

# POLÍTICAS E AÇÕES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

INTERFACE COM A TEMÁTICA  
DA BIODIVERSIDADE

**Michele Lessa de Oliveira**

Coordenação de Alimentação e  
Nutrição – CGAN/MS  
Ministério da Saúde

# Política Nacional de Alimentação e Nutrição

## PROPÓSITO

Melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira, mediante a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis, a vigilância alimentar e nutricional, a prevenção e o cuidado integral dos agravos relacionados à alimentação e nutrição.

MINISTÉRIO DA SAÚDE



Portaria nº 2.715, de 17 novembro de 2011. D.O.U. de 18 novembro 2011.

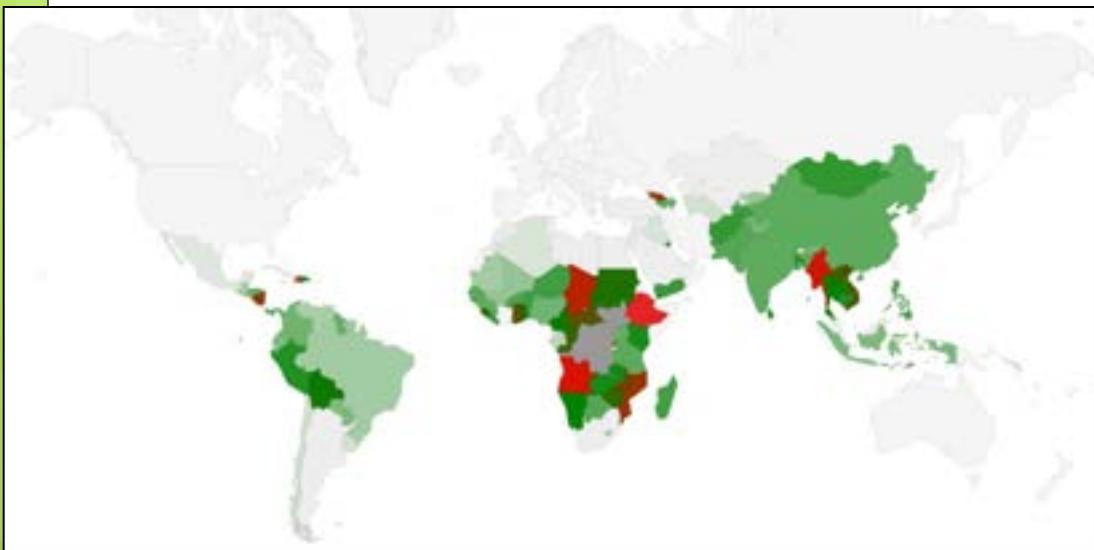
# PNAN



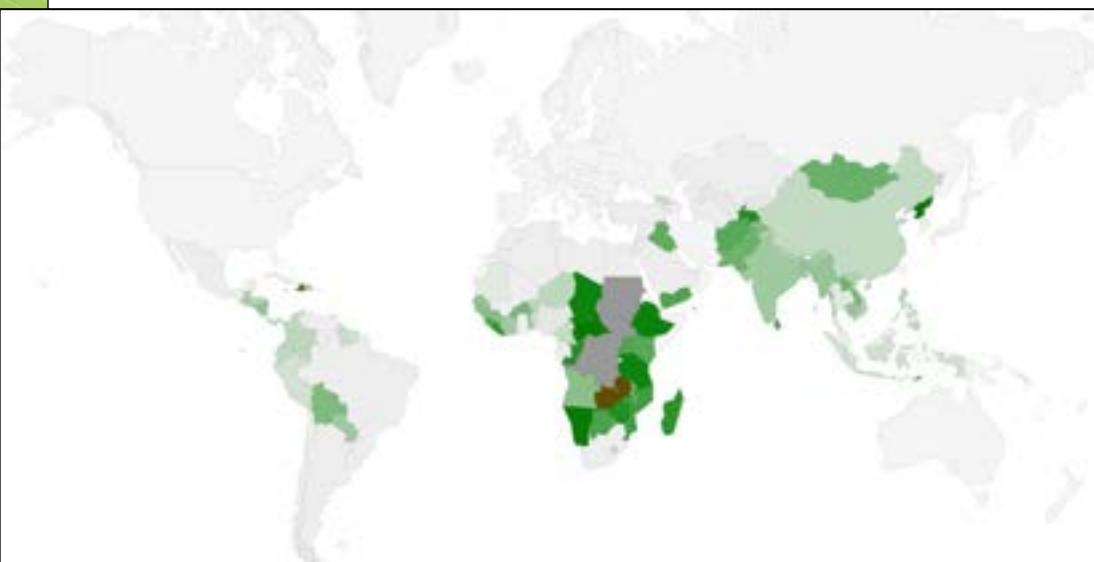
9. Cooperação e Articulação para Segurança Alimentar e Nutricional

# Mapa Mundial de Subalimentação

## Avanços recentes do Brasil



1990

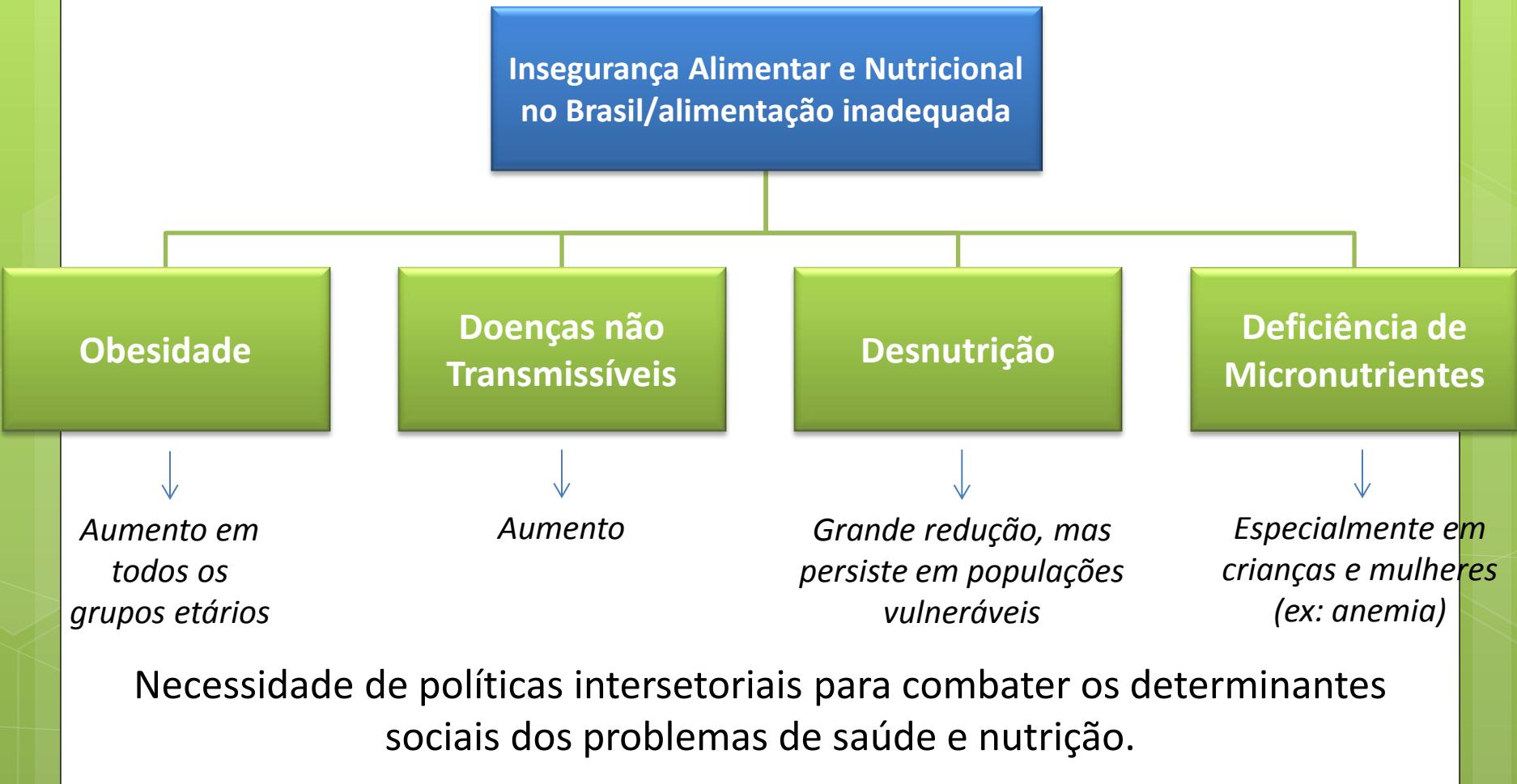


2014

Subalimentação muito baixa: < 5%  
Moderadamente baixa:  $\geq 5\%$  hasta 14,9%  
Moderadamente alta:  $\geq 15\%$  hasta 24,9%  
Alta:  $\geq 25\%$  hasta 34,9%  
Muito alta:  $\geq 35\%$   
Sem informação:

# Situação nutricional da População Brasileira

## (múltipla carga da insegurança alimentar e nutricional)



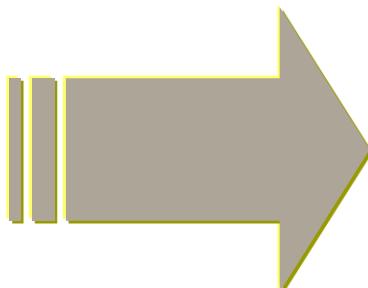
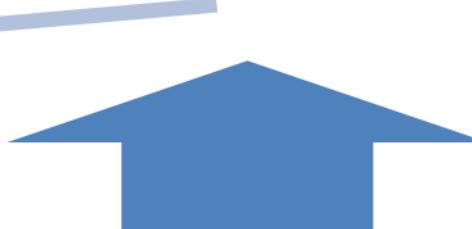
# Cenário Nutricional no Brasil

## Tendências de consumo alimentar no Brasil



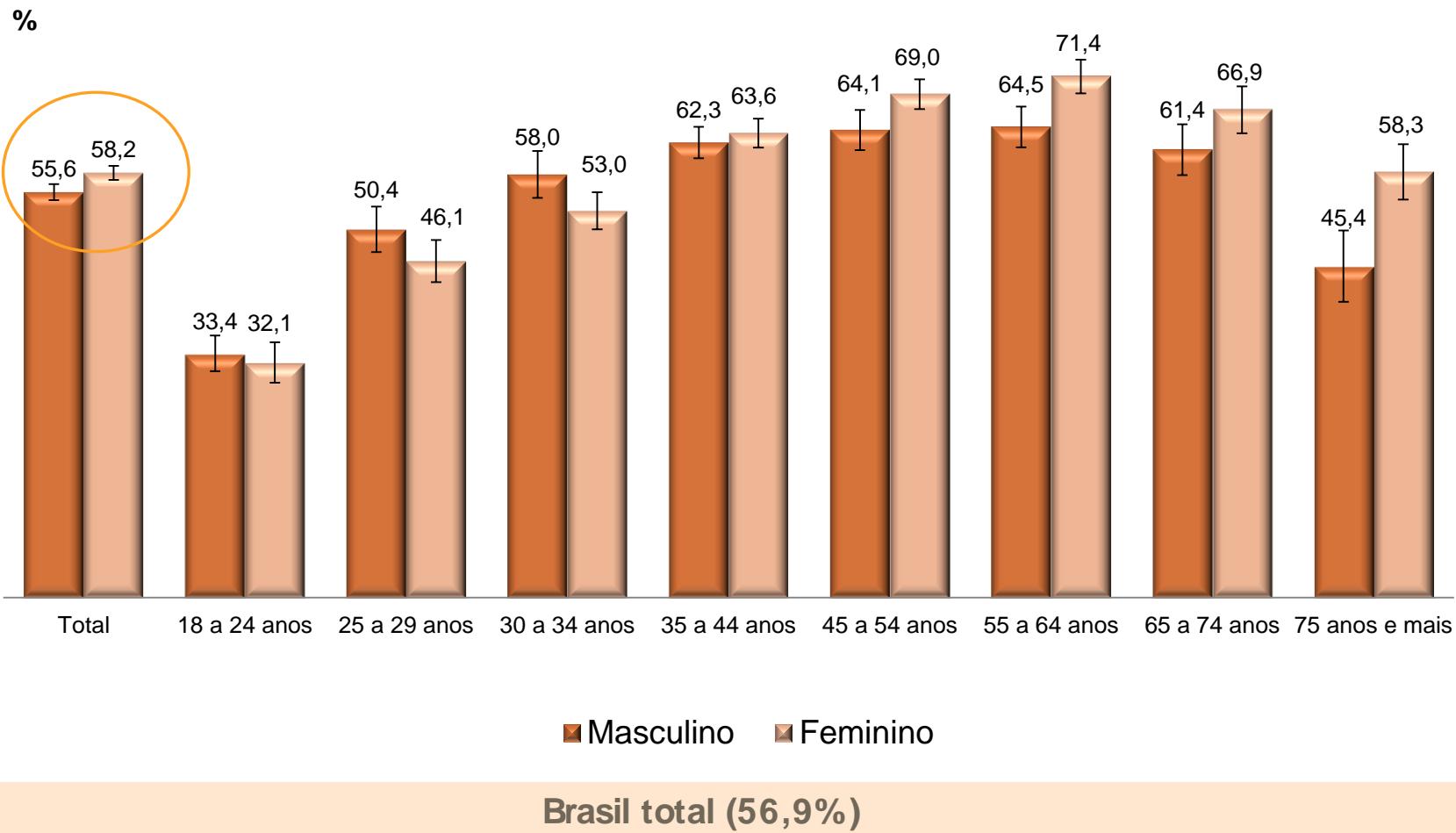
Maior participação de  
alimentos ultra processados

Redução do consumo de  
alimentos básicos

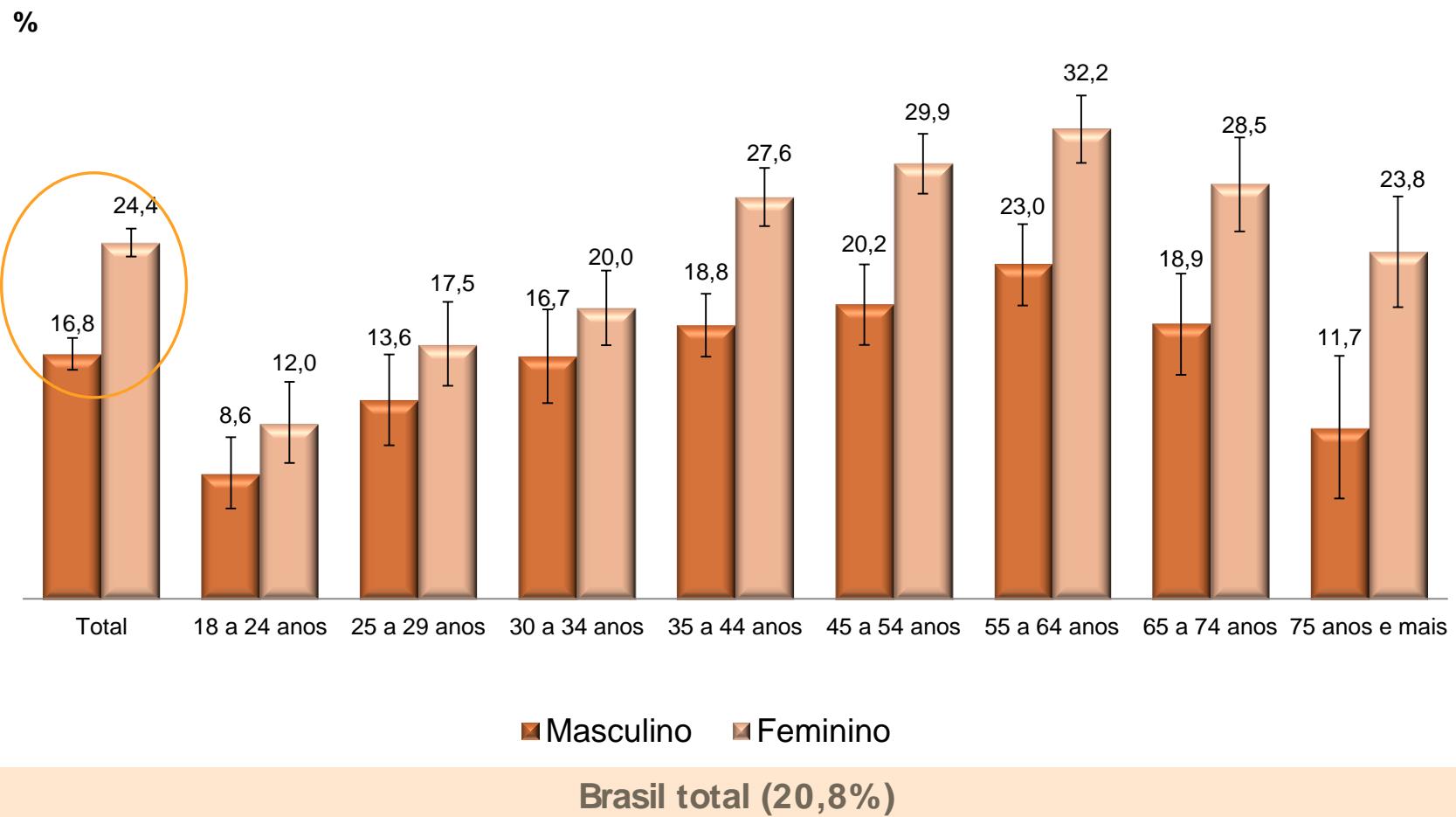


Fonte: POF 2002 – 2003 e 2008-2009.

## Prevalência de EXCESSO PESO, na população de 18 anos ou mais de idade, por sexo, segundo os grupos de idade - Brasil – Pesquisa Nacional de Saúde, 2013



## Prevalência de OBESIDADE, na população de 18 anos ou mais de idade, por sexo, segundo os grupos de idade - Brasil – Pesquisa Nacional de Saúde, 2013



# **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil - 2011-2022**

## **□ 3 eixos de ação:**

- Vigilância, informação, avaliação e monitoramento;
- Promoção da saúde;
- Cuidado integral.

## **□ Metas:**

- Reduzir a prevalência de obesidade em crianças.
- Reduzir a prevalência de obesidade em adolescentes.
- Deter o crescimento da obesidade em adultos.

## **□ Ações:**

- Implementar Guias Alimentares.
- Ações de Educação Alimentar e Nutricional.
- Estimular consumo de alimentos saudáveis como frutas, verduras e outros.
- Estimular produção orgânica e agroecológica.
- Dentre outras.



# **Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade: promovendo modos de vida e alimentação adequada e saudável para a população brasileira**

## **□ OBJETIVOS**

- Orientar e estimular, por meio de estratégias intersetoriais, ações para a prevenção e controle da obesidade na população brasileira, promovendo a alimentação adequada e saudável e a prática habitual de atividade física.

## **□ EIXOS DE AÇÃO:**

- Disponibilidade e acesso a alimentos adequados e saudáveis
- Ações de educação, comunicação e informação
- Promoção de modos de vida saudáveis
- Vigilância Alimentar e Nutricional
- Atenção integral à saúde
- Regulação e controle da qualidade e inocuidade de alimentos



# GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

Lançado em novembro de 2014, o Guia Alimentar para a População Brasileira serve como um instrumento de educação alimentar e nutricional.

## Regra de ouro

Prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados.

- Alimentação como prática social que integra diferentes dimensões: biológica, sociocultural, ambiental, política e econômica.
- Defesa da biodiversidade:
- Incentiva modos de produção social e ambientalmente sustentáveis, que não comprometam a biodiversidade → evitar consumo de ultraprocessados.
- Estímulo ao consumo de alimentos in natura predominantemente de origem vegetal.
- Estímulo da agricultura familiar e da economia local.



# Dez passos para uma alimentação saudável

1. Fazer de alimentos *in natura* ou minimamente processados a base da alimentação.

2. Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias.

3. Limitar o consumo de alimentos processados.

4. Evitar o consumo de alimentos ultraprocessados.

5. Comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia.

6. Fazer compras em locais que ofertem variedades de alimentos *in natura* ou minimamente processados.

7. Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias.

8. Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece.

9. Dar preferência, quando fora de casa, a locais que servem refeições feitas na hora.

10. Ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais.



## GRUPO DOS FEIJÕES



## GRUPO DOS CEREAIS



## GRUPO DAS RAÍZES E TUBÉRCULOS



## GRUPO DOS LEGUMES E DAS VERDURAS



## GRUPO DAS FRUTAS



## GRUPO DAS CASTANHAS E NOZES



## GRUPO DO LEITE E QUEIJOS



## GRUPO DAS CARNES E OVOS



## ÁGUA



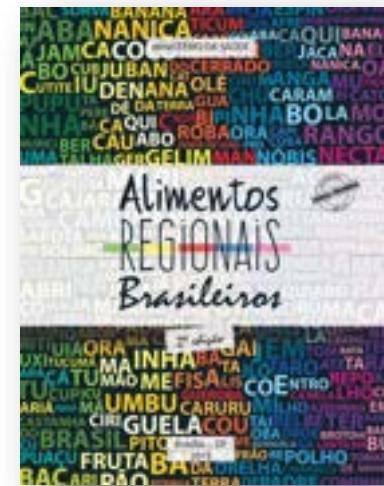
# Alimentos Regionais Brasileiros

Em parceria com a Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa), Ministério do Meio Ambiente, instituições de ensino, pesquisadores e profissionais de saúde; participação do BFN.

**Divido por regiões**, inclui frutas, hortaliças, leguminosas, tubérculos, raízes e cereais, farinhas e preparações, ervas e condimentos e temperos típicos.

**Público-alvo**: Famílias, pessoas cujo trabalho envolve a promoção da saúde da população – profissionais de saúde, agentes comunitários, educadores.

**Promover a alimentação saudável envolve mais do que a escolha de alimentos adequados, relacionando-se com a defesa da biodiversidade de espécies, o reconhecimento da herança cultural e o valor histórico do alimento e o estímulo à cozinha típica regional.**



MURICI

Name classifier: Bryozoan sp.

**Nome popular:** douradinha-falsa, mirici, muricizinho, orelha-de-burro, orelha-deveado, se-

### Origins: Am-

**Caracter**  
estados de Mat  
países (Brasil, Ale  
americana quando  
em sacerdotes, entre  
altos teóres de c

Wheat-cult  
dishes, Biscuits, &  
Wool &  
pharmaceutica.

### Tabela 19 - Análise de Energia

WATTS AND TAN

BOKO-HUMU-

**TIPO DE PREPARAÇÃO:  
DESJEJUM/COLAÇÃO/  
LANCHE**

| Ingredientes                       | Peso bruto | Máscara comestível   | Informações nutricionais                          |
|------------------------------------|------------|--|---|
| Morango                            | 25 g       | 2 colheres de chá  | PARA 100g DE FRUTA<br>Calorílias: 10,0 (116 kcal) |
| Água                               | 10 ml      | 2 colheres de café   | Valor energético: 19,11                           |
| Ágar                               | 2 g        | 1/100 colher de chá  | Carboidratos: 1,04                                |
| Manteiga                           | 60 g       | 2 colheres de sopa cheias                                  | Proteínas: 1,03                                   |
| Suco                               | 11 g       | 2 colheres   | Gorduras totais: 1,03                             |
| Farinha de trigo                   | 23 g       | 2 1/2 colheres de chá                                      | Gorduras saturadas: 1,00                          |
| Farofa química                     | 87 g       | 10 colheres de sopa  | Gorduras trans: 0,00                              |
| Manteiga com sal + farofa de trigo | 15 g       | A quantidade suficiente para untar e polvilhar a assadeira | Máter: 0,75                                       |
| <br>Biscoitinhos:                  | <br>200 g  | <br>14 porções   | <br>100,0   |
| Pó de leite                        | 10 g       | 1 colher medida  |   |

## 4 Biodiversidade para a alimentação e nutrição

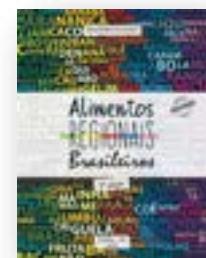
O uso e a inovação da biotecnologia na alimentação e na agricultura continuam a ser tema de controvérsia. De fato, o uso da biotecnologia na agricultura (com a introdução das plantas transgênicas) e na alimentação (com a introdução de bactérias e vírus modificados) é um tema de debate entre os produtores de alimentos e os defensores da natureza. Essa controvérsia é resultado de um debate de 30 anos de história da agricultura, pecuária, pesca e silvicultura, sendo essencial para a estrategia industrial da biotecnologia, que envolve a produção de alimentos, cosméticos, farmacêuticos e bioprodutos, entre outros produtos. A pesquisadora é, assim, uma das principais fundadoras da matemática e possui relevantes potenciais de uso econômico, social, cultural e ambiental.

Assim, há mais de 10 mil anos, agricultores, povos indígenas e povos e comunidades tradicionais de todo o mundo têm utilizando e manejando a biodiversidade, cultivando e domesticando espécies integradas a animais, criando variedades e raças que não existem apenas na natureza, desenvolvendo, assim, diversas tecnologias sociais, que fornecem formas de agricultura e conhecimentos associados ao flore e à fauna da biodiversidade (PACHECO, 2013).

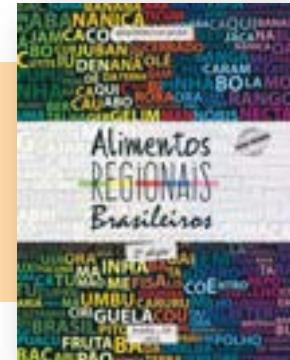
Apesar dessa diversidade de expectativas quanto ao estabelecimento, na natureza, uma paixão preposta dessa diversidade é utilizada para os humanos, para os animais. Isto, é, esse se reflete, por exemplo, na busca de um ambiente que possa ser considerado mais favorável e favorável ao seu crescimento, ao seu desenvolvimento. Entretanto, a produção mundial de alimento é resultado de um número muito reduzido de espécies, espécies que, de fato, é menor ainda, e é essa que apreende cerca de 15 espécies. Nesse sentido, de fato, a energia necessária para os humanos deve ser proveniente (diretamente ou indiretamente) de um número muito menor, e, consequentemente, essa energia deve ser obtida de um número menor de espécies. Isso significa que, para a sobrevivência humana, é necessário que exista uma diversidade de espécies que possam fornecer energia para os humanos, e essa diversidade deve ser obtida de um número menor de espécies.

Resposta em relação a esse resultado: numeros de espécies que formam a base da alimentação da avifauna, incluindo aquelas que já sofremem profundo processo de domesticação, é

- Características, uso culinário, curiosidades;
  - Composição nutricional;
    - Foto de preparação culinária;
    - Receita e valor nutricional da preparação.



## Contemplou 63% das espécies nativas da sociobiodiversidade brasileira de valor alimentício



Açaí, Araticum, Araçá, Bacaba, bacuri, baru, Beldroega, Buriti, Cagaita, Caju, Caju-do-Cerrado, Camu-camu, Castanha do Brasil, Chichá, Croá, Cubiu, Cupuaçu, Fisalis, Guabiroba, Jabuticaba, Jaracatiá, Jatobá, Jenipapo, Juribeba, Macaúba, Major-Gomes, Mangaba, Maracujá, Murici, Ora-pronobis, Pequi, Pêra-do-Cerrado, Pinhão, Pitanga, Pupunha, Taioba, Tucumã, Umari, Umbu.

# Campanha Promoção da Saúde “Da saúde se cuida todos os dias”

IAL > ASSUNTOS > INCENTIVO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL > NOTÍCIAS > PRODUTOR ORGÂNICO: PARCEIRO DA NATU

## NOTÍCIAS

### Produtor orgânico: Parceiro da natureza na promoção da vida

Incentivo à Alimentação Saudável

ASSUNTOS > INCENTIVO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL > NOTÍCIAS > CHIMIA DE FIGO

## NOTÍCIAS

### Chimia de figo

Incentivo à Alimentação Saudável

ASSUNTOS > INCENTIVO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL > NOTÍCIAS > ARROZ COM BARU

## NOTÍCIAS

### Arroz com baru

Incentivo à Alimentação Saudável

BRASIL | Acesso à Informação | Fale conosco | Sobre o site | Sobre a Saúde | Sobre o Instituto | Sobre o Conselho | Acessibilidade | Alto Contraste | Início do site | Buscar no portal |

## Promoção da Saúde - SUS

MINISTÉRIO DA SAÚDE

[Incentivo à Alimentação Saudável](#)

ASSUNTOS > INCENTIVO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL > NOTÍCIAS > INCENTIVO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



## TEMAS

### Incentivo à Alimentação Saudável

Incentivo à Redução do Consumo de Álcool

Incentivo à Atividade Física

Controle do Tabagismo

 **Incentivo à Alimentação Saudável**  
Promoção da Saúde - SUS

As recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira, do Ministério da Saúde, servem para estimular a adoção de práticas alimentares saudáveis à fim de promover a saúde da população e contribuir para a prevenção de doenças como a obesidade, diabetes e outras doenças crônicas. O Guia Alimentar traz recomendações sobre a escolha, preparo e consumo dos alimentos, além de promover um sistema alimentar saudável e ambientalmente sustentável, ampliar a autonomia nas escolhas alimentares, estimular o ato de comer e a comensalidade de forma prazerosa e saudável. A REGRAS DE OURO do Guia é preferir sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados.

**10 VÍDEOS**  
SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA VOCÊ SABOREAR



# Divulgação na mídia



**Alimentos Regionais Brasileiros**



**O Guia da Melhor Comida**

# PARA QUE SERVE O GUIA DE ALIMENTOS REGIONAIS?

Ele busca resgatar e despertar o interesse para a grande quantidade de alimentos contribuintes para a alimentação. É um guia que pode ser usado para a busca de informações sobre os alimentos, suas propriedades e benefícios para a saúde, entre outros assuntos.

## QUIZ: QUAL OPÇÃO É MELHOR? CAFÉ DA MANHÃ



### FALTA DE TEMPO? PRATICIDADE?

CONFIRA ALGUMAS DICAS SOBRE COMO SE ALIMENTAR BEM NESTAS CIRCUNSTÂNCIAS:

- Conheça os locais mais próximos de casa que comercializam alimentos in natura ou minimamente processados.
- Separe um tempo para a higienização e portionamento de frutas e verduras, para que, no decorrer da semana, a preparação das refeições seja mais rápida e prática.
- Tenha sempre em casa frutas frescas, iogurtes naturais, leites, frutas secas e castanhas para os lanches.
- Dê preferência a restaurantes do tipo self-service, onde há mais opções de alimentos in natura ou minimamente processados quando as refeições principais forem feitas fora de casa.



**Blog**

**Blog saude.minsaude.gov.br**

**SUS**

**saude.minsaude.gov.br**

# Plano Nacional de Agroecologia e Produção Orgânica II (PlaNAPO II)

## Eixo de Comercialização e Consumo

**OBJETIVO:** fortalecer e ampliar o consumo dos produtos orgânicos de base agroecológica e da sociobiodiversidade com ênfase nos circuitos curtos de comercialização, mercados institucionais, compras governamentais e mercados nacionais e internacionais.

### INICIATIVA DE RESPONSABILIDADE DO MS:

Implementar as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira, reforçando o consumo de alimentos regionais e as práticas produtivas sustentáveis que respeitem a biodiversidade.



# Material PSE - UERJ

- Carta-Acordo para elaboração de materiais de apoio para a promoção da alimentação saudável em escolas.
- Objetiva ampliar a discussão sobre alimentação saudável no ambiente escolar, estabelecendo relações com diferentes aspectos dos parâmetros curriculares e valorizando a transversalidade do tema alimentação
  - **Cadernos de Educação Infantil e Ensino Fundamental para professores e profissionais de saúde.**
  - **Livreto amamentação e alimentação complementar para Gestores.**
  - **Vídeos.**
- Contribuições do MMA na revisão dos roteiros dos vídeos e dos materiais.



# Material UFMG

- Carta-Acordo para desenvolvimento de materiais de promoção da alimentação adequada e saudável para apoiar profissionais de saúde.
  - **Livro de receitas “Na Cozinha com as Frutas, Legumes e Verduras”;**
  - **Instrutivo: metodologias de trabalho em grupo das ações de alimentação e nutrição na atenção básica;**
  - **Desmistificando as dúvidas mais comuns sobre alimentação e nutrição.**



# Participação do MS na organização da Campanha Brasil Saudável e Sustentável (BRASS) do MDS

- **Objetivo:** desenvolver estratégias de promoção e de educação da alimentação saudável e sustentável para população a fim de facilitar a adoção de boas práticas alimentares e favorecer o acesso a produtos baseados em práticas produtivas adequadas e sustentáveis, como os alimentos orgânicos, agroecológicos e os da agricultura familiar.
  - Ênfase das atividades no RJ, por ocasião dos Jogos Olímpicos 2016.
  - Incentivo ao consumo de alimentos saudáveis, especialmente aqueles produzidos localmente;
  - Fortalecimento das ações de educação alimentar e nutricional nas redes públicas de educação, saúde e assistência;



## **Avanços nos marcos políticos para prevenção e controle da obesidade e promoção da alimentação adequada e saudável.**

- **Mercosul/RMS/Acordo nº 03/15 – Recomendação de Políticas e Medidas Regulatórias para Prevenção e Controle da Obesidade**
  - Promover o consumo de alimentos locais de alto valor nutritivo resgatando alimentos e práticas culturais sustentáveis.
- **Decreto nº 8.553/2015 - Pacto Nacional para Alimentação Saudável**
  - Diretriz II: Fomentar o acesso a alimentos de qualidade e em quantidade adequada, considerando a diversidade alimentar e aspectos sociais e culturais da população brasileira;
  - Eixos
    - I: Aumentar a oferta e disponibilidade de alimentos saudáveis, com destaque aos provenientes da agricultura familiar, orgânicos, agroecológicos e da sociobiodiversidade;
    - II - reduzir o uso de agrotóxicos e induzir modelos de produção de alimentos agroecológicos;

# Ações futuras

- **Ampliação da divulgação e disseminação do Alimentos Regionais Brasileiros e Guia Alimentar.**
  - Impressão de novos exemplares, Guia de Bolso, folders...
  - Elaboração de folders, publicações para redes sociais, vídeos...
- **Manual de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável para a prevenção e controle das carências nutricionais específicas [em andamento]:**
  - Abordagem alimentar.
- **Exposição itinerante sobre alimentação saudável:**
  - Perspectiva crítica e ampliada da alimentação: da produção à mesa;
  - Incentivo à alimentação regional;

# OBRIGADA

*Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição*

*CGAN/ DAB / SAS/ Ministério da Saúde*

*SAF Sul, Quadra 2, Lote 5/6, Edifício Premium - Torre II, Auditório, Sala 8*

*70070 - 600 - Brasília-DF*

E-mail: [cgan@saude.gov.br](mailto:cgan@saude.gov.br)

(61) 3315-9004