

**Universidade de São Paulo
Faculdade de Saúde Pública**

**Comensalidade entre frequentadores de um centro
de referência para idosos no município de São José
dos Campos-SP**

Vanessa Laís Cardoso Ferreira

**Trabalho apresentado à disciplina
Trabalho de Conclusão de Curso II – 0060029,
como requisito parcial para a graduação
no Curso de Nutrição da FSP/USP.**

Orientadora: Prof. Dra. Patrícia Constante Jaime

**São Paulo
2019**

Comensalidade entre frequentadores de um centro de referência para idosos no município de São José dos Campos-SP

Vanessa Laís Cardoso Ferreira

**Trabalho apresentado à disciplina
Trabalho de Conclusão de Curso II – 0060029,
como requisito parcial para a graduação
no Curso de Nutrição da FSP/USP.**

Orientadora: Prof. Dra. Patrícia Constante Jaime

**São Paulo
2019**

AGRADECIMENTOS

À minha mãe Edilene, por todo suporte para que eu consiga alcançar meus sonhos, e por ser meu maior exemplo e inspiração de mulher independente e estudiosa.

Aos familiares que sempre torcem por mim, se alegram com as minhas conquistas e são meu apoio diante das dificuldades da vida.

Às amigas que esta graduação me proporcionou: Annelise, Gabriela, Mirna, Nayara e Paola. Sem elas tudo seria mais complicado, são amigas que exercem a empatia, estimulam uma a outra e compartilham conhecimento. Morar em São Paulo ficou divertido com a presença delas.

À Profa. Cláudia Bógus, pelo apoio em todos os anos da graduação. Participar do grupo de pesquisa e me envolver em seus projetos foi muito importante para o meu desenvolvimento profissional, pessoal e à minha permanência estudantil.

À minha orientadora e grande referência profissional, Patrícia Jaime, de quem ganhei meu exemplar do Novo Guia Alimentar, pelo privilégio de ter sido sua aluna, e por ter me acolhido e auxiliado na conclusão da graduação em meio as minhas dificuldades.

Aos idosos da Casa do Idoso Leste, que se prontificaram a participar desta pesquisa, pela confiança que me foi concebida e leveza na coleta de dados.

Refletir sobre o envelhecimento é, acima de tudo, pensar no outro. No entanto, no caso do envelhecimento, pensar no outro implica pensar em um sujeito que um dia seremos, ou até já somos (DEBERT, 2014).

Ferreira, VLC. Comensalidade entre frequentadores de um centro de referência para idosos no município de São José dos Campos-SP. [Trabalho de Conclusão de Curso - Curso de Graduação em Nutrição]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2019.

RESUMO

Com a crescente expectativa de vida do brasileiro, a população idosa não apenas aumentou em número, mas, também ocorre um envelhecimento desta população, acarretando cada vez mais em um percentual maior de idosos nas faixas etárias mais elevadas. A alimentação saudável é considerada uma das orientações mais importantes para um envelhecimento com uma boa qualidade de vida, juntamente com a prática regular de atividades físicas. Entretanto, o conceito de alimentação saudável vem se modificando nos últimos anos, e, atualmente, sabe-se que a alimentação saudável vai além do consumo de nutrientes adequados e em quantidade suficiente. Dentre as orientações do Novo Guia Alimentar para a População Brasileira, a comensalidade aparece como uma prática importante para uma alimentação adequada e saudável. A pesquisa teve como objetivo investigar como se dá a prática da comensalidade em idosos frequentadores das atividades da Casa do Idoso, unidade Leste, no município de São José dos Campos - SP, de acordo com as três orientações básicas do guia alimentar para a população brasileira. O presente trabalho refere-se a um estudo transversal, no qual foram utilizados previamente dados quantitativos para obter o perfil do entrevistado, seguidos de uma abordagem qualitativa por meio de um entrevista semi-estruturada. Para que se pudesse obter uma análise fidedigna dos resultados das entrevistas, estas foram transcritas, e passadas por codificação, com o auxílio do software MAXQDA de análise de dados qualitativos, e do programa Microsoft Excel 2010. Foi possível compreender a importância de espaços coletivos na terceira idade, promovendo a reintegração social, que acaba por estimular o ato da comensalidade, que, fora do âmbito da Casa do Idoso, se mostrou comprometida, entre outros aspectos, com sua maior dificuldade em seguir as orientações de comer acompanhado, devagar e com atenção.

Palavras-chave: Comensalidade; Comportamento alimentar; Guia alimentar; Hábitos alimentares; Saúde coletiva; Saúde do idoso.

SUMÁRIO

1.RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO - TCC.....	7
2.INTRODUÇÃO	8
3. OBJETIVOS	10
3.1. Objetivo Geral	10
3.1. Objetivo Específico.....	10
4. MÉTODOS	10
4.1. Técnica de pesquisa utilizada	10
4.2. Cenário do estudo e público-alvo	11
4.3. Análise dos dados	13
4.4. Aspectos Éticos.....	13
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO	15
5.1. Perfil do entrevistado.....	15
5.2. Comer em ambientes apropriados	17
5.3. Comer com regularidade e com atenção.....	18
5.4. Comer em companhia	20
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
7. IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA NO CAMPO DE ATUAÇÃO.....	24
8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25
9. ANEXOS	28
9.1. Anexo 1- Roteiro para a entrevista.....	28
9.2. Anexo 2 - Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE)	29
9.3. Anexo 3 – Autorização de pesquisa da Prefeitura de São José dos Campos..	31
9.4. Anexo 4 – Parecer Consubstanciado do COEP	32

1. RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO - TCC

Aluno		Nº USP
Título do TCC		
Local da defesa		Data____/____/____

Banca Examinadora		
Examinador 1		Nº USP
Examinador 2		Nº USP
Orientador		Nº USP

Após a apresentação do Trabalho de Conclusão de Curso, de acordo com as diretrizes para elaboração do TCC do Curso de Nutrição da FSP/USP, a Banca Examinadora passou à arguição pública e, encerrados os trabalhos, os examinadores deram o parecer final:

(Examinador 1) Nota:_____

(Examinador 2) Nota:_____

(Orientador e Presidente da Banca) Nota:_____

Assim, a Banca Examinadora recomenda () / não recomenda () a publicação deste trabalho na Biblioteca Digital de Trabalhos Acadêmicos (BDTA) da USP, de acordo com a Resolução CoCEX-CoG nº 7497, de 09 de abril de 2018.

Resultado Final: Nota: _____ [] Aprovado [] Reprovado	_____ Nome do Responsável pelo Relatório
--	--

2. INTRODUÇÃO

Com a crescente expectativa de vida do brasileiro, a população idosa não apenas aumentou em número, mas, também ocorre um envelhecimento desta população, acarretando cada vez mais em um percentual maior de idosos nas faixas etárias mais elevadas. Com isso, aumentou a preocupação em torno da população idosa além do âmbito da prevenção e cura de doenças, mas, olhando com mais atenção aos preceitos da promoção da saúde (VERAS, 2004).

A Promoção da Saúde - PS, foi conceituada pela Organização Mundial da Saúde - OMS, através da Carta de Ottawa em 1986, como um processo com o intuito de: “Proporcionar às pessoas os meios necessários para melhorar sua saúde e exercer um maior controle sobre a mesma”, buscando um maior bem-estar através do empoderamento e da participação social (DERNTL e WATANABE, 2009).

Entre as diversas mudanças que ocorrem na terceira idade, é muito comum que ocorra a perda do cônjuge, fato muito frequente entre mulheres, pois essa população possui uma maior longevidade em relação aos idosos do sexo masculino. Nessa perspectiva, é muito importante que ocorra a inserção dos idosos em espaços comunitários (ASSIS, 2004).

A “Casa do Idoso” é um projeto da Prefeitura de São José dos Campos que e funciona como um centro de referência para idosos, oferecendo atividades sociais, de educação, esporte, lazer, cultura e atendimentos preventivos em saúde. O Município conta com 4 unidades da Casa do Idoso, distribuídas entre as regiões Centro, Norte, Leste e Sul da cidade. Para frequentar as suas atividades é preciso ter a idade mínima de 60 anos e ser residente do município, especificamente para realizar as atividades esportivas, é necessário a apresentação de um atestado médico que comprove a aptidão para o exercício físico. Atualmente, a unidade da região leste atende cerca de 1500 idosos(as), a maioria composta pelo sexo feminino (PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS, 2019).

A alimentação saudável é considerada uma das orientações mais importantes para um envelhecimento com uma boa qualidade de vida, juntamente com a prática regular de atividades físicas. Entretanto, o conceito de alimentação saudável vem se modificando nos últimos anos, e, atualmente, sabe-se que a alimentação saudável vai além do consumo de nutrientes adequados e em quantidade suficiente (PRADO

e TAVARES, 2004).

O ato de conviver à mesa e compartilhar as refeições é o que chamamos de Comensalidade. Essa prática refere-se ao modo como nos alimentamos e suas implicações, ou seja, sabe-se que a duração das refeições, a concentração, o local e a companhia, são exemplos de fatores que influenciam na obtenção de um melhor aproveitamento dos alimentos, e que a prática da comensalidade está associada inclusive ao maior prazer ao realizar a alimentação (MOREIRA, 2010).

O Guia Alimentar para a População Brasileira, lançado pelo Ministério da Saúde em 2014, traz recomendações para uma alimentação adequada e saudável, entre as quais a Comensalidade aparece como uma prática importante para um melhor bem-estar, pois as dimensões do ato de comer propiciam benefícios como um melhor aproveitamento e digestão dos alimentos, maior prazer e controle na quantidade ingerida, além de ampliar a interação social com amigos e familiares.

Em seu capítulo intitulado: “O ato de comer e a comensalidade”, o Guia realiza três orientações básicas para exercer a comensalidade: comer com regularidade e com atenção; comer em ambientes apropriados; e comer em companhia. Segundo o material, essas recomendações possuem maior adesão e melhores resultados quando adotadas em conjunto, pois estão diretamente relacionadas, uma vez que a regularidade demanda de um ambiente alimentar adequado, o qual favorece a atenção e o comer em companhia, que por sua vez, evita que comamos muito rapidamente (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Nas práticas alimentares contemporâneas, é notável que cada vez mais dedica-se menos tempo para o preparo e consumo de alimentos, vários aspectos estão relacionados a isso, como o aumento da disponibilidade de produtos industrializados nos supermercados e a grande influência do meio publicitário na divulgação desses produtos, a maior oferta de estabelecimentos que servem alimentos prontos para o consumo, incluindo as redes “fast food”, e consequentemente, pela crescente individualização da alimentação, que desestimula o preparo de refeições (GARCIA, 2003).

O comportamento alimentar e a ausência da prática da comensalidade, pode ser um fator determinante na saúde de idosos, que é um grupo classificado como vulnerável e com maior risco de desenvolver distúrbios nutricionais, como desnutrição, obesidade e consequentemente Doenças Crônicas Não Transmissíveis

- DCNT, como por exemplo: hipertensão arterial, diabetes melito e dislipidemias (MARUCCI, ROEDIGER E SANTOS, 2014).

Justifica-se, assim, a importância de estudar os indivíduos na terceira idade, com intuito de compreender a alimentação e seus determinantes, viabilizando a implementação de novas políticas públicas e do aperfeiçoamento de estratégias de intervenção em alimentação, assim como a formação de profissionais qualificados e o aperfeiçoamento dos serviços de saúde para que proporcionem o acolhimento apropriado aos idosos (MENEZES et al, 2010).

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivo Geral

Investigar a ocorrência e a prática da comensalidade em idosos frequentadores de uma unidade da Casa do Idoso no município de São José dos Campos.

3.1. Objetivo Específico

Investigar a comensalidade de acordo com as três orientações básicas do Guia Alimentar para a População Brasileira: comer com regularidade e com atenção; comer em ambientes apropriados; e comer em companhia, descritas no capítulo “O ato de comer e a comensalidade”, buscando compreender os aspectos relacionados à essas práticas e seus possíveis benefícios para indivíduos na terceira idade.

4. MÉTODOS

4.1. Técnica de pesquisa utilizada

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, em que foi aplicada a técnica de entrevista, caracterizada pela sua forma de organização, como uma conversa com finalidade de produção de conhecimento. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas, onde a articulação das perguntas possibilita discorrer sobre um assunto sem se prender às questões formuladas, entretanto, mantendo um direcionamento para a conversa (MINAYO, 2008).

A modalidade de entrevista é considerada pertinente quando um pesquisador busca informações que permitam conhecer melhor o seu objeto de estudo, suas atitudes, seus sentimentos, e os valores subjacentes ao seu comportamento (BONI,

2005; RIBEIRO, 2012).

As referências deste trabalho foram obtidas a partir de um levantamento bibliográfico prévio no Sistema Dedalus (Catálogo Coletivo das Bibliotecas da USP) e nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Pubmed (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online - Medline), utilizando-se as palavras-chave: “comensalidade”, “comportamento alimentar”, “guia alimentar”, “hábitos alimentares”, “nutrição comportamental”, “pesquisa qualitativa”, “promoção da saúde”, “saúde coletiva”, “saúde do idoso”, “saúde pública”, “reintegração social” e “técnica de entrevista”, nas línguas portuguesa e inglesa, sem limitação temporal.

Após o levantamento bibliográfico nas bases de dados, procedeu-se a seleção das referências de maior interesse, segundo uma análise dos títulos e resumos que mais se articulavam com o objetivo do presente estudo. Verificou-se que, embora seja uma temática crescente na ciência da nutrição, ainda são poucos os estudos que abordam a temática da comensalidade e seus aspectos, o que foi um dos motivos e incentivos para a elaboração deste estudo.

4.2. Cenário do estudo e público-alvo

O município de São José dos Campos está localizado no interior do estado de São Paulo, distando cerca de 94km a leste da capital, e pertence a região do Vale do Paraíba, onde é considerado a “capital do Vale”. A cidade ocupa uma área de 1100km², com grande parte da sua população em perímetro urbano, e, segundo o Censo de 2010, possui um Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM) de 0,807, classificado como muito alto. Em 2019, sua população foi estimada pelo IBGE em 721.944 habitantes, sendo considerado o sétimo mais populoso do estado de São Paulo e 28º de todo o país (IBGE, 2019).

A pesquisa teve como população de estudo, os usuários da Casa do Idoso, unidade leste do município, espaço que funciona como um centro de referência para idosos, com idade igual ou superior a 60 anos, frequentadores das atividades sociais, esportivas e culturais.

O presente trabalho refere-se a um estudo de delineamento transversal, no qual inicialmente foram coletados alguns dados de caracterização geral dos sujeitos do estudo (ANEXO 1), como: nome completo, data de nascimento, naturalidade, estado conjugal, nível de escolaridade, ocupação e telefone para contato, com o intuito de caracterizar melhor o perfil do entrevistado em relação aos seus aspectos

socioeconômicos e demográficos, seguido de uma abordagem qualitativa (ANEXO1), por meio de uma entrevista semiestruturada, individual, com o intuito de analisar com mais profundidade os aspectos determinantes da comensalidade de cada indivíduo.

A coleta de dados ocorreu entre os meses de Julho e Agosto de 2019, mediante prévia autorização da Prefeitura Municipal de São José dos Campos (ANEXO 3), e após aprovação da pesquisa pelo comitê de ética da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo.

A primeira abordagem com os idosos foi realizada ao fim das práticas esportivas e culturais diárias, com o auxílio dos professores e educadores físicos da Casa do Idoso, que apresentaram a pesquisadora e abriram espaço para explicar a pesquisa e convidá-los a participar. Neste momento, foram coletados os nomes e telefones dos usuários que, voluntariamente, se propuseram a participar, já agendando uma data para a realização das entrevistas individuais, que foram confirmadas via telefone antes da sua realização.

O estudo contou com 16 participantes, por amostragem não probabilística intencional. As entrevistas foram conduzidas pela autora deste trabalho, no espaço físico da Casa do Idoso, em uma sala cedida pela coordenação do local, sempre no período da manhã, com intuito de otimizar o horário em que os usuários comumente frequentam a unidade.

As conversas obtiveram o intervalo de uma hora entre um agendamento e outro, para que houvesse tempo hábil para responder todas as perguntas com calma, sem causar espera ao entrevistado seguinte, buscando um maior conforto aos participantes. Nessa etapa, com o auxílio de um aparelho gravador de voz, foram gravados os áudios das entrevistas, mediante a autorização do usuário, para garantir que todas as informações pudessem ser analisadas posteriormente, através da transcrição dos áudios, sem perda de nenhum dado, e para que a entrevista ocorresse de forma mais dinâmica, estimulando o vínculo entre o pesquisador e o participante.

Para assegurar os direitos dos entrevistados, foi utilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (ANEXO 2), documento que explicita aos sujeitos a finalidade da pesquisa, e os procedimentos e detalhes de todas as etapas. Somente os usuários que concordaram com a participação na pesquisa, e assinaram

este documento, obtiveram os dados coletados e respectivamente analisados. Todos os entrevistados, assim como a pesquisadora, ficaram com uma via do TCLE, assinada por ambas as partes.

4.3. Análise dos dados

Os dados quantitativos obtidos no questionário de caracterização do perfil dos idosos (dados pessoais) foram analisados estatisticamente, extraindo-se dados como média e percentual.

Os dados produzidos com abordagem qualitativa, por meio das entrevistas semiestruturadas, foram transcritos em sua integralidade e codificados, com o auxílio do software MAXQDA de análise de dados qualitativos e do programa Microsoft Office 2013.

As entrevistas foram codificadas em 4 códigos principais, correspondentes aos temas das perguntas, para cada código foi atribuída uma palavra-chave e uma cor, são elas: “Perfil do entrevistado” na cor vermelha; “Comer com regularidade e com atenção” na cor azul; “Comer em ambientes apropriados” na cor verde, e “Comer em companhia” na cor roxa.

O código “Perfil do entrevistado” também possuiu subcódigos, com novas palavras-chaves, mas, mantendo a cor correspondente ao código principal, pois seu discurso está atrelado a ele, são estes: “nome”, “idade”, “naturalidade”, “estado conjugal”, “nível de escolaridade” e “ocupação”.

Com o uso do software, foi possível gerar uma tabela dinâmica em que aparecem organizadas as respostas codificadas de todos os participantes, de acordo com os 4 códigos e os subcódigos, ou seja, relacionados à temática do discurso do entrevistado. Esse material, disponibilizado em planilha do programa Microsoft Excel, foi o principal equipamento utilizado para a análise dos resultados.

4.4. Aspectos Éticos

A pesquisa obedeceu aos preceitos éticos de acordo com a Resolução CNS 510/2016, que discorre sobre a ética na pesquisa na área das ciências humanas e sociais, em todo o período de realização da pesquisa, foi garantido aos usuários participantes, o sigilo de todos os dados pessoais e das demais informações que

foram coletadas por meio das questões abertas, sendo assim, na apresentação dos resultados, os usuários foram identificados somente pelas iniciais de seus nomes, e foi garantida a utilização do material apenas para fins acadêmicos e científicos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Durante a execução do projeto, poderia existir um desconforto e/ou risco mínimo, relacionado ao tempo disponível para a entrevista, ao relato do entrevistado, e à gravação da conversa, nesse sentido, o usuário foi orientado sobre a possibilidade e o direito de, a qualquer momento, notificar o pesquisador sobre qualquer acontecimento, solicitar orientação ou discordar em participar da pesquisa. O trabalho foi desenvolvido após ter sido submetido e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo. *

*Número do parecer consubstanciado do Comitê de Ética e Pesquisa: 3.441.241

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1. Perfil do entrevistado

Foram entrevistados 16 idosos, dentre estes, 14 do sexo feminino e apenas dois do sexo masculino. Foi notório perceber que a Casa do Idoso é frequentada majoritariamente por mulheres, as assistentes sociais do local relacionaram isso com a permanência dos homens no mercado de trabalho após a aposentaria, e a uma resistência masculina na procura por espaços de reintegração social e serviços de saúde. Também à expectativa de vida, uma vez que cinco das mulheres entrevistadas se declararam viúvas, e que os levantamentos do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística apontam uma esperança de vida maior para as mulheres em relação aos homens (IBGE, 2011).

Ainda quando perguntado sobre o estado conjugal, a maioria, sete no total, se declarou casada, dois eram solteiros(as) e outras duas participantes se declararam como divorciada e separada.

A média de idade entre os participantes foi de 67 anos, variando de 60 a 82 anos. A idade mínima requisitada para frequentar as atividades da Casa do Idoso é de 60 anos.

Dez dos entrevistados nasceram no estado de São Paulo, dois destes no município de São José dos Campos, seguidos de duas pessoas do estado de Minas Gerais. O estudo também teve participantes dos estados do Rio de Janeiro, Paraná, Piauí e Bahia, com uma pessoa de cada um desses estados.

Quanto ao nível de escolaridade, sete entrevistados possuíam o ensino médio completo e um incompleto, outros três possuíam o ensino fundamental completo, e também três, o ensino fundamental incompleto. Duas participantes declararam que frequentaram o ensino superior, e apenas uma concluiu o curso.

Como ocupação, 11 pessoas se declararam aposentados(as), duas pensionistas, duas “dona de casa”, e uma pessoa é vendedora ambulante. Ficou perceptível que o marco da aposentadoria está diretamente relacionado a procura e acesso ao ambiente da Casa do Idoso, uma vez que os aposentados passam a usufruir de maior tempo livre.

Dentre as atividades realizadas na Casa do Idoso, as mais citadas durante as entrevistas foram: alongamento, pilates, hidroginástica, treinamento funcional, pintura, fisioterapia, zumba, crochê, informática, vôlei, memória, entre outras. A

maioria dos entrevistados disseram frequentar o espaço de segunda à sexta-feira, geralmente no período da manhã.

Esses resultados estão apresentados e sintetizados no Quadro 1.

Quadro 1 - Caracterização da população de estudo

Entrevistado	Idade (anos)	Naturalidade	Estado conjugal	Nível de escolaridade	Ocupação
A.B.M.	63	Piauí	Separada	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentada
C.A.S.	66	São José dos Campos-SP	Casada	Ensino Médio Completo	Dona de casa
E.T.A.	64	Tupã -SP	Casada	Ensino Superior Completo	Aposentada
F.M.S.	68	Conceição do Rio Verde - MG	Casada	Ensino Médio Completo- Magistério	Dona de casa
G.S.B.	82	Chavantes - SP	Viúva	Ensino Médio Completo	Aposentada
I.F.O.	60	Santo Antônio da Platina - PR	Divorciada	Ensino Médio Completo	Aposentada
J.B.M.	75	Caçapava - SP	Casado	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentado
M.A.R.	67	Cafelândia - SP	Solteira	Ensino Médio Completo	Aposentada
M.J.P.S.	74	Guaratinguetá-SP	Viúva	Ensino Técnico/ Ensino Superior Incompleto	Aposentada
M.S.F.S.	69	Paraibuna - SP	Casada	Ensino Médio Incompleto	Aposentada
O.C.B.	69	Campinas - SP	Viúva	Ensino Médio Completo	Aposentada
R.A.O.	66	Água Boa - MG	Viúva	Fundamental Completo	Pensionista
S.S.C.	63	Ilhéus - BA	Casada	Ensino Fundamental Completo	Vendedora ambulante
T.T.C.	60	São José dos Campos - SP	Casada	Ensino Médio Completo	Pensionista e artesã
V.G.L.	62	São Paulo - SP	Solteiro	Ensino Fundamental Completo	Aposentado
V.L.S.D.	70	Resende - RJ	Viúva	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentada

Fonte: Casa do Idoso. SJC. 2019.

5.2. Comer em ambientes apropriados

Ao perguntar sobre o ambiente alimentar, grande parte dos entrevistados disseram comer em ambientes apropriados, em casa, sentados à mesa na cozinha ou na sala de jantar. Refeições em restaurantes foram citadas para ocasiões especiais, ou no máximo, uma vez na semana:

“É na cozinha mesmo, na mesa, na minha casa todos nós sentamos na mesa pra tomar café, jantar, pra almoçar.” (F.M.S.)

“Eu estendo a minha mesa e arrumo tudo direitinho, sento, ponho uma música e como, como sobremesa (uma fruta ou um doce).” (G.S.B.)

“Em casa a minha cozinha é pequena mas é bem arrumadinha, então tem uma mesa, que eu gosto de sentar na minha mesa, tem meu joguinho de toalha americana, aí pego a comida do micro-ondas, já sento e faço a minha refeição.” (O.C.B.)

Alguns relataram que esse costume vem desde a infância, de uma “criação rigorosa” e “herança de disciplina”, é um público que mantém o costume de preparar e realizar as refeições em casa, e comer na mesa:

“A gente senta na mesa tudo certinho, na hora das refeições eu acho que não é hora de sentar na sala e ver televisão, eu não gosto de refeição na sala, nem quando meus netos estão em casa eu não gosto, então eles já até sabem que nada de televisão na hora de comer, de comer com celular na frente, porque eu fui criada num regime rigoroso, bastante irmãos, então meu pai falava que hora da refeição era um momento sagrado, não é hora de ver televisão, de ficar conversando, de discutir na mesa, é hora de se concentrar no que você está comendo.” (I.F.O.)

“Olha eu sou muito sistemática viu, eu acho que a refeição tem que ser feita no lugar certo, na mesa, mesmo que eu esteja sozinha, ponho a mesa mesmo que seja só pra mim, é o lugar certo, a hora da refeição é

um momento muito sagrado, então quando as minhas filhas tão comigo, eu não admito celular do lado, nem de rádio ligado, e se quiser comer na frente da televisão também, eu não aprovo, é herança paterna né, a gente que é mais antigo tem uma herança de disciplina que a gente mantém, hora de se alimentar é hora sagrada.” (M.J.P.S)

5.3. Comer com regularidade e com atenção

No aspecto “comer com regularidade e atenção”, observou-se que a maioria dos idosos possuem regularidade, tanto no sentido de fazerem as refeições sempre em horários semelhantes, quanto na qualidade, realizando sempre um café da manhã, almoço e pequenas refeições, que possuem composições semelhantes às orientações do Guia Alimentar para a População Brasileira de 2014:

“No dia a dia tenho uma refeição mais equilibrada, como bastante salada e frutas da época, porque eu sou japonesa né, sou oriental, então é de família mesmo, sempre foi mais ou menos equilibrada.” (E.T.A.)

“A gente come o que come o brasileiro, arroz, feijão e um acompanhamento, eu confesso que as vezes passo dias sem quase comer verdura, mas, eu como, e quando eu vou fora, como fora, então aproveito como bastante verdura, frutas sempre, todo dia eu tenho fruta, laranja, mamão, banana, maçã, agora o que eu como muito mesmo, todo dia, é café com leite e pão com alguma coisa, então eu acho que eu sou mais normal, igual vocês.” (G.S.B.)

“É bem tranquilo, a gente costuma comer e ficar ali conversando, fica um olhando pra cara do outro, demora, eu não tenho pressa de comer não, pra quê? Depois pode dar uma má digestão, então eu como mais tranquila, eu sou a primeira a sentar na mesa e a última a sair, como devagar.” (T.T.C.)

Muitos usuários relataram o acesso às orientações nutricionais ao frequentar a Casa do Idoso, pois o espaço conta com uma nutricionista no local, que realiza

atendimentos individuais e em grupo, e ressaltaram seus benefícios no comportamento alimentar:

“E outra que eu aprendi a comer quantidade menor, não exagerar no prato, exagerar sim com legumes e verduras, mas não com arroz e feijão, a mistura de preferência é frango e ovo, eu não como carne vermelha, então eu aprendi a dosar, aprendi a comer pão integral, a tomar suco sem açúcar. Eu aprendi muita coisa porque a nutricionista daqui ela é boa, ela explica, ela dá receita pra bolo, eu aprendi a fazer até bolo integral, coisa que eu não fazia.” (C.A.S.)

“Eu mastigo bem, eu gosto de sentir o sabor do alimento, não bebo nenhum líquido porque eu acho que tira o sabor do alimento, eu fiz aqui também muitas consultas com a nutricionista, e até hoje as coisas que eu aprendi com ela eu sigo, eu faço.” (O.C.B.)

Embora muitos idosos relataram conseguir realizar as refeições com calma e atenção, mastigando bem, também foi grande o número de indivíduos que disseram ter uma dificuldade em realizá-las deste modo.

Uma questão que foi levantada durante as entrevistas foi a associação do hábito de realizar as refeições com pressa e sem mastigar direito, com a rotina e os horários restritos para comer quando trabalhavam, principalmente para realizar o almoço, principal refeição brasileira. Segundo os entrevistados, eles possuíam pouco tempo para realizar a refeição, necessitando fazê-la com pressa, hábito que se manteve mesmo após a aposentadoria:

“Eu como rápido por causa do trabalho, eu sempre comi rápido porque tinha horário de almoço, era 20 minutos, então agora eu tô começando a comer mais devagar, eu tô aprendendo a comer mais devagar, eu sei que faz mal e que engorda né, a gente comer rápido.” (M.A.R.)

“Tem o café da manhã, aí nesse intervalo eu como alguma coisa, porque eu não aguento ficar até a hora do almoço, aí de tarde eu como

alguma coisa antes do café, e depois que vem o café mais reforçado, é coisa rara eu jantar, praticamente eu não janto, mas eu como alguma coisa. Agora pra mastigar eu acho que sou rápida, ficou o hábito de quando eu trabalhava no mercado, que era corrido, eu tento controlar, mas quando vejo já comi.” (M.F.S.F.)

“Eu tenho um defeito muito grande que eu tenho que aprender a comer, porque eles falam que eu como muito rápido, a minha filha fala que eu tenho que aprender a comer mais devagar, mastigar mais, antes que eu trabalhava eu comia muito rápido pra dar tempo de fazer tudo, então agora tenho que começar a pensar na gente né, porque eu já tive um infarto, então tem que começar a se cuidar.” (R.A.O.)

5.4. Comer em companhia

Ao buscar compreender a comensalidade nos usuários da Casa do Idoso, o aspecto “Comer em companhia” foi o que apareceu com maior dificuldade quanto a sua realização, e muitos relataram comer sozinhos na maioria dos dias. Isso se deve ao contexto familiar relatado por esses idosos, em que muitas vezes, os filhos já adultos, não residem mais com os mesmos, alguns também relataram a perda de seus cônjuges. Nessa nova conjuntura, as refeições acompanhados(as) dos familiares ficam restritas aos finais de semanas e datas comemorativas:

“Durante o dia eu como sozinha, o jantar já é eu e meu esposo, os filhos só vão pra casa final de semana, que daí toda a família reúne, daí já leva a minha mãe, já leva a minha irmã, entendeu, pra tudo passar junto.” (C.A.S.)

“Meu marido já não tá voltando pra almoçar, mas até dois meses meu marido almoçava comigo, atualmente eu tô almoçando sozinha, ele não volta mais pra almoçar. Fim de semana eu chamo meus filhos pra almoçar, que eu tenho 3 filhos, um é casado e os outros dois namoram.” (E.T.A.)

“Eu moro sozinha, em casa na maioria das vezes também eu como

sozinha, mas os filhos tão sempre por perto, fim de semana é tudo em casa, então a casa fica cheia, aí eu ainda dou conta de fazer a comida, faço questão de fazer, gosto de fazer sabe, isso daí é sempre, fim de semana, feriado, datas comemorativas.” (M.J.P.S.)

“Só de final semana, que daí os filhos já vem, daí tem mais gente, um pouco fica na mesa lá fora, um pouco fica pra dentro, ou então tem a outra mesa do fogão de lenha, então já vamos pro fogão de lenha. Durante a semana é mais eu meu marido, ele que me acompanha.” (M.S.F.S.)

Uma das entrevistadas ressaltou a importância do momento das refeições para a interação social e familiar na atualidade:

“A gente tem que se alimentar numa mesa, mesma coisa que se você fazer uma festa na sua casa, tá todo mundo espalhado, mas tem alguém que tá sempre junto né, aquele grupinho, mas quando a família é pequena, umas seis ou sete pessoas, então vamos pra mesa, fica ali né, comendo, conversando, porque hoje praticamente tá acabando com as famílias por causa do “WhatsApp”, do celular, tá acabando com as pessoas, se vê uma pessoa na rua e você vai cumprimentar, a pessoa nem ouve, a pessoa tá com fone no ouvido! Então quer dizer, se você não aproveitar esse momento do alimento, você não tem diálogo com ninguém, não é isso?”

Através dos relatos da pesquisa, quando perguntado: “Você acredita que é possível fazer amizades através da comida?”, foi observado que a participação nas atividades da Casa do Idoso contribui para a realização de refeições compartilhadas entre os idosos, que muitas vezes compartilham refeições durante as atividades culturais, trocam receitas, mudas e alimentos cultivados em suas residências, ou se encontram para confraternizar fora espaço da Casa do Idoso, em suas casas e restaurantes:

“A gente troca receita um com o outro, aqui na casa mesmo sempre tem uma que ensina uma receita nova e a gente já corre marcar, é verdade, e eu faço, eu aprendi fazer um bolo de limão aqui que ninguém

acertou e o meu ficou uma delícia, rapidinho eu faço, passei a receita pra todo mundo, mas ninguém acertou: “mais não fica igual o seu”, gente é mão, mão é diferente uma da outra. Tem uma ali que faz uma torta de coco que é uma delícia, é gostoso, a gente tem convivência de tudo ali.”
(C.A.S.)

“Porque você tem um grupo falando de comida e você pergunta: “ah, e como se faz isso?”, aí você já começa a se integrar com essa pessoa, aí outra hora um grupinho te convida pra você ir comer, você não fica integrado lá? não é? Aí outro dia: “aí vamos comer em tal lugar, tal coisa, você já comeu?”, “Não”, “Sabe onde tem? Em tal lugar!”, “Ah então quando você for você me convida?” Pronto! Ali já tem uma amizade, não é?”
(G.S.B)

“A amizade pode ser feita quando você se encontra com um grupo que “vamos comer?”, só que ali todo mundo tem o seu limite pra comer né, mas fazemos viagens também né, saímos, é lógico que a gente sempre come né, e é gostoso a gente ir batendo um papo e ir tomando um suco, ou mesmo uma cervejinha entendeu, muito bom, isso aí faz parte mesmo!” (O.C.B.)

Durante toda a coleta de dados, a equipe de funcionários foi solícita e colaborativa com a pesquisa e se dispôs a esclarecer algumas dúvidas sobre a dinâmica do local. A coordenadora explicou que o objetivo principal da Casa do Idoso é de fato estimular a reintegração social, ressaltando que trabalha com a equipe o acolhimento, a escuta qualificada e a criação do vínculo, pois segundo ela, receber os idosos com um “bom dia”, é até mais importante do que as atividades oferecidas no local em si.

Nas entrevistas, essa boa convivência entre os idosos e a equipe de profissionais ficou evidente em alguns discursos, onde muitas vezes essa relação é tão estreita, que se estende à mesa e a partilha do alimento:

“Tem muitos professores que eu convido pra almoçar lá em casa né, e eles vão, eles falam que adoram né, que eu tenho o maior carinho por

eles, eu acho todos, eles são muito legais com a gente sabe, tem um carinho, tem uma paciência, as vezes escutam a gente algum problema, então isso é muito gratificante né, nessa idade ter uma atenção assim, mas tem uns que te cativam mais, eu tenho maior carinho pela professora do pilates, então sempre ela vai em casa, e outros professores também que já foram almoçar lá, e eu tenho maior prazer de fazer comida pra eles, outro dia eles foram eu fiz uma salada de batata doce e eles amaram, pediram a receita....” (F.M.S.)

“Existe assim por exemplo, se eu faço alguma coisa gostosa, tipo um bolo grande, aí eu lembro de um professor que mais agrada a gente ou alguém que eu quero bem: “tô alimentando a amizade através da comida, eu penso assim”, o professor do alongamento por exemplo, que é um doce, tudo que eu faço de gostoso eu trago pra ele! Ou o professor de informática, eu acho que ele tem uma paciência de Jó, aí eu sempre que tenho aula com ele, que são duas vezes na semana, eu trago um lanche pra ele, a pessoa que é simpática e tem uma certa empatia comigo eu gosto de agradar sabe, então sempre tô paparicando com alguma comida, faz parte da minha pessoa.” (M.J.P.S.)

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a realização desta pesquisa, foi possível compreender a importância de espaços coletivos na terceira idade, pois sua função vai muito além de estimular as práticas esportivas e culturais, cujo intuito principal é promover o bem estar através da reintegração social, estimulando a partilha e a sociabilização, uma vez que muitos idosos possuem um contexto de vida solitário fora desses espaços.

A interação entre os usuários e a equipe de profissionais acaba por promover o ato da comensalidade, que é um dos preceitos para uma alimentação saudável segundo o Ministério da Saúde, que, fora do âmbito da Casa do Idoso, se mostrou comprometida nesse ciclo da vida, entre outros aspectos, com sua maior dificuldade em seguir as orientações de comer acompanhado, devagar e com atenção (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Embora a Casa do Idoso seja administrada pela Secretaria do Apoio Social ao

Cidadão do município de São José dos Campos, e não pela Secretaria de Saúde, é perceptível a intersectorialidade entre saúde e assistência social, com o objetivo de atender as demandas do público alvo, reconhecendo as suas especificidades. Contudo, o espaço conta com uma equipe que engloba também profissionais da saúde, como: geriatra, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, psicóloga, enfermeira e nutricionista.

Vale ressaltar a importância da disponibilidade gratuita desse serviço, uma vez que a maioria dos usuários possuem níveis básicos e médios de escolaridade, e que suas principais fontes de renda se dão por aposentadorias ou pensões, determinando um grau alto de dependência do estado, cujo os valores dos benefícios, do ponto de vista econômico, não permitem um atendimento satisfatório das necessidades dos idosos, fatores que dificultariam o acesso aos serviços caso estes fossem privados (CAMARANO, 2002).

Foi perceptível nos relatos que o marco da aposentadoria está vinculado a uma maior procura e acesso à Casa do Idoso, uma vez que os aposentados passam a usufruir de maior tempo livre, nesse aspecto, a proposta da Nova Previdência do Governo Federal, surge como um fator emblemático para a procura e efetividade de espaços comunitários como este, uma vez que, entre outras mudanças, a proposta aumenta a idade mínima e o tempo de contribuição para o benefício da aposentaria (GOVERNO FEDERAL, 2019).

Espera-se que o presente estudo possa contribuir de maneira a estimular a discussão sobre a importância de espaços de reintegração social e seus múltiplos benefícios, inclusive na promoção da comensalidade e, consequentemente, de hábitos alimentares saudáveis, e com isso possa viabilizar a implementação de novas políticas públicas e/ou a ampliação de ações semelhantes, até mesmo em outros municípios e instâncias governamentais, aperfeiçoando os serviços para que proporcionem o acolhimento apropriado aos idosos.

7. IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA NO CAMPO DE ATUAÇÃO

A realização deste trabalho possibilitou ampliar a visão sobre a atuação do nutricionista na área de Nutrição em Saúde Coletiva, e como se dá o trabalho deste profissional em equipamentos públicos, onde possui um importante papel na assistência e educação nutricional individual e coletiva.

Neste ambiente, o nutricionista realiza avaliações e orientações nutricionais de acordo com as demandas dos usuários, por vezes voltadas à prevenção e ao controle das doenças crônicas não transmissíveis, muito recorrentes na população idosa. Entretanto, foi notória a atuação do nutricionista embasada pelos princípios e orientações do Guia Alimentar para a População Brasileira de 2014, trabalhando a alimentação de forma ampla, além da ingestão de nutrientes e valorizando os diferentes saberes e práticas, contribuindo para a autonomia nas escolhas alimentares.

A Casa do Idoso, como espaço comunitário e de integração social, promove benefícios para a alimentação na tangente comensalidade. Por outro lado, a atuação do nutricionista possibilita qualificar as informações sobre alimentação, nutrição e saúde neste espaço de assistência social, potencializando as melhorias no comportamento alimentar que o equipamento público estimula para seus usuários.

É relevante reconhecer a importância da abordagem interdisciplinar realizada no local, em que os diversos profissionais trabalham em conjunto para melhorar a qualidade de vida dos usuários. Isso é perceptível também no campo da alimentação, onde atualmente, o nutricionista realiza os grupos de nutrição em parceria com a psicóloga do local, por compreender os diferentes aspectos psicológicos e socioeconômico-culturais no ato de comer, tornando necessário exercer sua conduta de forma a atender as necessidades nutricionais em conjunto com a percepção e valorização das simbologias do alimento (DIEZ-GARCIA, 2017).

Por fim, este trabalho possibilitou uma grande experiência para a minha formação profissional, trazendo aprendizados, reflexões e desafios ao longo de todo o seu processo de construção, execução e escrita.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Assis M. Aspectos sociais do envelhecimento. Saldanha LA, Caldas CP. Saúde do idoso a arte de cuidar. 2.ed. Rio de Janeiro. Editora Interciência, 2004, pg.16.

Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. Sinopse do Censo Demográfico de 2010. Rio de Janeiro, 2011.

Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. Área territorial brasileira. Rio de Janeiro, 2019.

Brasil. Governo Federal. Nova Previdência. [internet] [acesso em 24 out 2019] Disponível em:< <http://www.brasil.gov.br/novaprevidencia/>>.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

Brasil. Ministério da Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde. Diário Oficial da União, 2016.

Prefeitura Municipal de São José dos Campos. Secretaria de Apoio Social ao Cidadão. Casa do Idoso. [internet] [acesso em 10 jan 2019] Disponível em:< <https://www.sjc.sp.gov.br/servicos/apoio-social-ao-cidadao/casa-do-idoso/>>.

Boni V, Quaresma SJ. Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em Ciências Sociais. Rev Em Tese. 2005;2(1):68-80.

Camarano AA. Envelhecimento da população brasileira: uma contribuição demográfica. Instituto de Pesquisa Econômica Avançada (IPEA). Rio de Janeiro/2002.

Debert GG. A cultura adulta e juventude como valor. Revista Kairós, v. 7, no. 2, 2004. Derntl AM, Watanabe HAW. Promoção da Saúde. In: Litvoc J, Brito FC. Envelhecimento: Prevenção e promoção da Saúde. São Paulo. Editora Atheneu, 2009. p.38.

Diez-Garcia RW. Representações sociais da alimentação e saúde e suas repercussões no comportamento alimentar. Rev Saúde Coletiva. 1997;7(2):51-68.

Garcia RWD, Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. Revista de Nutrição, 2003.

Marucci MFN, Roediger MA, Santos LO. Nutrição no ciclo da vida: adultos e idosos. Cardoso MA. Nutrição em Saúde Coletiva. São Paulo. Editora Atheneu, 2014.p.79.

Minayo MCS. Técnicas de pesquisa. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 11. ed. São Paulo: Hucitec; 2008. p. 261-81.

Menezes MFGD, Tavares EL, Santos DMD, Targueta CL. Alimentação saudável na experiência de idosos. Revista brasileira de geriatria e gerontologia, 2010, 267-275.

Moreira SA. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. Ciência e Cultura, v. 62, n. 4, 2010. p. 23-26.

Prado SD, Tavares EL. Alimentação saudável na terceira idade. Saldanha LA, Caldas CP. Saúde do idoso a arte de cuidar. 2.ed. Rio de Janeiro. Editora Interciência, 2004, pg.88.

Ribeiro EA. A perspectiva da entrevista na investigação qualitativa. Revista Evidência. 2012;23;4(4).

Veras R. A era dos idosos: Desafios contemporâneos. Saldanha LA, Caldas CP. Saúde do idoso a arte de cuidar. 2.ed. Rio de Janeiro. Editora Interciência, 2004, pg.5.

9. ANEXOS

9.1. Anexo 1- Roteiro para a entrevista

Data da entrevista: ____/____/____

Horário de início/término da entrevista _____

Local da entrevista: _____

Perfil do entrevistado

Nome: _____

Estado conjugal: _____

Naturalidade: _____

Nível de escolaridade: _____

Data de nascimento: ____/____/____

Ocupação: _____

Telefones: (residencial) _____ (celular) _____

1. Como é o ambiente em que o/a senhor (a) costuma realizar suas refeições?
2. O que determina a realização das refeições sozinho (a) ou acompanhado (a)?
3. Como é realizada a compra dos alimentos que o/a senhor (a) consome?
4. Como é realizado o preparo das suas refeições?
5. Quanto tempo costuma durar suas refeições principais (almoço e jantar)?
6. O que com que fez procurasse as atividades da Casa do Idoso? De quais atividades participa? Há quanto tempo participa?
7. O/a senhor (a) acredita que participar das atividades da Casa do Idoso interfere no seu estado de saúde? Por que? De que forma?
8. Conte um pouco sobre como era a sua alimentação antes de frequentar as atividades da Casa do Idoso?
9. Você acredita que é possível fazer amizades através da comida?
10. Como o/a senhor (a) se sente em relação a sua alimentação?

9.2. Anexo 2 - Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE)

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

O Sr(a) está sendo convidado(a) a participar como voluntário(a) da pesquisa: “Comensalidade como um ato promotor da saúde em idosos frequentadores da Casa do Idoso, unidade leste, no Município de São José dos Campos-SP”.

Este projeto tem o objetivo de investigar a comensalidade como um potencial ato promotor da saúde em indivíduos na terceira idade, e quais aspectos são importantes para atingir a promoção da saúde.

Para tanto será necessário realizar os seguintes procedimentos:

1. As informações sobre comensalidade, hábitos alimentares e participação nas atividades na Casa do Idoso serão obtidas por meio de entrevista que se desenvolverá no formato de uma conversa;
2. A entrevista é individual e será realizada pelo pesquisador;
3. A entrevista será realizada uma única vez;
4. Não há previsão de tempo exato para a duração da entrevista;
5. O áudio da entrevista será gravado por um gravador digital ou aparelho celular com a função gravador;
6. Em situação eventual você poderá ser consultado posteriormente para esclarecimento ou para melhor compreensão do áudio gravado ou de momentos da entrevista.

Durante a execução do projeto pode existir desconforto e risco mínimo para você relacionado ao tempo disponível para a entrevista, ao seu relato e à gravação da conversa.

O Sr(a) será esclarecido(a) sobre a pesquisa em qualquer aspecto que desejar. O Sr(a) é livre para recusar-se a participar, retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a sua recusa em participar não irá acarretar qualquer penalidade ou perda de qualquer benefício, você possui garantia ao direito à indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa que absorverá qualquer gasto relacionado garantindo assim não oneração de serviços de saúde. Os pesquisadores irão tratar a sua identidade com respeito e seguirão padrões profissionais de sigilo, assegurando e garantindo o sigilo e

confidencialidade dos dados pessoais dos participantes de pesquisa. Seu nome, ou qualquer material que indique a sua participação não será liberado sem a sua permissão. O Sr(a) não será identificado(a) em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo. Uma via assinada deste termo de consentimento livre e esclarecido será arquivada no Departamento de Nutrição da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, e outra será fornecida ao Sr(a). O estudo poderá ser interrompido mediante aprovação prévia do CEP quanto à interrupção ou quando for necessário, para que seja salvaguardado o participante da pesquisa.

Eu, _____
_____, RG. _____ fui informada (o) dos objetivos da pesquisa acima de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que em qualquer momento poderei solicitar novas informações para motivar minha decisão, se assim o desejar. A pesquisadora Vanessa certificou-me de que todos os dados desta pesquisa serão confidenciais e somente os pesquisadores terão acesso. Também sei que caso existam gastos, estes serão absorvidos pelo orçamento da pesquisa. Em caso de dúvidas poderei chamar a pesquisadora Vanessa Laís Cardoso Ferreira, no telefone (11) 30617866.

O Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo também poderá ser consultado para dúvidas/denúncias relacionadas à Ética da Pesquisa e localiza-se na Av. Dr. Arnaldo, 715, Cerqueira César – São Paulo, SP, horário de atendimento: de segunda a sexta-feira, das 9h às 12h e das 13h às 15h telefone, (11) 3061-7779, que tem a função de implementar as normas e diretrizes regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos, aprovadas pelo Conselho. Assinei duas vias deste termo de consentimento livre e esclarecido, o qual também foi assinado pelo pesquisador que me fez o convite e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas. Uma via deste documento, devidamente assinada foi deixada comigo. Declaro que concordo em participar desse estudo.

Nome:	Assinatura do Participante:	Data:
Pesquisadora:	Assinatura da Pesquisadora:	Data:

9.3. Anexo 3 – Autorização de pesquisa da Prefeitura de São José dos Campos

Data de Emissão: 17/04/2019 10:45:08 Usuário: P672377

Chave de validação: CC072993995E18066D957FC2F97BE721

 11405 - SASC/DIC/DEPARTAMENTO DE INTEGRAÇÃO COMUNITÁRIA PESQUISA http://10.1.12.31:8084/Flupimg/anexo?id=nxYasVTBgOc=&onde=HbGj_BurPlo=	Anexo - AUTORIZAÇÃO	18957/2019
		17/04/2019
		Folha nº 24



Prefeitura Municipal de São José dos Campos
Secretaria de Apoio Social ao Cidadão

ANEXO I

SOLICITAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO DE PESQUISA AO COORDENADOR DA INSTITUIÇÃO

Ilmo. Sr. Assessor de Políticas Públicas para o Idoso
Secretaria de Apoio Social ao Cidadão

Como aluna do 5º ano do Curso de Nutrição da instituição de ensino Universidade de São Paulo - USP, solicitamos sua autorização para realizar levantamentos, observações, entrevistas e aplicação de avaliações, questionários e/ou testes nos com o intuito de elaboração do trabalho acadêmico "COMENSALIDADE COMO UM ATO DE SAÚDE EM IDOSOS FREQUENTADORES DA CASA DO IDOSO UNIDADE LESTE NO MUNICÍPIO DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS -SP", que tem a Professora Dra. Patrícia Constante Jaime como orientadora.

Pesquisadores participantes:

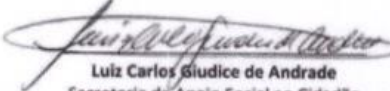
Nome: Vanessa Laís Cardoso Ferreira Telefone: (12) 99791-3658

Nome: Dra. Patrícia Constante Jaime Telefone: (11) 99505-1146/(11) 3061-7866

Eu, Luiz Carlos Giudice de Andrade, Assessor de Políticas Públicas para o Idoso da Secretaria de Apoio Social ao Cidadão, autorizo e estou ciente do trabalho que será desenvolvido pelos alunos de graduação do Curso de Nutrição da Universidade São Paulo, ficando responsável por todo e qualquer ocorrido durante o trabalho.

Saliento que o trabalho só terá início após a autorização do CEP – Comitê de Ética e Pesquisa para a execução do projeto.

São José dos Campos, 16 de abril de 2019.


Luiz Carlos Giudice de Andrade
Secretaria de Apoio Social ao Cidadão
Prefeitura Municipal de São José dos Campos
Assessoria de Políticas Públicas para o Idoso
Secretaria de Apoio Social ao Cidadão


COPIA AUTENTICADA
Prefeitura Mun. de S. J. Campos
17 ABR 2019

Wilson de Oliveira
Matrícula: 12.558-9
Supervisão de Protocolo

9.4. Anexo 4 – Parecer Consubstanciado do COEP

USP - FACULDADE DE SAÚDE
PÚBLICA DA UNIVERSIDADE
DE SÃO PAULO - FSP/USP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Comensalidade como um ato promotor da saúde em idosos frequentadores da Casa do Idoso, unidade leste, no Município de São José dos Campos-SP

Pesquisador: Patricia Constante Jaime

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 13437319.6.0000.5421

Instituição Proponente: Faculdade de Saúde Pública USP/SP

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.441.241

Apresentação do Projeto:

Trata-se de trabalho que busca investigar o papel da comensalidade em idosos frequentadores das atividades da Casa do Idoso, no município de São José dos Campos - SP, e analisá-la como um potencial ato promotor da saúde para indivíduos na terceira idade.

Estudo transversal, no qual serão utilizados previamente dados quantitativos para obter o perfil do entrevistado, seguidos de uma abordagem qualitativa por meio de um entrevista semiestruturada. A população de estudo são os usuários da Casa do Idoso, região leste, no município de São José dos Campos -SP, frequentadores das atividades de Esportes e Cultura. Os dados utilizados para a caracterização do perfil dos idosos, serão observados através da análise estatística, entretanto, para que se possa obter uma análise fidedigna dos resultados das entrevistas semi-estruturadas, estas deverão ser transcritas na sua

integralidade, e passarão por codificação, utilizando-se do programa Microsoft Excel 2010 para a análise de dados qualitativos.

Objetivo da Pesquisa:

O objetivo geral do presente trabalho é investigar como se dá a prática da comensalidade em frequentadores da Casa do Idoso, unidade Leste, no município de São José dos Campos-SP. Como objetivo específico, procurar-se-á investigar a comensalidade como um potencial ato promotor da

Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715

Bairro: Cerqueira Cesar

CEP: 01.246-904

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)3061-7779

Fax: (11)3061-7779

E-mail: coep@fsp.usp.br

Continuação do Parecer: 3.441.241

saúde para indivíduos na terceira idade e quais os aspectos relacionados com isso.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Durante a execução do projeto pode existir um desconforto e risco mínimo relacionado ao tempo disponível para a entrevista, ao relato do entrevistado e à gravação da conversa. Nesse sentido, o usuário será orientado sobre o direito de, a qualquer momento, notificar o pesquisador sobre qualquer acontecimento, solicitar orientação ou discordar em participar da pesquisa. Para assegurar os direitos dos entrevistados será utilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE, que explicitará a finalidade de pesquisa e detalhará todas as etapas e procedimentos. Somente os sujeitos que concordarem com a participação na pesquisa terão os dados coletados e respectivamente analisados, e em todo o período de realização da pesquisa, será garantido aos usuários participantes, o sigilo de todos os dados pessoais e das demais informações que serão coletadas por meio das questões abertas, assim como será garantida a utilização do material apenas para fins acadêmicos e científicos.

Benefícios:

Espera-se que a realização desta pesquisa, possibilite uma maior compreensão sobre o papel da comensalidade para pessoas com mais de 60 anos e em como ela se dá em ambientes coletivos, como em alguns grupos de atividades com acesso gratuito, muito utilizados por esta população como alternativa de reintegração social.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Pesquisa relevante.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Foram apresentados os documentos:

- folha de rosto assinada;
- projeto detalhado;
- informações básicas da PB;
- TCLE adequado;
- Carta de Anuência assinada pelo assessor de políticas públicas para o idoso da Secretaria de Apoio Social ao Cidadão da Prefeitura de São José dos Campos.

Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715

Bairro: Cerqueira Cesar

CEP: 01.246-904

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)3061-7779

Fax: (11)3061-7779

E-mail: coep@fsp.usp.br

USP - FACULDADE DE SAÚDE
PÚBLICA DA UNIVERSIDADE
DE SÃO PAULO - FSP/USP



Continuação do Parecer: 3.441.241

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não foram encontrados óbices éticos.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1323159.pdf	07/05/2019 17:47:29		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	carta_de_anuencia.jpg	07/05/2019 17:44:39	VANESSA LAIS CARDOSO FERREIRA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_COEP.pdf	07/05/2019 17:41:51	VANESSA LAIS CARDOSO FERREIRA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Modelo_atualizado.pdf	07/05/2019 17:41:10	VANESSA LAIS CARDOSO FERREIRA	Aceito
Folha de Rosto	20190507095207.pdf	07/05/2019 17:09:21	VANESSA LAIS CARDOSO	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita apreciação da CONEP:

Não

SAO PAULO, 05 de Julho de 2019

Assinado por:
José Leopoldo Ferreira Antunes
(Coordenador(a))

Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715

Bairro: Cerqueira Cesar

CEP: 01.246-904

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)3061-7779

Fax: (11)3061-7779

E-mail: coep@fsp.usp.br

BIBLIOTECA DIGITAL DE TRABALHOS ACADÊMICOS – BTDA

Título do TCC: <i>Comensalidade entre frequentadores de um centro de referência para idosos no município de São José dos Campos - SP.</i>	
Autor(es):	
Nome: <i>Vanusa Laís Cardoso Ferreira</i>	Nome:
NUSP: <i>8580739</i>	NUSP:
Email: <i>vanusa.lais.ferreira@usp.br.</i>	Email:
Telefone: <i>(12) 997913658</i>	Telefone:

De acordo com a Resolução CoCEX-CoG nº 7497, de 09 de abril de 2018, este trabalho foi recomendado pela banca para publicação na BDTA .

A Comissão de Graduação homologa a decisão da banca examinadora, com a ciência dos autores, autorizando a Biblioteca da Faculdade de Saúde Pública da USP a inserir, em ambiente digital institucional, sem ressarcimento dos direitos autorais, o texto integral da obra acima citada, em formato PDF, a título de divulgação da produção acadêmica de graduação, gerada por esta Faculdade.

São Paulo, 06 / 12 / 2019



Prof. Dr. Ivan França Junior
Presidente da Comissão de Graduação

Recebido pela CG em: ____ / ____ / ____	por: _____
Liberado para submissão em: ____ / ____ / ____	por: _____
Recebido pela Biblioteca em: ____ / ____ / ____	por: _____
Disponível na BDTA em: ____ / ____ / ____	por: _____