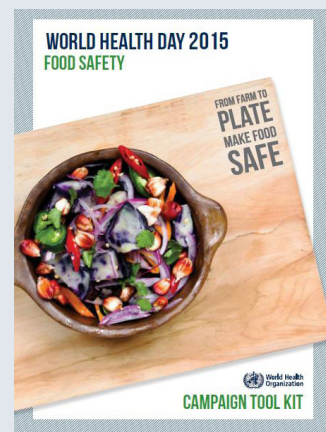
A intenção é reforçar os sistemas de segurança dos alimentos e proteger os consumidores contra os riscos de intoxicação e doenças de origem alimentar como: diarreia, doença viral (os primeiros casos de Ebola estavam ligados ao consumo de carne de animais selvagens).

É importante destacar que a OMS ajuda e incentiva os países a prevenir, detectar e responder aos surtos de origem alimentar em consonância com o Codex Alimentarius, uma coletânea de normas internacionais, códigos de conduta e outras recomendações à produção de alimentos e segurança alimentar.

Cinco fundamentos para uma alimentação mais segura

A OMS estabeleceu cinco princípios para uma alimentação mais segura com orientações práticas para produtores, manipuladores e consumidores:

- 1: Mantenha limpo
- 2: Separe alimentos crus e cozidos
- 3: Cozinhe bem
- 4: Mantenha os alimentos a temperaturas seguras
- 5: Use água potável para higienização dos alimentos.



Orientação para escolhas

Guias incentivam preparações com menor teor de açúcar, sódio, gorduras e alertam para alimentos ultraprocessados.

O mês de novembro de 2014 marcou o lançamento de dois importantes instrumentos para a promoção da saúde dos brasileiros: o Guia Alimentar para a População Brasileira e o Guia de Boas Práticas Nutricionais para Restaurantes Coletivos. Os guias, produzidos, respectivamente, pelo Ministério da Saúde (MS) e pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), têm como objetivo incentivar o consumo de uma alimentação mais adequada e saudável.

As publicações estimulam as preparações com menores teores de açúcar, sódio, gorduras trans e saturadas, alertam para que alimentos ultraprocessados sejam evitados e oferecem dicas importantes para a diver-

sificação alimentar. Os guias objetivam melhorar os padrões de alimentação e nutrição, resgatando as preparações mais simplificadas de alimentos, com menos etapas de processamento e, com isso, reduzir as doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) e promover saúde.

Dados de algumas pesquisas, entre elas a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF 2008/2009), demonstram que o atual padrão alimentar brasileiro, associado ao sedentarismo, tem contribuído para o aumento nas prevalências de obesidade, diabetes, hipertensão, e outras DCNTs.

Fontes: Ministério da Saúde e Agência Nacional de Vigilância Sanitária

Novo Guia Alimentar

O Guia Alimentar para a População Brasileira, elaborado pela Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição do MS, apresenta um conjunto de informações e recomendações sobre alimentação adequada e saudável no âmbito individual e coletivo. É direcionado aos profissionais, agentes da saúde e educadores, e também às famílias. Com uma linguagem

acessível, fornece recomendações sobre escolha, preparo e consumo de alimentos. O guia é instrumento de apoio às ações de educação alimentar e nutricional no Sistema Único de Saúde (SUS) e em outros setores.

Traz a indicação da importância da atuação do nutricionista para que este profissional adapte as recomendações às condições específicas de cada pessoa, apoiando profissionais de saúde na organização da atenção nutricional.

O documento objetiva melhorar os padrões de alimentação e nutrição da população e contribuir para a promoção da saúde, combatendo a desnutrição, já em declínio em todo o país, e prevenindo enfermidades em ascensão, como a obesidade, o diabetes e outras doenças crônicas, como AVC, infarto e câncer.

O processo de elaboração incluiu profissionais de saúde,

educadores e representantes de organizações da sociedade civil de todas as regiões do Brasil. Foram realizados encontros com os Conselhos Regionais de Nutricionistas em todo país, os quais convidaram docentes de Instituições de Ensino Superior (IES) e outros nutricionistas para debates da versão preliminar do guia. O CRN-2 promoveu estes encontros nos meses de março e abril de 2014.

Construção

Uma consulta pública, realizada de fevereiro a maio do ano passado, envolveu, ainda, 436 participantes com 3.125 comentários e sugestões. Todas estas contribuições foram fundamentais para a construção da segunda edição do guia.

A primeira versão do Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado em 2006, apresentou as diretrizes oficiais. Segundo os organizadores, a revisão das recomendações foi necessária devido às transformações sociais vivenciadas pela sociedade brasileira.



alimentares saudáveis

Alimentos orgânicos na lista de recomendações

O guia está estruturado em cinco capítulos que organizam o conteúdo para melhor acesso e entendimento. O primeiro destaca o tratamento abrangente dado à relação entre alimentação e saúde, levando em conta nutrientes, alimentos, combinações de alimentos, refeições e dimensões culturais e sociais das práticas alimentares. Este capítulo evidencia, ainda, que as recomendações sobre alimentação devem levar em conta as formas de produção e distribuição, privilegiando àquelas que fazem uso de recursos naturais e socioeconômicos disponíveis, que sejam socialmente e ambientalmente sustentáveis, como os alimentos orgânicos e de base

agroecológica. O segundo capítulo orienta para o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, e predominantemente de origem vegetal. Recomenda o limite do uso de alimentos processados e, principalmente, a preferência por preparações culinárias a alimentos ultraprocessados. Também sugere que sejam utilizados pequenas quantidades de óleos, gorduras, sal e açúcar utilizadas ao temperar, preparar e cozinhar alimentos. O terceiro faz referência à escolha, conservação e manipulação dos alimentos.

Ambientes apropriados

A parte seguinte inclui orien-

tações sobre o ato de comer e a comensalidade. Destaca que o ideal é comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, em companhia com familiares, amigos ou colegas de trabalho ou escola. O último capítulo examina circunstâncias que podem ser obstáculos para a adesão das pessoas às recomendações deste guia como: informação, oferta, custo, habilidades culinárias, tempo e publicidade.

Ao final da publicação, uma síntese das orientações é apresentada na forma de "Dez passos para uma alimentação saudável".

Veja o guia em:
<http://portalsaude.saude.gov.br>

Dez passos para uma alimentação adequada e saudável

- Fazer de alimentos in natura ou minimamente processados a base da alimentação
- Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias
- Limitar o consumo de alimentos processados
- Evitar o consumo de alimentos ultraprocessados
- Comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia
- Fazer compras em locais que ofertem variedades de alimentos in natura ou minimamente processados
- Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias
- Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece
- Dar preferência, quando fora de casa, a locais que servem refeições feitas na hora
- Ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais.

Boas práticas nutricionais para restaurantes

Visando orientar os restaurantes coletivos a adotarem cardápios mais saudáveis, com medidas para garantir a adequação nutricional das refeições e dos produtos alimentícios às necessidades da população a que se destinam, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) publicou o

Guia de Boas Práticas Nutricionais (BPN).

Ao organizar a publicação, a agência baseou-se na nova realidade alimentar no Brasil, traduzida nos dados de pesquisas, entre elas, a Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF (2008/2009) que demonstra que, em três décadas, o aumento do excesso de peso em homens adultos saltou de 18,5% para 50,1% e ultrapassou, em 2008-2009, o das mulheres, que foi de 28,7% para 48%.

A publicação destaca que o conceito de saúde é essencialmente incompatível com dietas inadequadas, seja sob a ótica da escassez ou do excesso no consumo de alimentos.

O Guia de BPN inclui estratégias a se-

rem adotadas pelos restaurantes para tornar as refeições mais saudáveis, melhorando o perfil nutricional das preparações. O documento traz exemplos de Fichas Técnicas de Preparação (FTP) para ajudar os profissionais a prepararem os alimentos e recomendações para reduzir o consumo excessivo de sódio, açúcar e gordura na preparação dos alimentos. Retirar dos cardápios alimentos ultraprocessados e de baixo valor nutricional e evitar uso de temperos prontos e caldos industrializados são recomendações que constam na publicação.

Veja o guia em:
<http://portal.anvisa.gov.br>



Alergias ou

O alimento, fornecedor dos nutrientes necessários para o crescimento, desenvolvimento e manutenção das funções fisiológicas, também pode causar reações adversas como alergias ou intolerâncias alimentares nos seres humanos. As manifestações podem ser leves, com desconforto, chegando a reações graves que podem comprometer vários órgãos, ou até a vida das pessoas. Sintomas podem aparecer nos sistemas gastrointestinal e respiratório, na pele ou em outros órgãos e as respostas do organismo podem ser imediatas ou tardias. Algumas reações são de difícil diagnóstico, por isso é fundamental o histórico clínico do paciente para evitar distorção de sintomas.

A população leiga desconhece que existem diferenças entre as alergias e as intolerâncias alimentares, já que os efeitos são parecidos. Entretanto, as causas são distintas.

A prevalência de alergias alimentares está entre 2% e 10% na população em geral, segundo a Associação Brasileira de Alergia e Imunologia (Asbai). Crescente no Brasil e no mundo, podem impossibilitar uma nutrição adequada, resultando em um impacto negativo na qualidade de vida. Especialistas esclarecem que há diversos fatores para esse crescimento, como novos alimentos industria-

lizados e ultraprocessados, monotonia alimentar, excesso de ingestão de carboidratos refinados, entre outros, além de rótulos inadequados.

O CRN-2 entrevistou as nutricionistas Bruna Pontin, Gilberti Hubscher e Marlise Potrick Stefani para explicar as diferenças destas reações, o diagnóstico, as consequências nutricionais e as formas de tratamento e prevenção.

Reações Adversas aos Alimentos

As Reações Adversas aos Alimentos (RAAs) são as manifestações anormais que ocorrem após a ingestão de alimentos. As RAAs incluem tanto as reações mediadas pelo sistema imunológico (alergia alimentar) quanto às não mediadas (intolerância alimentar).

Bruna Pontin esclarece que a alergia alimentar (AA) pode ser definida como uma reação de hipersensibilidade oriunda de mecanismos imunológicos específicos. "Ou seja, refere-se a uma resposta imunológica anormal a determinados componentes alimentares. Já a intolerância alimentar representa uma resposta fisiológica anormal a determinada substância, porém essa resposta não é mediada pelo sistema imunológico".

A diferença entre as duas reações é o tipo de resposta do organismo quando está em contato com o alimento. Na alergia, o corpo humano responde à ingestão do alimento como se ele fosse um agente agressor, e na intolerância, o organismo não consegue digerir ou metabolizar o alimento por

deficiência ou ausência enzimática.

A mídia tem divulgado, constantemente, notícias sobre o aumento de casos de alergias e intolerâncias alimentares. Também é comum ouvir alguém dizer que desenvolveu alguma das reações. Será que há um aumento de pessoas pressupondo-se com estas reações sem consultar um profissional? Ou realmente há um crescimento de casos diagnosticados? Para Marlise Stefani há, sim, um aumento que pode ser explicado pelas possibilidades e facilidades de diagnósticos. Segundo ela, também pode ser consequência da mudança de hábitos com a introdução de novos alimentos, resultado do desenvolvimento da indústria alimentícia. Gilberti complementa afirmando que os produtos industrializados têm, em sua base de composição, os principais alimentos alergênicos, como leite e derivados, soja, trigo, milho, glúten, ovo, frutos do mar, cítricos, aditivos alimentares (conservantes, corantes), glutamato monossódico, salicilatos, aminas, entre outros.



intolerâncias alimentares

Quanto ao aumento de casos de alergias e intolerâncias alimentares é importante ressaltar que, com o objetivo de aumentar a vida útil dos alimentos processados, as indústrias utilizam cada vez mais aditivos alimentares. Conforme aponta o artigo da Asbai* "Aditivos em alimentos", as indústrias dispõem de um grande número de técnicas para conservação e aprimoramento de alimentos, que aumentam a vida útil e garantem a disponibilidade, além da inovação de produtos e adequação ao paladar das pessoas. No entanto, por se tratarem de substâncias químicas intencionalmente adicionadas aos alimentos, o texto ressalta que é fundamental conhecer as propriedades dos aditivos alimentares, de maneira a garantir seu

uso adequado e seguro. Lembra que apesar de sua ampla utilização, são substâncias capazes de desencadear reações adversas como qualquer outra droga.

Segundo o artigo a exigência das autoridades e dos consumidores gerou a substituição de muitos aditivos alimentares artificiais por aditivos naturais, que são derivados de plantas, insetos e produtos animais. "Como a maioria das alergias mediadas por IgE é causada por proteínas de outros organismos vivos, esta mudança para aditivos naturais está associada ao potencial para anafilaxia como descrito, por exemplo, com anato (urucum), carmim, psyllium e goma de guar. Estes relatos na literatura demonstraram a detecção de IgE específica através de vários testes."

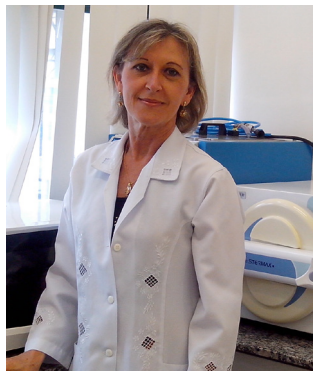
Aditivos alimentares associados à anafilaxia:

- Anato: é produzido da casca da fruta da árvore do anato (Bixa orellana).
- Carmim: corante vermelho derivado de corpo ressecado de fêmea do inseto *Dactylopius coccus* (cochonilha).
- Carragenano: polissacárido gelatinoso derivado de alga marinha, é utilizado como espessante e estabilizante.
- Outros também descritos são: eritritol, goma de guar, pectina e psyllium.

Fonte: *Revista brasileira de alergia e imunopatologia da Asbai - Aditivos em alimentos.



Bruna Pontin é nutricionista clínica e professora do curso de graduação em Nutrição (Unisinos). Possui mestrado em Ciências da Saúde: Cardiologia (IC-FUC). É pesquisadora do Instituto Tecnológico em Alimentos para a Saúde (Unisinos).



Gilberta Hubscher é nutricionista e professora da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Possui mestrado em Ciências Biológicas - Fisiologia (UFRGS) e doutorado em Ciências Biológicas - Fisiologia (UFRGS).



Marlise Stefani é nutricionista clínica, possui pós-graduação em Gestão da Qualidade e mestrado em Engenharia de Produção (UFRGS). É Especialista em Alimentação Coletiva (Asbran) e em Geriatria e Gerontologia (IEP/HMV).

Classificação dos alimentos segundo grau de alergenicidade

Alta alergenicidade

Leite e seus derivados, ovo (principalmente a clara), trigo, laranja, coco, maçã (principalmente com casca), morango, uva, alho, oleaginosas (avelã, amendoim, castanha-do-pará, noz), cana-de-açúcar e seus derivados (exceto o açúcar refinado), canela, cebola, chocolate, cominho, corantes sintéticos (tartrazina, amaranth), ervilha, milho, óleo de semente de algodão, tomate, peixes e frutos do mar (camarão, mariscos), carne de porco.

Média Alergenicidade

Acelga, agrião, aipo, alface, batata-inglesa, berinjela, cenoura, couve, mandioca, palmito, pepino, pimentão, repolho, abacate, abricó, amora, caqui, framboesa, limão, maracujá, melão, pêsego, arroz, aveia, centeio, cevada, trigo sarraceno, feijão, grão de bico, lentilha, soja, amêndoa, azeitona, baunilha, café, cebolinha, cravo, gergelim, noz moscada, óleo de girassol, óleo de milho, óleo de soja, o pinhão, carne de vaca.

Baixa alergenicidade

Abóbora, abobrinha, alcachofra, batata-doce, beterraba, cará, cenoura cozida, chicória, chuchu, couve-flor, espinafre, banana cozida, carambola, damasco, figo, goiaba, jaca, maçã cozida sem casca, mamão maduro, melancia, açúcar refinado, anis, coentro, erva-doce, fécula de batata, gelatina natural, gengibre, guaraná, louro, óleo de oliva, salsa, tapioca, tremoço, carnes de carneiro, de coelho, de frango, miúdos de frango, peru.

Fonte: Marlise Stefani

Reações mediadas pelo

As reações alérgicas ocorrem quando o organismo começa a produzir anticorpos que reagem aos antígenos (substâncias estranhas ao organismo humano), causando a liberação de mediadores químicos, incluindo a histamina e a serotonina. Ou seja, uma reação alérgica a uma determinada

barreira falha ocorre uma sensibilização alérgica e uma reexposição ao antígeno que então produz a reação alérgica. Segundo ela uma reação alérgica grave, com dificuldade respiratória e até mesmo colapso e choque, pode colocar a vida em risco. “Felizmente, a maioria das reações alérgicas é branda.”

Gilberti Hubscher lembra que nos últimos 5 anos a alergia alimentar tem aumentado 18%, atingindo, em média, 6% das crianças e 3% dos adultos. A nutricionista destaca que existem vários fatores que favorecem o quadro da alergia alimentar, “entre eles está a alteração do microbioma intestinal, consequência, muitas vezes, da monotonia alimentar, assim como o excesso de ingestão de carboidratos refinados, açúcares, fast food, associados a uma deficiência de nutrientes. Todos são fatores que aumentam a resposta inflamatória intestinal e elevam o quadro de permeabilidade intestinal”.

As doenças alérgicas são, segundo a Asbai, determinadas por fatores genéticos e ambientais. Se ambos os pais apresentam história positiva há chance, entre 50% a 80%, de a criança desenvolver alguma doença alérgica ao longo da vida.

Imediatas e tardias

As alergias podem ser classificadas como imediatas ou tardias. Gilberti explica que o primeiro tipo inclui as reações de hipersensibilidade mediadas pela imunoglobulina E (IgE) de resposta imediata, causando reações imediatas.

Entre outros fatores, conforme a nutricionista, as reações liberam uma grande quantidade de histamina. Podem causar urticária, vômito, diarreia, bronquite asmática, edema de glote, entre outras. Estas reações podem ocorrer de minutos até oito horas após o contato com o antígeno”.

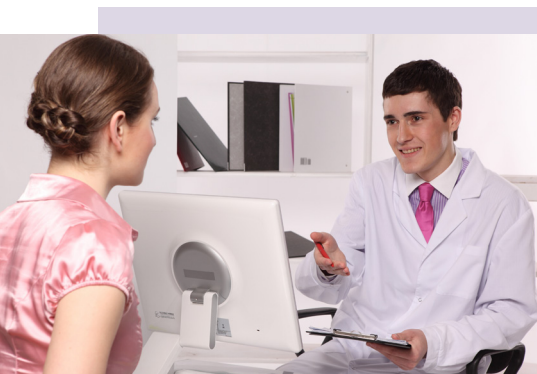
O outro tipo, as alergias tardias, é de difícil diagnóstico clínico, observa a nutricionista Gilberti. Ela explica os motivos da complexidade do processo: “A reação imunológica a uma proteína alimentar pode ser a liberação de anticorpos Imunoglobulina M (IgM) e

G (IgG) que formam imunocomplexos (ligação antígeno-anticorpo), associados à ativação do sistema complemento. As reações subsequentes são inflamatórias e podem desencadear uma grande variabilidade de sintomas físicos, mentais, emocionais. O sistema complemento amplifica a resposta imunológica no combate ao agressor gerando um processo inflamatório mais intenso, que ao não ser regulado adequadamente, poderá ser disseminado e se tornar crônico. As reações podem ocorrer de duas horas a três dias após o contato com o alérgeno, que necessita de uma ação somatória das substâncias liberadas, para então desencadear os sintomas”.

Gilberti alerta sobre um aspecto importante neste processo que é a liberação de histamina em pequenas quantidades, estimulada pelo alimento sensibilizante, proporcionando, inicialmente, uma sensação de relaxamento e prazer. “Isto pode gerar uma predileção a este alimento, e a decorrente ingestão em alta frequência do promotor histaminérgico pode levar a dependência do mesmo”. Conforme evidencia a professora, também é importante salientar outros sintomas manifestados por indivíduos frente a resposta alérgica. “Como a histamina é antagônica à serotonina, pode ocorrer uma resposta crônica gerando sintomas como ansiedade, irritabilidade, agitação, alteração de humor, aumento da ingestão de carboidratos (doces), falta de saciedade, alteração de sono, entre outros”.

Diagnóstico

O diagnóstico depende da análise de um conjunto de fatores, tendo como ponto de partida a anamnese minuciosa. A nutricionista Bruna ressalta que considerar a história clínica e o exame físico do paciente é o primeiro ponto e é fundamental. “Além disso, os testes cutâneos e de provocação oral, realizados por médicos alergistas, são métodos diagnósticos utilizados na detecção de alergias alimentares. Somam-se ao processo, testes sorológicos que evidenciem níveis alterados de imunoglobulinas específicas”.



Diagnóstico

Segundo as nutricionistas, a anamnese é fundamental para o diagnóstico. Exames, como o *prick test*, são métodos utilizados para investigação.

Prick test

“É um teste de fricção (Foto abaixo) que deve ser realizado pelo especialista que determinará quais substâncias podem ter importância no quadro clínico e, portanto, deverão ser avaliadas. É um método seguro e indolor. O desconforto pode ocorrer pelo prurido (coceira) localizado à área do teste, no caso da reação positiva.” (Gilberti Hubscher)



Foto: National Institutes of Health

proteína ou outra macromolécula de origem alimentar, só ocorre quando estas penetram pelo trato gastrointestinal, descreve Marlise. De acordo com a nutricionista, o trato gastrointestinal e o sistema imunológico proporcionam a chamada barreira mucosa, a qual impede a absorção da maior parte das proteínas intactas. Quando esta

sistema imunológico

O tratamento é a exclusão do alimento

A partir do diagnóstico de alergia alimentar, as nutricionistas são unânimes em afirmar que, sob suspeita de alergia, as dietas de exclusão do alimento devem ser indicadas por um período determinado.

Marlise enfatiza que muitos tipos de reações alérgicas, quando necessário, são tratados sob a ótica da farmacoterapia com a utilização de anti-histamínicos e às vezes, até a utilização de adrenalina. Reforça, entretanto, a importância de dietas equilibradas, respeitando as restrições necessárias, e com a atuação de profissionais especializados, como o nutricionista. “É de extrema importância que os indiví-

duos que apresentem alergia a algum tipo de alimento identifiquem-no, para que haja prevenção, pois essas reações podem comprometer vários órgãos, e em alguns casos, ser fatal”.

O reparo do microbioma intestinal, o qual requer a diminuição ou a eliminação do agente agressor, desempenha um papel importante no controle das alergias alimentares, reforça Gilberti. “A exclusão pode ser definitiva, transitória ou de controle, variando a individualidade do paciente. O reparo do microbioma requer o repovoamento das bactérias probióticas, assim como alimentos que são fontes de prebióticos”.

Ela menciona que a intervenção nutricional em casos de alergias deve levar em conta a inclusão de nutrientes reparadores, como o ácido graxo da série ômega-3, potente anti-inflamatório, encontrado em peixes de águas profundas e sardinha (na sua forma ativa) e na chia e na linhaça (de forma não ativa, devendo ser metabolizados).

Também devem ser ofertados nutrientes, como as vitaminas do complexo B (principalmente a vitamina B12, mas também a B9, B6, B3), as vitaminas A, D, e K2, assim como o zinco, magnésio, em forma de alimentos ou, se necessário, de suplementos.

Probióticos

São microrganismos vivos que, quando administrados em quantidades apropriadas, conferem benefício à saúde do hospedeiro.

Fontes: iogurte, leites fermentados, queijo, alimentos processados ou por suplementos dietéticos com bactérias vivas.



Prebióticos

São substâncias não digeríveis, susceptíveis à fermentação, que oferecem um efeito fisiológico benéfico ao hospedeiro, pois estimulam o crescimento e a função de bactérias que compõem o microbioma.

Fontes: cebola, alho, banana, aveia, mel, cevada, aspargos, alcachofra, chicória, biomassa de banana verde, batata yacon, fibra solúvel.



Foto: www.cropsofthefuture.org

Reação cruzada

Os alimentos podem provocar reações cruzadas, ou seja, alimentos diferentes podem induzir respostas alérgicas semelhantes no mesmo indivíduo, alerta a Asbai. O paciente alérgico ao camarão pode não tolerar outros crustáceos. Da mesma forma, pessoas alérgicas ao amendoim podem também apresentar reação ao ingerir a

soja, ervilha ou outros feijões.

O mesmo ocorre com as proteínas do leite de vaca (LV), que podem ser encontradas no leite de outras espécies de mamíferos. A maior similaridade com o LV ocorre com o leite de cabra e ovelha em função do alto teor de proteínas, especialmente caseínas, presentes no leite destes mamíferos,

conforme destacado no Guia prático da APLV, da Asbai*. Por este motivo, segundo o documento, leites destas espécies não devem ser utilizados como substitutos para o LV em pacientes com APLV.

*Guia prático da Alergia à Proteína do Leite de Vaca (APLV) mediada pela IgE - ASBAI & SBAN

Reações não mediadas pelo sistema imunológico



O diagnóstico de intolerância alimentar segue o padrão de avaliação clínica. Pode ainda, ser investigada por exames laboratoriais

A intolerância alimentar é definida por Gilberti como a ausência ou deficiência de uma enzima digestiva que torna difícil ou impossível a digestão de um alimento ou grupo de alimentos. “É resultado de fatores etiológicos e fisiopatológicos, como contaminações, reações farmacológicas, tóxicas, metabólicas, neuropsicológicas ou idiossincrásicas, e que não envolve o sistema imunológico”. Ressalta que os sintomas são muito parecidos com os da resposta alérgica e esta reação pode ser congênita ou adquirida. “Pode ser decorrente da genética do indivíduo, de doenças infecciosas, de efeitos colaterais de determinados medicamen-

tos, cirurgia bariátrica, entre outros. Se persistirem os sintomas, pode ocorrer um quadro de disbiose e desencadear permeabilidade intestinal”. Gilberti frisa que a mais comum é a intolerância à lactose (abordada ao lado) e cita outras, de menor frequência, como a intolerância à frutose e à sacarose.

Avaliação clínica

O diagnóstico de intolerância alimentar segue o padrão de avaliação clínica de sinais e sintomas, informa a nutricionista. Ela enfatiza que um dos métodos mais seguros para avaliar esta reação é mediada por IgG, com princípio da metodologia Microarray (biochips de DNA) e ensaio baseado na técnica de E.L.I.S.A.

Amamentação como prevenção

A amamentação é a melhor maneira de proporcionar o alimento ideal para o crescimento saudável e o desenvolvimento dos recém-nascidos. A recomendação é da Organização Mundial de Saúde (OMS), que indica o aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida. Esta orientação é baseada nas vantagens do leite materno, pois fornece energia e os nutrientes necessários ao recém-nascido. Este alimento também promove o desenvolvimento sensor e cognitivo da criança, além de protegê-la contra doenças crônicas e infecciosas (leite materno contém linfócitos e imunoglobinas que ajudam o bebê a combater infecções), evidencia a OMS.

A amamentação exclusiva nos primeiros meses de vida diminui o risco de alergia à proteína do leite de vaca (APLV), conforme destacado no Caderno de Atenção Básica, nº 23 - Saúde da Criança: Nutrição Infantil, Aleitamento Materno e Alimentação Complementar, do Ministério da Saúde. O documento aponta que estudos mostraram que retardar a

introdução de outros alimentos na dieta da criança pode prevenir o aparecimento de alergias, principalmente naquelas com histórico familiar positivo para essas doenças. “A exposição a pequenas doses de leite de vaca nos primeiros dias de vida parece aumentar o risco de APLV”.

O estudo “O papel da nutrição no primeiro ano de vida sobre a prevenção de doenças alérgicas”, publicado pela Revista Brasileira de Alergia e Imunopatologia, da Asbai, alerta que a prevenção primária em lactentes considerados de alto risco para atopias, com base na alimentação no primeiro ano de vida, pode constituir uma importante forma de atuação na tentativa de minimizar as manifestações da doença. O artigo



aponta que até o momento não se disponibilizam tratamentos específicos (imunoterapia) para todas as formas de alergia, portanto a prevenção ainda é a melhor forma de intervenção.

“É imprescindível a identificação dos recém nascidos considerados de alto risco para doenças atópicas e o conhecimento de estratégias que reduzam a carga alérgica para este grupo, a começar pelos cuidados na alimentação no primeiro ano de vida”, ressalta o estudo.

Leite: alergias e intolerâncias

A diferenciação entre a alergia às proteínas do leite de vaca (APLV) e a intolerância à lactose, segundo as nutricionistas, é muito importante, pois os sintomas se assemelham, mas a orientação nutricional é distinta. Enquanto na intolerância pode ser possível ingerir pequenas quantidades de leite isenta de lactose, na APLV, a alimentação não deve conter leite ou derivados.

O leite é a causa mais diagnosticada, tanto de reações alérgicas quanto de intolerâncias, em crianças pequenas, asseguram as profissionais. Marlise refere que a APLV é resultante da sensibilidade a uma ou mais proteínas alimentares a mucosa intestinal permeável, onde o mecanismo é uma reação imunológica. A nutricionista Gilberto explica que, no caso de intolerância à lactose, verifica-se a ausência da enzima lactase, responsável pela digestão do açúcar do leite (lactose). “a fermentação da lactose causa sintomas como formação de gases, cólicas, estufamento, dores intestinais, e até diarreia. Não existe alergia à lactose e sim intolerância à lactose, caracterizando doença sem envolvimento do sistema imunológico”.

Dieta da exclusão

O diagnóstico da APLV é feito por meio da observação dos sintomas. Alguns exames podem ajudar, porém, de acordo com as nutricionistas, a maneira mais eficaz de saber se a criança tem

ou não esta alergia é fazer uma dieta de exclusão do leite e seus derivados por um período mínimo de 4 semanas. Quanto à intolerância, Bruna explica que, além dos sintomas clínicos, o teste de intolerância à lactose alterado representa o método diagnóstico mais comum. Ressalta que o leite não é o causador da intolerância; a resposta fisiológica adversa ao consumo de leite e alimentos que contenham lactose é resultante de características metabólicas do hospedeiro (deficiência da enzima lactase, neste caso específico).

Reações

Marlise lembra que, aproximadamente, três em cada cem crianças são alérgicas ao leite de vaca, entretanto, quase a maioria supera a alergia nos primeiros quatro anos de vida. O que não acontece nesta escala com outros alimentos que vêm na sequência do leite que são as nozes, mariscos, amendoim e clara de ovo. “As reações a esses alimentos, entretanto, têm menos probabilidade de desaparecer com o passar do tempo e podem durar a vida inteira.” A nutricionista alerta, ainda, que o leite tem sido condenado nos últimos anos por ser o provável causador de muitas doenças, entre elas alergias e câncer.

“No entanto, o leite é um alimento completo e rico, principalmente, em sais minerais como o cálcio e outros. Claro que muitas pessoas necessitam que seja retirado, mas não deveria ser uma regra geral. O que se condena é a retirada em massa de um alimento tão completo”.



“O leite é um alimento completo e rico (...) Claro que muitas pessoas necessitam que seja retirado, mas não deveria ser uma regra geral. O que se condena é a retirada em massa de um alimento tão completo”

Marlise Stefani

Tipos de intolerância à lactose

Deficiência congênita da enzima: é um defeito genético raro, no qual alguns recém-nascidos, principalmente prematuros, nascem sem a capacidade de produzir lactase. Nesse caso a intolerância à lactose é permanente.

Deficiência primária ou ontogenética: a mais comum na população. Com o decorrer da vida, existe a tendência natural à diminuição da produção da lactase em qualquer adulto, sem idade exata.

Diminuição enzimática secundária: bastante comum no primeiro ano de vida. Nesse caso, a criança tem uma deficiência temporária da enzima, devido à morte das células da mucosa intestinal, produtoras da lactase, principalmente quando há diarreia persistente. Assim, o indivíduo pode ficar com deficiência temporária até que essas células sejam repostas. Não existe um tempo exato para que isso ocorra, pois depende da resposta do organismo de cada pessoa.

Fonte: Marlise Stefani

Doença Celíaca:



A Doença Celíaca (DC) é uma enteropatia imuno-mediada, caracterizada por inflamação crônica do intestino delgado, que resulta em atrofia das vilosidades intestinais, hiperplasia de criptas e infiltração linfocitária, explica a nutricionista Gilberti Hubscher. Ou seja, a DC é incapacidade de digerir uma proteína encontrada no trigo (gliadina), conforme esclarece Marlise Stefani. “Acredita-se que essa intolerância seja um problema imunológico que afeta o intestino, e pode ter uma predisposição genética. Pode interferir na absorção de diversos nutrientes e provocar problemas de crescimento, baixo ganho de peso, diarreia ou constipação e irritabilidade. A intolerância ao glúten pode surgir logo após a introdução de produtos à base de trigo, como macarrão ou pão, na alimentação do bebê. Pode também manifestar-se duran-

ta-se que essa intolerância seja um problema imunológico que afeta o intestino, e pode ter uma predisposição genética. Pode interferir na absorção de diversos nutrientes e provocar problemas de crescimento, baixo ganho de peso, diarreia ou constipação e irritabilidade. A intolerância ao glúten pode surgir logo após a introdução de produtos à base de trigo, como macarrão ou pão, na alimentação do bebê. Pode também manifestar-se duran-

te a vida adulta.”

Quanto ao diagnóstico, Gilberti informa que os testes sorológicos tem a finalidade de detectar os níveis de anticorpos no soro de indivíduos com suspeita de DC. “Os testes usados para diagnóstico de DC incluem detecção de anticorpos IgA e IgG anti gliadina, IgA-EMA e IgA anti-tTG. O teste sorológico IgA anti-tTG é considerado o método mais sensível para o diagnóstico de DC, com sensibilidade próxima a 97%.”

Na presença de diagnóstico de DC, a exclusão do glúten na dieta é a única forma de tratamento, lembra a nutricionista Bruna Pontin. Ela destaca a importância da adesão do paciente ao tratamento dietoterápico. “Caso o indivíduo não seja capaz, alterações da estrutura intestinal (tais como atrofia e achatamento das vilosidades e inflamação da mucosa) poderão levar a importantes desordens relacionadas a absorção de nutrientes, que a longo prazo, estão relacionadas à desnutrição, anemia ferropriva, osteomalácia, osteopenia, osteoporose, infertilidade, astenia e ataxia.”

Quem deve excluir o glúten?

Questionada sobre a exclusão de glúten de dietas para pessoas que não têm DC, Bruna é enfática ao afirmar que não há evidências científicas disponíveis na literatura até o presente momento que indiquem que esta restrição possa trazer benefícios à saúde

de indivíduos que não apresentam o diagnóstico. “Ainda, estudos americanos indicam que produtos alimentares isentos de glúten contêm quantidades inferiores de tiamina, riboflavina, niacina, folato e ferro quando comparado aos seus similares contendo glúten. Assim, dietas isentas de glúten, quando mal orientadas, podem aumentar o risco de deficiências nutricionais.”

Sabe-se que muitas dietas de moda excluem o glúten objetivando a redução de peso. Novamente, a nutricionista é firme ao assegurar que alimentos isentos de glúten não são sinônimos de baixas calorias. “Ao contrário, muitos são adicionados de maiores quantidades de açúcares e gorduras como forma de melhorar a palatabilidade, o que pode representar incremento do teor calórico quando comparado às versões de alimentos similares contendo glúten.” Marlise reforça que alimentos sem glúten não têm associação com redução de calorias. “As pessoas e acham que o emagrecimento, decorrente da retirada de pães e bolos, resulta da retirada do glúten. Muitos acabam gastando verdadeiras fortunas comprando alimentos sem glúten e acabam até ganhando peso corporal.”

Gilberti no entanto, destaca que estudos indicam crescente evidência que as proteínas comuns nos cereais, fontes de glúten, podem induzir resposta imune inata, que leva à sensibilidade

Regulamentação para a rotulagem

Entre as dificuldades enfrentadas pelas pessoas com alergias e intolerâncias alimentares está a aquisição de alimentos industrializados. A lei 10674/2003 obriga que os produtos alimentícios comercializados informem sobre a presença de glúten, como medida preventiva e de controle da doença celíaca. Entretanto, ainda não há uma legislação para regulamentar a presença de outros alérgenos nos alimentos.

Em 2013 surgiu, nas mídias sociais, o movimento Põe no Rótulo promovido por famílias de pessoas com alergia alimentar. O objetivo é chamar a atenção para o tema e tornar obrigatória a rotulagem de produtos alimentares industrializados que contêm componentes alérgenos, em qualquer quan-

tidade, mesmo sendo apenas traços destes. A campanha já está com quase 80 mil acessos. (site: poenorotulo.com.br e facebook: Poe no rotulo).

Atento a estas e outras demandas da sociedade, a Anvisa realizou, em 2014, a Consulta Pública nº 29, para criar a proposta de Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) que dispõe sobre Rotulagem de Alergênicos em Alimentos.

A consulta contou com 3531 participantes. A grande maioria dos respondentes (99,43%) concordou com a proposta.



intolerância ao glúten

ao glúten e não ser indivíduo celíaco. Ainda, esta resposta pode ser estimulada por outras proteínas presentes nos cereais com glúten, e não somente atribuídas ao glúten.

Por essa razão, o termo sensibilidade ao trigo, ao centeio, a cevada, ao invés de sensibilidade ao glúten, está sendo direcionado para um termo mais apropriado, mantendo em mente que outros cereais contendo glúten podem também desencadear sintomas (Fasano A. J. Gastroenterology, 2015).

Contaminação cruzada

Outro grande problema com a produção de alimentos industrializados é o maquinário compartilhado. As indústrias precisam seguir as Boas Práticas, evitando que uma mesma máquina produza alimentos com e sem os componentes alérgenos e, assim, prevenir a contaminação cruzada. Marli-se alerta para os cuidados requeridos na produção de alimentos isentos, principalmente, de glúten ou de lactose. "Para a produção destes alimentos, o ambiente de manipulação deve ser completamente isolado de outros alimentos que possam contaminar a produção. Assim, comprar pão sem glúten, por exemplo, de uma padaria que não tenha área de manipulação separada, pode ser um sério risco".

Classificação clínica de DC

Clássica ou típica - É caracterizada por manifestações gastrointestinais, principalmente diarreia e má absorção. Essa forma é mais frequente em crianças. As manifestações podem surgir após semanas, meses, ou mesmo, anos depois da introdução de alimentos que contenham glúten. As lesões histológicas são de variável gravidade, mas frequentemente são caracterizadas por hipotrofia ou atrofia das vilosidades e variável grau de hiperplasia das criptas.

Atípica ou não clássica - pode surgir em qualquer idade, contudo, é mais frequente em adolescentes e adultos. As manifestações gastrointestinais são mínimas ou ausentes. Já as manifestações extra-intestinais são mais recorrentes, tais como: anemia ferropriva, dermatite herpetiforme, osteoporose, complicações neurológicas, abortos de repetição, infertilidade além de anormalidades na menarca e na menopausa.

Silenciosa ou assintomática - ocorre caracterização por sorologia positiva e biopsia compatível com DC, entretanto sinais e manifestações comumente associados a ela são inexistentes. Os pacientes são diagnosticados, ocasionalmente, em programas de rastreamento ou por estarem em grupos de risco para DC (portadores de doenças autoimunes ou parentes de celíacos). As principais características encontradas são: distúrbios de comportamento (irritabilidade, tendências a depressão e prejuízo no desempenho escolar), sensação de cansaço, aptidão física comprometida, fadiga crônica e redução da densidade mineral óssea. Muitos desses pacientes, apesar de não terem apresentado sintomatologia significativa antes do diagnóstico, relatam melhor disposição tanto física como emocional após o início de dieta isenta de glúten. Mas, é importante lembrar que o diagnóstico deve partir da clínica médica.

Fonte: Gilberti Hubscher



Entre os sintomas da DC estão constipação, diarreia e irritabilidade

Proposta de legislação

O projeto de RDC estabelece regras para a rotulagem de alimentos embalados que contenham fontes reconhecidas por causarem alergias ou intolerâncias alimentares em pessoas sensíveis. Esta resolução se aplicará aos alimentos, ingredientes, aditivos alimentares, coadjuvantes de tecnologia e matérias-primas embalados na ausência dos consumidores, inclusive aqueles destinados exclusivamente ao processamento industrial e os destinados aos serviços de alimentação.

A proposição elenca as fontes reconhecidas por cau-

sarem alergias ou intolerâncias alimentares, como cereais que contêm glúten (trigo, centeio, cevada, aveia e suas estirpes hibridizadas), crustáceos; ovos; peixes; amendoim; soja; leite; amêndoa, castanhas e outras sementes oleaginosas.

O texto cita que os alimentos que sejam derivados ou contenham adição intencional de ingredientes, aditivos alimentares, coadjuvantes de tecnologia ou matérias-primas derivados das fontes reconhecidas por causarem alergias ou intolerâncias alimentares independentemente da quantidade, devem trazer a declaração "Alérgicos: Contém (nomes das fontes)" ou "Alérgicos: Contém derivados de (nomes das fontes)", conforme o caso. Também regulamenta a maneira como de-

verão ser impressas nas embalagens.

A declaração dos nomes dos ingredientes por meio do emprego de terminologias técnicas ou científicas que não descrevem sua origem, como, por exemplo, caseína e albumina, embora corretos do ponto de vista técnico, segundo a Anvisa, não informam claramente ao consumidor que esses ingredientes são derivados do leite e do ovo, respectivamente.

Além disso, os requerimentos de legibilidade estabelecidos na legislação também têm se mostrado insuficientes para garantir que o consumidor consiga visualizar e ler as informações declaradas. O excesso de informações, sua localização, contraste e o tamanho das letras estão entre as principais dificuldades observadas.

TABELA NUTRICIONAL			
Porção de 200ml (um copo)			
Quantidade/ Porção			%VDI*
Energia	77Kcal=320KJ		4%
Carboidratos	8,8g		3%
Proteínas	5,8g		8%
Gorduras saturadas	2,0g		4%
Gorduras trans	1,2g		5%
Gorduras insaturadas	0g		**
Gorduras Polinsaturadas	0g		**
Ácido esteárico	9,9mg		0%
Ácido linoléico	102 mg		19%
Ácido oléico	187 mg		19%
Cálcio			

(*) % Valores Diários com base em uma dieta de 2.000kcal ou 8400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

CRN-2 marca Semana da Alimentação



Agricultura Familiar: Alimentar o mundo, cuidar do planeta foi o tema definido pela Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO) para celebrar o Dia Mundial da Alimentação em 2014. No Rio Grande do Sul esta iniciativa, que já acontece há mais de duas décadas, foi rea-

lizada de 13 a 19 de outubro.

O CRN-2 promoveu e participou de importantes atividades que integraram a Semana, juntamente com a Emater/RS-Ascar (responsável pela coordenação geral do evento neste ano), Ação da Cidadania, Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA/RS), Fórum Estadual de Segurança

Alimentar e Nutricional Sustentável (FESANS/RS) e Governo do Estado, promotores desta iniciativa no Rio Grande do Sul. O II Seminário Temático: Alimentação Orgânica: saúde do consumidor, do produtor e do meio ambiente, organizado pelo CRN-2, foi um dos destaques da iniciativa.

O lançamento oficial da Semana da Alimentação/RS, que tradicionalmente ocorre um mês antes da data comemorativa ao Dia Mundial da Alimentação, foi realizado no dia 2 de setembro, no Pavilhão da Agricultura Familiar, na Expointer. Compareceram à cerimônia diversas autoridades do setor da agricultura familiar, destacando-se, entre estas, o representante da FAO para a região Sul do Brasil, Carlos de Biasi. Também prestigiaram o evento, integrantes das instituições promotoras da semana. O CRN-2 foi representado pela vice-presidente Ivete Dornelles.

Sala de Diálogos

O CRN-2 participou da Sala de Diálogos, Confrontos e Convergências, celebração que marcou o dia 16 de outubro – Dia Mundial da Alimentação. A atividade, realizada na Assembléia Legislativa, em Porto Alegre, teve como objetivo reunir gestores públicos, representantes da academia e da agricultura familiar para debater as políticas públicas voltadas para o setor.

A presidente do CRN-2, Carmem Franco, e membros do Governo do Estado, da Emater/RS, do Consea, da Ação da Cidadania e do Fesans, participaram da mesa de abertura. O combate a extrema pobreza no meio rural,

a sucessão familiar, o acesso à alimentação adequada de povos indígenas e quilombolas e o papel da pesquisa foram temas que dominaram os debates dos representantes de instituições civis e públicas.

O material resultante deste encontro deverá ser utilizado para direcionar as discussões das várias etapas das Conferências de Segurança Alimentar que acontecerão em 2015.



Carmem Franco e representantes dos promotores da Semana da Alimentação

Praça de San

A Praça de Segurança Alimentar e Nutricional encerrou oficialmente, no dia 19 de outubro (domingo), as atividades da Semana da Alimentação 2014. A iniciativa, realizada no Parque Farroupilha, reuniu instituições gaúchas promotoras e apoiadoras da Semana da Alimentação. Este ano foram, aproximadamente, 20 instituições participantes.

O CRN-2 integrou da atividade com informações e orientações sobre alimentação orgânica. Conselheiras e nutricionistas fiscais realizaram um

atendimento ao público, tendo como apoio a Revista do CRN-2 e um folder sobre o tema, incentivando o consumo de alimentos sem agrotóxicos e a produção de hortas caseiras. O grupo também esclareceu dúvidas sobre o sistema orgânico de produção agroecológica, diferenças entre orgânicos e hidropônicos, efeitos cumulativos dos agrotóxicos e danos ao meio ambiente.

Participaram, pelo CRN-2, a presidente Carmem Franco, a conselheira secretária Ana Lize Bernardi, as coordenadoras técnica Fernanda Fiorenza, de fiscalização Maiele Lewandowski, e de comunicação Janice Benck, além dos nutricionistas fiscais Maria Beatriz Viegas e Querino Silva.

A Praça de SAN foi realizada em conjunto pelas entidades promotoras da Semana, com o apoio do SESI/RS.

A equipe do CRN-2 esclareceu dúvidas sobre alimentação orgânica



2014 com diversas atividades

Regional promove evento sobre alimentação orgânica

O CRN-2, atento a temas que precisam estar presentes na prática dos profissionais que têm no alimento seu instrumento de trabalho, realizou, no dia 17 de outubro, o II Seminário Temático: Alimentação Orgânica: saúde do consumidor, do produtor e do meio ambiente.

A programação do evento foi elaborada para possibilitar amplo debate entre os profissionais da Nutrição e de outros segmentos da sociedade sobre a atual conjuntura de consumo e produção de alimentos agroecológicos no Rio Grande do Sul. Foram convidadas para expor o tema, diversas pessoas que atuam no cenário da agroecologia.

Caminho para SAN



Francisco Milanez

“Alimentação Orgânica: o único caminho para a segurança alimentar e nutricional” foi a palestra apresentada pelo biólogo e arquiteto Francisco Milanez (foto abaixo), coordenador do Plano Rio Grande do Sul Sustentável (PRGSS). Ele fez um relato sobre o PRGSS que tem como objetivo promover ações que levem o estado a ser ambientalmente sustentável, socialmente justo, culturalmente respeitoso e economicamente viável. Milanez refletiu sobre como os homens transformaram o campo, espaço que era sinônimo de saúde, para um lugar que pode significar muita doença. O biólogo ressaltou o decreto 51.771, de agosto de 2014, que tem a finalidade de implantar, promover e articular ações compatíveis com os princípios de desenvolvimento sustentável. Ele informou que a legislação proíbe a compra, pelos órgãos da Administração Pública Estadual, de alimentos geneticamente modificados e que, na aquisição dos produtos, deverá ser priorizada a produção orgânica. A palestra foi coordenada pela presidente do CRN-2, Carmem Franco.

Relatos de Experiência

A transformação de uma vontade política em uma nova realidade para um público específico, oportunizando hábitos mais saudáveis e consumo res-

Mesa de debates, comandada por Ivete Dornelles (quinta da esquerda para direita), reuniu apresentadores dos relatos

ponsável, fundamentou a apresentação dos “Casos de sucesso - Alimentos Orgânicos na lista de compras”.

Alimentação Escolar

O primeiro relato de experiência evidenciou a iniciativa do município gaúcho de Cerrito, com a compra para a alimentação escolar de produtos da agricultura familiar. Compareceram ao Seminário, a nutricionista Renata Solé, CRN-2 2711, Responsável Técnica pela Alimentação Escolar; o prefeito de Cerrito, José Flávio Vieira de Vieira; o Extensionista Rural da Emater, Engenheiro Agrônomo Leandro Andrade da Fonseca, e a agricultora Laurete da Rosa.

Renata explicou que o resgate e a manutenção da segurança alimentar e nutricional sustentável, a valorização da produção local, o envolvimento da comunidade e uma alimentação escolar mais saudável estão entre os objetivos do programa de alimentação escolar do município. Entre os resultados desta estratégia, conforme explica a nutricionista, estão o aumento da autoestima dos agricultores e da adesão ao programa, a oferta de alimentos mais saudáveis e a boa aceitabilidade pelos alunos.

Compra pelo PAA

O segundo relato tratou sobre a iniciativa do Grupo Hospital Conceição, com a compra de alimentos produzidos pela agricultura familiar no Rio Grande do Sul, por meio do Programa de Aquisição de Alimentos (PAA). O nutricionista Artur Antônio Munch, CRN-2 2668, Coordenador do Apoio Técnico da Gerência de Administração do Hospital



Profissionais prestigiaram o seminário

Nossa Senhora Conceição - GHC/MS, informou como foi o processo da chamada pública para a aquisição dos alimentos, iniciada em janeiro de 2013.

TRF insere orgânicos

O terceiro relato apresentou a atitude diferenciada do Tribunal Regional Federal da 4ª Região, ao inserir, na licitação para o uso do seu restaurante, a obrigação de utilizar alimentos orgânicos no cardápio. A servidora do TRF4, Sabrina Fricke Duarte, do Setor de Ações Socioambientais (SETASA) e a nutricionista Márcia Regina Cupertino Barão, CRN-2 3828, responsável técnica na unidade do TRF 4ª Região, relataram a preocupação da administração com a saúde dos servidores e com compras sustentáveis. Lembraram que a obrigação é de que o restaurante sirva diariamente três tipos de salada, dois de guarnição e uma fruta, todos orgânicos.

A última mesa, coordenada pela vice-presidente Ivete Dornelles, reuniu todos os apresentadores dos relatos para um debate com o público.



CRN-2 entrega prêmios



Os prêmios Maria de Lourdes Hirschland, Destaque do Técnico em Nutrição e Dietética e Concurso Slogan, promovidos a cada dois anos pelo CRN-2, foram entregues em solenidade realizada no dia 01 de novembro de 2014. A ocasião também foi marcada pela confraternização pelo dia do nutricionista, comemorado em 31 de agosto. O bate-papo Saúde Integral (foto ao lado), foi comandado pelo médico psicoterapeuta, Mauro Pozatti, que propôs uma

reflexão sobre o conceito de saúde e sobre a importância da cultura de um povo e a sua vivência alimentar para o entendimento de hábitos adquiridos no fazer diário.

Na sequência, foram entregues os prêmios Maria de Lourdes Hirschland, Destaque do Técnico em Nutrição e Dietética e o Concurso Slogan. A cerimônia foi comandada pela nutricionista Aline Petter Schneider, coordenadora da Comissão Organizadora dos prêmios.

Prêmio Maria de Lourdes Hirschland

As nutricionistas Lucia Pereira de Souza e Elisabete Weizenmann foram as vencedoras do 5º Prêmio Maria de Lourdes Hirschland. Elas receberam o Troféu Maria de Lourdes Hirschland e mais um prêmio no valor de R\$ 1.500,00, entregues pela filha da nutricionista Maria de Lourdes Hirschland, Nara B. Hirschland e pela presidente do CRN-2, Car-

mem Franco. Lúcia conquistou o primeiro lugar na categoria Relato de Experiência com o trabalho: Diminuição de sódio em preparações na unidade de alimentação e nutrição do Hospital de Clínicas de Porto Alegre. Elisabete ficou com o primeiro lugar na categoria Pesquisa com o trabalho: Análise Microbiológica e teor de Nitrito e Nitrato em Queijos.

Prêmio Destaque do TND

As vitoriosas do 2º Prêmio Destaque do Técnico em Nutrição e Dietética foram Eva Denis da Silva Martins e Natally Gonçalves de Ávila que receberam seus prêmios, respectivamente, das nutricionistas Ana Lice Bernardi, conselheira diretora do

CRN-2, e Analú Barbosa da Silva, coordenadora do curso técnico da escola Ernesto Dornelles. "Trabalhando o desper-

dício" foi o tema que a técnica Eva conquistou o primeiro lugar. Natally ficou em segundo com o trabalho: "Desenvolvimento e Validação de um questionário de frequência para o consumo de alimentos ricos em polifenóis em gestantes".

As duas receberam o troféu Destaque do TND, o primeiro lugar R\$ 1.000,00 e o segundo R\$ 500,00.



Elisabete, Carmem, Nara e Lúcia



Eva, Ana Lice, Natally e Analú



Concurso Slogan

**"Por uma vida mais saudável.
Por um futuro sustentável"**

O aluno da PUCRS, Diego dos Santos Moretto, autor da melhor frase no 3º Concurso Slogan Alimentos Orgânicos, recebeu uma medalha e R\$ 500,00. Os prêmios foram entregues pela vice-presidente do CRN-2, Ivete Dornelles. O Curso de Nutrição da PUCRS recebeu uma placa de parabenização pela conquista do aluno. A coordenadora Ana Feoli recebeu a placa da conselheira Maurem Ramos, integrante da Comissão Organizadora dos prêmios.

Ivete, Diego, Ana e Maurem

Prêmio Maria de Lourdes Hirschland

Categoria Pesquisa

Análise Microbiológica e teor de nitrito e nitrato em queijos

“Este estudo teve como objetivo analisar a quantidade de coliformes termotolerantes, *Salmonella*, *Staphylococcus* coagulase positiva, os teores de nitritos e nitratos, pH e atividade de água, em queijos tipo prato e colonial, com inspeção municipal e estadual do Vale do Taquari - RS.

As análises microbiológicas foram realizadas em um laboratório certificado no Ministério da Agricultura. Das 24 amostras de queijos 18,2% apresentaram coliformes termotolerantes acima da legislação com Inspeção Municipal e 61,5% das amostras com Inspeção Es-

tadual. O *Staphylococcus* coagulase positiva não foi encontrado em nenhuma das amostras com Inspeção Municipal, e em 46,2% com Inspeção Estadual. A *Salmonella* não foi encontrada em nenhuma amostra.

Os teores de nitritos e nitratos se apresentaram respectivamente em 33,3% e 100% acima do limite máximo do total das amostras. Conclui-se que as amostras de queijo produzidas com Inspeção Estadual apresentaram-se mais impróprias ao consumo humano do que as de Inspeção Municipal.”

Elisabete Weizenmnn



Categoria Relato de Experiência

Diminuição de Sódio em preparações na Unidade de Alimentação do Hospital de Clínicas de Porto Alegre

“A finalidade deste trabalho foi avaliar se há diminuição de sódio em preparações que utilizam caldos naturais, em substituição aos caldos industrializados na Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) de um Hospital Escola de Porto Alegre.

Foram selecionadas doze receitas, seis de carne e seis de guarnição, que utilizavam caldos industrializados, tendo como critério a aceitação e a frequência no cardápio. Foram elaboradas as Fichas Técnicas de Preparo (FTP) e realizado o cálculo nutricional.

A partir do resultado deste trabalho, foi organizado um treinamento dos cozinheiros da UAN, ressaltando a importância da redução do sódio. Realizou-se a substituição nas FTPs que utilizavam o caldo industrializado,

pelos caldos naturais (criados a partir da realização deste trabalho) e após comparou-se o teor de sódio das preparações.

Ao comparar as FTPs das doze preparações desta UAN, constatou-se que em todas, houve a redução de sódio com a substituição de caldo industrializado pelo caldo natural. Nas carnes, a redução de sódio variou de 11,64% a 43,67% e as guarnições apresentaram diminuição de 5,02% a 52,91% de sódio.

Cabe salientar que depois deste estudo, a UAN adotou mudança nas FTPs, como a introdução de ervas frescas no tempero das carnes, buscando reduzir a oferta de sódio aos seus comensais.”

Lúcia Souza



Prêmio Destaque TND

Trabalhando o Desperdício

“O referido trabalho foi desenvolvido em 2012, na Escola Municipal de Educação Infantil Granjinha, de Cachoeirinha/RS. O projeto foi desenvolvido com o intuito de diminuir o desperdício dos alimentos, além de proporcionar a aceitação do cardápio, o conhecimento dos alimentos saudáveis, e a higienização das mãos.

Todas as refeições eram pesadas, antes e após o preparo, assim como as sobras. No final houve uma redução de 80% do

desperdício. As crianças acompanharam todo o projeto, e lhes foi mostrado em quilos de alimentos o que estava sendo desperdiçado.

O resultado foi uma alimentação mais saudável e adequada e assim contribuímos para uma sociedade mais sadia.”

Eva Denis Martins



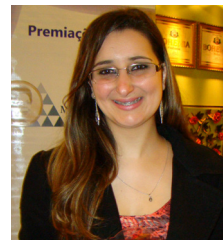
Desenvolvimento e validação de um questionário de frequência para consumo de alimentos ricos em polifenóis em gestantes

“Este trabalho apresenta um relato de experiência desenvolvido durante a coleta de dados do trabalho intitulado “Desenvolvimento e Validação de um questionário de frequência para consumo de alimentos ricos em polifenóis em gestantes”, publicado na revista *Maternal and Child Nutrition*, no ano de 2012.

O objetivo principal deste trabalho foi desenvolver e testar a repro-

duzibilidade e validade relativa de um Questionário de Frequência Alimentar (QFA) para medir a ingestão de alimentos ricos em polifenóis, relatada por mulheres grávidas, no sul do Brasil. O relato descreve o trabalho que desenvolvi durante a coleta de dados que levou ao processo de validação deste instrumento.”

Natally De Ávila



Circuito da Saúde no litoral

As praias de Tramandaí e Atlântida Sul receberam, nos dias 10 e 11 de janeiro, o IV Circuito da Saúde. A ação teve como objetivo promover e incentivar a saúde da comunidade, destacando que a prevenção é sempre a melhor opção. A iniciativa é uma promoção da Câmara da Saúde do

Fórum dos Conselhos Profissionais do Rio Grande do Sul (Fórum/RS), com o apoio do SESC/RS. A ação foi composta pelos Conselhos Regionais de Nutricionistas, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fonoaudiologia, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Medicina Veterinária e Odontologia.



Juracema e Ivete em Tramandaí



Carmem Franco durante orientação nutricional

Alimentação orgânica

O CRN-2 participou da atividade realizando orientação nutricional e divulgando a alimentação orgânica. Também foi um momento de mostrar à população a importância da atuação do nutricionista para a prevenção e manutenção da saúde. As conselheiras do CRN-2 esclareceram que os alimentos

orgânicos são produzidos sem agrotóxicos, com métodos agropecuários mais adequados e sustentáveis, resultantes de um processo socialmente justo. Participaram da atividade as conselheiras Carmem Franco, Ivete Dornelles, Ana Lize Bernardi e Juracema Daltoé.

Segundo Encontro Temático com IES

O segundo Encontro Temático foi realizado no dia 16 de agosto e teve como tema "Política de Estágio na Formação", com a palestra ministrada pela professora Alzira Maria Batista Lewgoy, do curso de Serviço Social da UFRGS.

Os participantes do evento - conselheiras do CRN-2, coordenadoras e docentes de IES públicas e privadas - realizaram um debate sobre o tema.

Um dos destaques foi a integração necessária entre aluno, professor e profissional. Também a importância de o profissional estar bem preparado para receber, instruir e supervisionar o estagiário.



Ana Lize Bernardi coordenou o evento

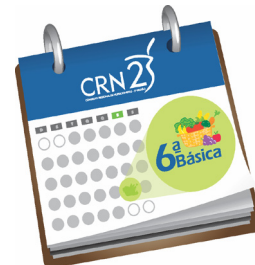
Sexta Básica completa quatro anos

O projeto Sexta Básica já faz parte do calendário oficial de eventos do CRN-2, com 29 palestras realizadas até janeiro de 2015. A iniciativa, que já está no quarto ano, conta com palestras com temas escolhidos pelos próprios participantes.

A teleconferência, que tem o apoio do SESI-RS, é presencial em Porto Alegre e retransmitida para Bagé, Caxias do Sul, Lajeado, Passo Fundo, Pelotas e Santa Rosa. Esta iniciativa está aberta a nutricionistas, técnicos em Nutrição

e Dietética, estudantes, profissionais de outras áreas, técnicos das indústrias e público em geral.

Os próximos temas serão: Nutrição em Estética, Diabetes, Nutrição Clínica, Alimentação Escolar e Nutrição em Esportes.



CRN-2 participa do Conbran

Representantes do CRN-2 participaram do XXIII Conbran 2014 (Congresso Brasileiro de Nutrição), que aconteceu de 17 a 20 de setembro, em Vitória/ES. O Conbran teve como tema central "A alimentação e a nutrição dos excessos e da fome oculta: onde estamos e para onde vamos?" A iniciativa foi promovida pela Associação Brasileira de Nutrição (Asbran), juntamente com a Associação de Nutrição do Espírito do Santo (Anes).

Conselheiras e nutricionistas fiscais do CRN-2 integraram uma extensa

agenda de atividades.

A equipe de fiscalização do CRN-2 apresentou o pôster Alimentação Escolar Privada: um olhar técnico da fiscalização.

O CRN-2 divulgou, no stand do Sistema, o Selo de Qualidade para serviços de alimentação e a Revista Nº 33, a qual destaca a produção orgânica.

A mesma foi citada em uma das palestras pela nutricionista Elaine de Azevedo, como referência para pesquisa sobre o tema, intensificando a procura pela publicação.

Reconhecimento do papel do nutricionista

Em 2014, as ações da Gestão 2013/2016 do CRN-2 transcenderam a fiscalização orientativa. Os objetivos principais foram o reconhecimento do papel do nutricionista pela população e a descentralização das ações da Comissão de Fiscalização. Para concretizar esta meta foram realizadas diversas ações como o lançamento do Selo de Qualidade, promoção de eventos e fiscalizações conjuntas.

Selo de Qualidade CRN-2

Com a finalidade de valorizar o nutricionista e empresas, visando o oferecimento de uma alimentação mais segura e adequada ao público consumidor, foi lançado em abril de 2014, o Selo de Qualidade para Serviços de Alimentação do CRN-2 "Aqui tem Nutricionista". Este reconhecimento busca estimular a inserção do nutricionista em estabelecimentos comerciais de produção de refeições, assim como a expansão do mercado de trabalho. O projeto foi apresentado a várias instituições do setor, como a Vigilância Sanitária de Porto Alegre (VISA) e a Associação Brasileira de Bares e Restaurantes (Abrasel), as quais apoiaram a iniciativa. O CRN-2 recebeu 29 solicitações e concedeu o selo para 18 estabelecimentos. Os locais que não alcançaram a porcentagem mínima de comprovações podem ainda fazer nova solicitação a fim de ser verificado se as atividades não comprovadas anteriormente foram realizadas.



Categorização de Risco dos Serviços de Alimentação

O CRN-2 participou, de 01 de setembro a 08 de dezembro, de reuniões que compuseram o Fórum de Discussão sobre a Categorização de Risco dos Serviços de Alimentação. Estes encontros, promovidos pela Equipe de Vigilância de Alimentos, da Coordenadoria Geral de Vigilância em Saúde (CGVS), tiveram como objetivo qualificar a fiscalização da VISA. Como resultado desta iniciativa, foi elaborado um instrumento para avaliação das condições higiênico-sanitárias dos estabelecimentos que fornecem alimentos. Este instrumento teve como referência os riscos de surtos de Doenças Transmitidas pelo Alimento (DTA) e a avaliação utilizada no projeto de categorização de churrascarias e galeterias.

Seminário sobre Alimentos (Im)próprios ao Consumo

O 1º Seminário Segurança Alimentar: Alimentos (Im)próprios ao Consumo foi realizado nos dias 30 e 31 de outubro pelo Ministério Público do Estado do Rio Grande do Sul (MP/RS). O evento contou com palestra do CRN-2, na qual foi destacado que alimentos seguros são aqueles que não oferecem perigo à integridade e à saúde do consumidor, ou seja, que seguem os padrões do código do consumidor. Na ocasião, foi firmado um Termo de Cooperação entre o MP e outras instituições, entre estas o Procon/RS, no qual o consumidor gaúcho conhecerá as empresas condenadas administrativamente pelo fornecimento de alimentos impróprios.

Encontro de Nutricionistas em Palmeira das Missões

Foi realizado, no dia 10 de dezembro, o Encontro de Nutricionistas da Região de Palmeira das Missões com o objetivo oportunizar uma aproximação entre os nutricionistas e com o CRN-2. O momento também foi de atualização e de intercâmbio de ideias. A programação contou com palestras sobre O Nutricionista, o Exercício Profissional e o CRN, Boas Práticas em Serviços de Alimentação com base na Portaria 78/2009 SES e a atuação do nutricionista em Saúde Coletiva, enfocando a experiência do município de Alegrete/RS.

Fiscalizações em conjunto

O Fórum dos Conselhos e Ordens das Profissões Regulamentadas (Fórum-RS) tem promovido, periodicamente, Ações Conjuntas de Fiscalização. Estes momentos também oportunizaram divulgar a importância das entidades profissionais, em função que o objetivo primordial dessas instituições é orientar, disciplinar e fiscalizar o exercício legal das profissões, garantindo a qualidade dos serviços oferecidos à sociedade. O CRN-2 tem firmado, ainda, parceria com outros conselhos profissionais gaúchos. Entre estes, destacam-se os Conselhos de Educação Física (CREF2-RS), fiscalizando academias; de Farmácia (CRF-RS) e de Engenharia e Agronomia (CREA-RS), realizando visitas fiscais nos presídios do Estado que tenham nutricionista, com a finalidade de identificar a realidade destes locais e a atividade desenvolvida pelos profissionais junto à população carcerária.

Ação conjunta de fiscalização realizada em março /2014



Projetos do CRN-2 para 2015

Ações de valorização profissional estão entre as metas do Regional

A gestão 2013/2016 tem adotado um posicionamento construtivo desde que assumiu o CRN-2. Na busca pelo reconhecimento e pela valorização profissional do nutricionista e do técnico em Nutrição e Dietética, o Regional tem se empenhado em promover atividades com temas relevantes e de interesse das categorias. Em 2014 inúmeras ações foram organizadas com foco nos profissionais e, também, na sociedade (*publicadas nesta edição da revista, nos boletins informativos e disponíveis no portal do CRN-2*).

Para 2015 as expectativas são de, novamente, executar e participar de momentos de construção das profissões e, também, aproximar o nutricionista e o técnico ao Conselho.

Destacam-se as solenidades de **entrega das carteiras de identidade profissional**, que esta gestão descentralizou e passou a realizar também no interior do estado, trazendo praticidade e agilidade aos nutricionistas. Devem ocorrer, em média, duas solenidades por mês.

Além das Sessões Solenes, a interiorização, uma responsabilidade assumida e já colocada em prática, está prevista para ser ocorrer em diferentes cidades gaúchas. Destacam-se o **II Fórum de Ética**, os encon-

tros **Temáticos com as IES, de atualização profissional, fiscalizações conjuntas**, entre outros.

O projeto **Sexta Básica** já está em seu quarto ano e tem a aprovação dos profissionais, comprovada pelas participações nas palestras. Os temas para o primeiro semestre de 2015 foram escolhidos pelos participantes (*matéria nesta edição*).

A campanha de mídia de **valorização profissional** que, em 2014, fez muito sucesso, deve retornar em 2015. O objetivo é reforçar a atuação do nutricionista como um profissional da Saúde, além de conscientizar a sociedade sobre a importância de sua atuação.

O **Dia do Nutricionista, do TND**, e a **Semana da Alimentação** são datas que estão sempre marcadas no calendário do CRN-2, com importantes eventos, campanhas de mídia e divulgação nos meios de comunicação.

É muito expressiva a participação do CRN-2 no Fórum dos Conselhos Profissionais do RS (Fórum-RS), com ações que já estão sendo efetivadas, como o **IV Circuito da Saúde**, que ocorreu recentemente, e outras



a serem concretizadas, como o **V Seminário de Fiscalização, o 1º Encontro Nacional de Agentes Fiscais (ENAF) e o 2º Encontro com os Estudantes**.

Também está previsto o lançamento, no primeiro semestre, do **Selo de Qualidade para o segmento de Cantinas Escolares**, que, a exemplo do selo para estabelecimentos comerciais lançado em 2015, precisa ter nutricionista. Um grande diferencial para as cantinas que aderirem.

Estes são alguns exemplos de ações para 2015. No decorrer do ano, o CRN-2 estará divulgando e convidando a categoria para prestigiar estes e outros momentos.

CRN-2 marca presença

- Formaturas: Unisinos (julho), Unifra, Feevale, Univates e Ufpel (agosto), Unisc, UFSM e Ufrgs (setembro), Ufcsa e Urcamp (dezembro).

- Palestras em universidades e escolas técnicas: Facebg e Escola Willy Carlos Fröhlich (julho), Unisinos (setembro), Unisinos POA, Ufrgs e PUC-RS (outubro).

- Posse AGAN-RS (08/08).
- Inauguração da sede CRO (11/08).
- Palestra "Selo de Qualidade do CRN-2" URI Erechim (26/08).

- Evento comemorativo ao Dia do Nutricionista- Ufpel (03/09).

- Troféu destaque CREF2/RS (05/09).

- IX Simpósio de Nutrição da Santa Casa de POA (05/09).

- Conbran- Vitória/ES (17 a 20/09).
- Semana do Idoso - Orientação nutricional Parque Farroupilha (28/09).

- III Seminário de Fiscalização dos CRNs da Região Sul, Florianópolis (2 e 3/10).

- Visita alunos Fadergs 1º Semestre (14 e 20/10).

- Roda de conversa sobre suplementação - Prefeitura de Rio Grande

- 1º Seminário Segurança Alimentar: Alimentos (Im)Próprios ao Consumo, MPE (30 e 31/10).

- Ato de assinatura do convênio

entre governo do estado e prefeitura de Porto Alegre com o objetivo de implantar o Restaurante Popular (18/12).

- Palestra sobre Selo de Qualidade PUCRS (24/10).

- Audiência pública para debater PL159/2014 IPE Saúde (04/11).

- Palestra sobre alimentação saudável e importância do café da manhã - Colégio Santa Inês (08/11).

- Comemoração 15 anos do CREF2/RS, orientação nutricional, Parque Farroupilha (09/11).

- Comemoração 10 anos do curso de nutrição Ufcsa (11/11).

- Seminário Alimentação escolar e agricultura familiar Cecane (14/11).