



## ARTIGO RELATO DE EXPERIÊNCIA

### AÇÃO EDUCATIVA EM ESCOLA PÚBLICA SOBRE ALERGIAS E INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES

#### EDUCATIONAL ACTION IN PUBLIC SCHOOL ON FOOD ALLERGIES AND INTOLERANCES ACCIÓN EDUCATIVA EN LA ESCUELA PÚBLICA SOBRE ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS

Yuri Henrique Andrade de Oliveira<sup>1</sup>, Mayara Layla de Oliveira Moy<sup>2</sup>, Janice Pires da Silva<sup>3</sup>, Lourival Freitas da Silva Netto<sup>4</sup>, Samire Santos Galvão<sup>5</sup>, Roberta Daniela Sousa da Silva<sup>6</sup>, Suziane Xavier Sousa<sup>7</sup>, Juliana Rayanni Souza Neto<sup>8</sup>

#### RESUMO

**Objetivo:** relatar a experiência por meio de uma ação educativa para adolescentes em uma escola pública. **Método:** trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência. Elencaram-se, como critérios de inclusão para a pesquisa, adolescentes de uma turma do nono ano do Ensino Fundamental II e alunos com 14 a 16 anos. Utilizaram-se metodologias ativas de roda de conversa, vídeos e gincana científica que contribuíram para o processo de conhecimento dos alunos. **Resultados:** realizou-se a ação em quatro momentos. percebeu-se durante a ação que os adolescentes ainda tinham certas dificuldades sobre o assunto. **Conclusão:** sensibilizaram-se, pela ação educativa, os envolvidos em relação à temática, e os acadêmicos conseguiram impactar os participantes da ação para um melhor entendimento a respeito da definição e causas das patologias, diferenças, sintomas, principais alimentos envolvidos na alergia e intolerância alimentar. **Descritores:** Enfermagem; Educação em Saúde; Educação em Enfermagem; Adolescentes; Intolerância Alimentar; Hipersensibilidade Alimentar.

#### ABSTRACT

**Objective:** to report the experience through an educational action for adolescents in a public school. **Method:** this is a descriptive study, kind of experience report. The inclusion criteria for the research were adolescents from a ninth grade elementary school class and students aged 14 to 16 years. Active methodologies of conversation wheel, videos and scientific scavenger games were used that contributed to the students' knowledge process. **Results:** the action was performed in four moments. It was noticed during the action that the teenagers still had some difficulties on the subject. **Conclusion:** those involved in the theme were sensitized by the educational action, and the academics were able to impact the participants of the action for a better understanding of the definition and causes of pathologies, differences, symptoms, main foods involved in food allergy and intolerance. **Nursing; Descriptors:** Nursing; Health Education; Education. Adolescent; Food Intolerance; Food Hypersensitivity.

#### RESUMEN

**Objetivo:** informar la experiencia a través de una acción educativa para adolescentes en una escuela pública. **Método:** este es un estudio descriptivo, tipo de informe de experiencia. Los criterios de inclusión para la investigación fueron adolescentes de una clase de primaria de noveno grado y estudiantes de 14 a 16 años. Se utilizaron metodologías activas de rueda de conversación, videos y juegos de búsqueda científica que contribuyeron al proceso de conocimiento de los estudiantes. **Resultados:** la acción se realizó en cuatro momentos. Se notó durante la acción que los adolescentes todavía tenían algunas dificultades sobre el tema. **Conclusión:** los involucrados en el tema fueron sensibilizados por la acción educativa, y los académicos pudieron impactar a los participantes de la acción para una mejor comprensión de la definición y las causas de las patologías, diferencias, síntomas, alimentos principales involucrados en alergia e intolerancia alimentaria. **Descritores:** Enfermería; Educación en Salud; Educación en Enfermería; Adolescente; Intolerancia Alimentaria; Hipersensibilidad a los Alimentos.

<sup>1,2,3,4,5,7</sup>Centro Universitário Metropolitano da Amazônia/UNIFAMAZ. Belém (PA), Brasil. [id https://orcid.org/0000-0002-6452-3578](https://orcid.org/0000-0002-6452-3578) [id https://orcid.org/0000-0001-51730386](https://orcid.org/0000-0001-51730386) [id https://orcid.org/0000-0002-9728-5721](https://orcid.org/0000-0002-9728-5721) [id https://orcid.org/00000003-22005569](https://orcid.org/00000003-22005569) [id https://orcid.org/0000-0002-0217-2207](https://orcid.org/0000-0002-0217-2207) [id https://orcid.org/0000-0001-9133-912X](https://orcid.org/0000-0001-9133-912X) [id https://orcid.org/0000-000202133400](https://orcid.org/0000-000202133400)

<sup>8</sup>Universidade Estadual do Pará/UEPA. Belém (PA), Brasil. [id https://orcid.org/0000-0002-3078-4470](https://orcid.org/0000-0002-3078-4470)

#### Como citar este artigo

Oliveira YHA de, Moy MLO, Silva JP da, Netto LFS, Galvão SS, Silva RDS da, et al. Ação educativa em escola pública sobre alergias e intolerâncias alimentares. Rev enferm UFPE on line. 2019;13:e241510 DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2019.241510>

## INTRODUÇÃO

Sabe-se que a alimentação é uma necessidade vital dos seres humanos apontada por Maslow e Wanda Horta como um dos itens que formam a base da pirâmide de Necessidades Humanas Básicas. Envolve-se, no ato de alimentar-se, uma gama de fatores que influenciam a qualidade de vida do indivíduo. Pode-se a maioria das pessoas desfrutar da diversidade de alimentos que existem sem sentir qualquer efeito negativo após a ingestão, no entanto, para alguns, determinados alimentos causam reações adversas que podem trazer sérios problemas à saúde, e uma das causas são alergias e intolerâncias alimentares.<sup>1</sup>

Alerta-se que a prevalência de doenças relacionadas a questões alimentares aumentou drasticamente nas últimas décadas, ocasionando um grande problema de saúde com impacto negativo significativo na qualidade de vida. Aumentam-se os riscos ao bem-estar à medida que os alimentos consumidos pela população são cada vez mais processados e complexos, com rótulos inadequados.<sup>2</sup>

Trata-se a alergia alimentar de uma reação exacerbada do sistema imunológico a certos tipos de alimentos, que pode ocorrer em longo ou curto prazo, logo após a ingestão de um alimento específico. Ocorre-se a reação quando o sistema imunológico identifica, por engano, uma proteína do alimento como se fosse algo prejudicial. Acrescenta-se que o corpo reage liberando histamina, que é um mediador das respostas alérgicas, agindo rápido na intenção de combater o “invasor”, causando vasodilatação, aumento da permeabilidade vascular - edema - e contração da musculatura lisa, tanto brônquica como gastrointestinal.<sup>3</sup>

Depende-se a alergia alimentar de mecanismos imunológicos mediados por IgE (anticorpo), ou não, cuja resposta ao alimento é aguda e imediata. Explica-se que o que ocorre é a reação de IgE com a proteína do alimento (antígeno) ou por meio de outros anticorpos que também atingem células do sistema imunológico, por exemplo, mastócitos e células T. Soma-se, no entanto, que algumas pessoas podem sofrer de reação alérgica alimentar tardia, também mediada por IgE.<sup>4</sup>

Expõe-se que a intolerância alimentar é um termo utilizado para descrever mecanismos fisiológicos anormais não imunológicos que ocorrem quando um alimento ou aditivo específico é ingerido pelo indivíduo intolerante, sendo que as intolerâncias alimentares são as mais comuns reações aos alimentos. Podem-se causar essas intolerâncias por reações tóxicas, metabólicas ou farmacológicas, que podem desencadear alterações não específicas no sistema digestório principalmente. Aponta-se, pela maioria dos

estudos atuais, que essas reações devem ser mediadas por anticorpos IgG.<sup>5</sup>

Informa-se que o processo alérgico e a intolerância alimentar são um quadro clínico com uma incidência crescente em unidades de saúde, urgências e emergências. Necessita-se, por se tratar de um processo não preventivo para o primeiro incidente, além de muitas vezes ser confundido com outras patologias, que os profissionais de Enfermagem estejam aptos a lidar e a diferenciar esses distúrbios, pois suas causas são diferentes, assim como seus tratamentos.<sup>1</sup>

Estima-se que 1/4 da população já passou por um episódio de reação adversa a algum alimento, sendo que a alergia alimentar é o tipo que ocorre com mais frequência. Torna-se relevante, a fim de que pacientes e seus familiares não sejam expostos a dietas restritivas sem necessidade, que muitas vezes implicam também restrições socioeconômicas e de qualidade de vida, que se promovam boas práticas de Enfermagem sobre o tema supracitado, por meio de ações educativas, palestras e dinâmicas, com o objetivo de promoção da saúde.<sup>6</sup>

Tem-se a ação educativa a finalidade de orientar o ser, que é livre e pode optar pelo bem e pelo mal, pois, em Kant, a natureza humana não é má, o homem nasce isento de vício e por isso precisa ser educado, para saber discernir e fazer suas escolhas. Estar-se-ão os profissionais de saúde, ao transmitir esse conhecimento, mudando a realidade local, promovendo novos hábitos e elevando a qualidade de vida.<sup>7</sup>

Entende-se que a adolescência é uma fase de transição gradual entre a infância e o estado adulto marcada por mudanças físicas, psicológicas, sociais e comportamentais.<sup>1</sup> Representa-se a adolescência um importante momento do ciclo vital que corresponde, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a um período entre os 10 aos 19 anos.<sup>8</sup>

## OBJETIVO

- Relatar a experiência por meio de uma ação educativa para adolescentes em uma escola pública.

## MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, realizado por meio de uma ação educativa que visa à percepção dos estudantes sobre conceitos de alergias e intolerâncias alimentares, bem como às diferenças entre os conceitos.

Aplicou-se a ação por acadêmicos de Enfermagem do Centro Universitário Metropolitano da Amazônia (UNIFAMAZ), realizando-a em uma escola estadual de Ensino Fundamental e Médio, que também tem especialidades voltadas a pessoas com necessidades especiais de todas as idades, localizada em um bairro de Belém do Pará.

Elencaram-se, como critérios de inclusão para a pesquisa, adolescentes de uma turma do nono ano do Ensino Fundamental II e alunos com 14 a 16 anos. Levantaram-se, como critérios de exclusão, alunos que não estavam dentro da dessa faixa etária citada e demais turmas e professores.

Solicitou-se à coordenação de curso, para melhor operacionalização da ação, a emissão de ofício, para ser entregue à diretoria da escola, a fim de obter a permissão necessária para realizar a ação entre os alunos. Destaca-se que o público-alvo foram os adolescentes do Ensino Fundamental e Médio e a atividade foi realizada em 09/11/2017.

Dividiu-se a ação educativa em quatro momentos, sendo que, no primeiro momento, se realizou a apresentação dos acadêmicos aos alunos seguida de uma roda de conversa.

Passaram-se, no segundo momento, informações científicas de maneira didática, por meio da apresentação de um vídeo a respeito do tema e uma da palestra, como forma de esclarecer e embasar os estudantes sobre a temática proposta.

Realizou-se, no terceiro momento, uma gincana onde os adolescentes foram divididos em dois grupos, sendo que cada subgrupo continha oito participantes, totalizando 16. Detalha-se que os alunos interagiam com o quadro de perguntas abertas e fechadas como: “o que são alergias alimentares?”; “o que são restrições alimentares?”; “há diferença entre intolerância e alergias?”; “verdadeiro ou falso”. Obteve-se uma devida pontuação por cada pergunta e, no final, o grupo que totalizasse mais pontos era o vencedor.

Aplicou-se, no quarto momento, um questionário para analisar e relacionar o conhecimento dos estudantes antes e depois da ação educativa. Realizou-se, em seguida, uma roda de conversa com o objetivo de esclarecimento de dúvidas para verificar se o objetivo da ação foi concluído com êxito e se os mesmos absorveram o conhecimento sobre o tema supracitado.

## RESULTADOS

Informa-se que participaram do estudo os adolescentes estudantes na escola na escola no turno vespertino. Seguem-se os resultados sobre as informações prestadas durante a ação educativa.

Percebeu-se a receptividade positiva dos adolescentes com os acadêmicos para realização da ação educativa, em seguida Questionou-se aos participantes a respeito de alergias e intolerâncias alimentares se uma era sinônimo da outra, os adolescentes responderam que pouco tinham conhecimento sobre o assunto, e alguns afirmaram que alergia e intolerância eram sinônimos e que os mesmos são termos utilizados para quando algum alimento pode dar origem a quadros diarreicos.

Exibiu-se então o vídeo abrangendo as diferenças entre alergias e intolerâncias alimentares para esclarecimento sobre o assunto, pode ser observado uma maior interação dos adolescentes, com isso pode se observar a importância da roda de conversa inicial para uma maior criação de vínculo. Orientou-se então que eles ficassem à vontade para fazer perguntas.

Perguntou-se novamente aos adolescentes sobre o assunto e pode se observar um maior feedback de conhecimento sobre o assunto, onde alguns já não confundiam mais os conceitos, sabendo diferenciar intolerância de alergias alimentares. Mostra-se que um dos adolescentes sentiu-se à vontade para falar que sabia que tinha um dos casos, mas não lembrava qual era, mas depois do vídeo conseguiu lembrar que era alérgico a algumas comidas derivadas de soja. Ressalta-se que para garantir a eficiência da ação educativa partimos então pra idéia da mini palestra e sobre o questionário como forma de explanar mais sobre o assunto.

Destaca-se que a palestra momento de esclarecimento do assunto para os participantes, quando foi aberta uma roda de conversa para que se pudessem fazer perguntas e tirar dúvidas, para que não fugisse a perspectiva da metodologia ativa, foi realizado um quadro dinâmico de perguntas com perguntas relacionadas ao assunto os adolescentes mostraram interesse total em participar da brincadeira, momento ideal para interação onde ocorre brincadeira relacionado aprendizado, vale ressaltar que a metodologia ativa utilizada em uma ação educativa vai variar de acordo com o público.

Completando-se que, dessa maneira os adolescentes tiveram uma ampla percepção da importância de um conhecimento sobre o assunto onde os participantes felizes e à vontade pela ação educativa feita na escola, e eles entenderam a importância da abordagem do tema apresentado. Enfatiza-se que foi um momento de autoavaliação da própria realidade com uma forma diferente de identificar como contribuir para o seu cotidiano.

## DISCUSSÃO

Acredita-se que a experiência vivenciada na ação dentro da escola foi de grande contribuição acadêmica e científica, pois trouxe reflexão sobre a importância de uma ação educativa, principalmente quando se trata de adolescentes que têm facilidade para absorver informações e, nela, foi possível verificar quais as dificuldades dos adolescentes sobre o tema.

A esse respeito:<sup>9</sup>

A escola ocupa um espaço importante no desenvolvimento de atividades de orientação, de liberdade de expressão e de educação em saúde. A educação em saúde promovida nesse espaço

precisa estar embasada tanto em referenciais inovadores de educação, quanto em referenciais que compreendam a complexidade do fenômeno saúde, a partir de um conceito amplo e multidimensional, que considera os determinantes sociais do processo saúde-doença. Tais aspectos contribuem no fomento de ações positivas a saúde dos escolares, extensiva a toda família.<sup>9-10:485</sup>

Apresentaram-se, no primeiro momento de atividade, os acadêmicos aos adolescentes da instituição e, em seguida, foi realizada uma roda de conversa para tentar criar um vínculo com os participantes, fazendo com que os mesmos se sintam à vontade durante a ação educativa, momento importante para o esclarecimento do objetivo da ação.

Tem-se a Roda de Conversa como uma possibilidade metodológica para uma comunicação dinâmica e produtiva entre participantes de uma ação educativa. Apresenta-se essa técnica como um rico instrumento para ser utilizado como prática metodológica de aproximação entre os sujeitos no cotidiano.<sup>10</sup>

Exibiu-se, no segundo momento, um vídeo bastante interativo, fazendo uma diferenciação dos conceitos de intolerâncias e alergias alimentares, com duração de oito minutos e 20 segundos. Salienta-se que, no momento da explanação, eles ficaram atentos, quando surgiram algumas dúvidas e, dentre elas, as mais frequentes eram: “todo mundo tem alguma alergia alimentar?”; “como posso saber se tenho alergia ou tolerância?”.

Promoveu-se uma palestra para os participantes, para tirar suas dúvidas a respeito do assunto proposto, e os adolescentes prestaram atenção e conseguiram absorver muitas informações. Destaca-se que foi um momento de esclarecimento do assunto para os participantes, quando foi aberta uma roda de conversa para que se pudessem fazer perguntas e tirar dúvidas. Tornou-se o terceiro momento ideal para uma melhor relação interpessoal entre os estudantes da escola e os acadêmicos de Enfermagem e, nele, foi realizada uma dinâmica com um quadro de perguntas que durou 30 minutos, momento primordial para perceber se a exposição do vídeo e a promoção da roda de conversa foram eficientes para o repasse do conhecimento. Observou-se que os participantes já mostravam uma nova percepção sobre o tema, fazendo com que, cada vez mais, se chegasse à conclusão de que a relevância do estudo estava sendo cumprida com êxito.

Forneceu-se, no quarto momento, a cada participante do grupo, um questionário com cinco perguntas fechadas que perguntava sobre o conhecimento dos alunos antes da ação. Aponta-se que o intuito do questionário foi verificar se o objetivo da pesquisa foi alcançado com êxito e

identificar se alguns deles têm alguma intolerância ou alergia alimentar. Realizou-se a pesquisa com 19 participantes, dentre eles, apenas cinco narraram que tinham conhecimento prévio sobre o tema, 14 relataram ter pouco conhecimento sobre o assunto, 12 afirmaram conhecer alguma pessoa com hipersensibilidade alimentar e três relataram possuir alguma hipersensibilidade alimentar. Promoveram-se, em seguida, uma nova roda de conversa para o *feedback* da ação e a análise grupal sobre como a ação os influenciou.

## CONCLUSÃO

Acredita-se que este artigo possa trazer subsídios para a reflexão acerca da importância de uma ação educativa para adolescentes e como a mesma influencia positivamente a promoção da educação em saúde, constituindo importante ferramenta para a conscientização crítica dos indivíduos a respeito do seu meio social e suas condições de vida em saúde.

Apresentaram-se, pela ação de educação em saúde realizada neste estudo, resultados positivos quanto ao aumento de conhecimento dos adolescentes nas temáticas sobre alergias e intolerâncias alimentares.

Percebeu-se, nos participantes, o interesse de aprender e repassar, para familiares e amigos, este aprendizado. Destaca-se que o planejamento dessa ação, realizada com metodologias ativas, possibilitou alcançar o público-alvo, pois a adaptação da linguagem e o uso de materiais estratégicos promoveram maior compreensão aos participantes. Tem-se a possibilidade, quando se objetiva realizar uma ação educativa em um grupo de trabalho na comunidade, de cada indivíduo expressar seu pensamento, dar sua opinião, seu ponto de vista ou seu silêncio.

Confia-se que a ação educativa sensibilizou os envolvidos em relação à temática e que os acadêmicos conseguiram sensibilizar os participantes da ação, que podem contribuir para um melhor entendimento a respeito da definição e das causas das patologias, diferenças, sintomas, principais alimentos envolvidos na alergia e intolerância alimentar.

## REFERÊNCIAS

1. Pádua I, BarroS R, Moreira PM. A. Food allergy in the restaurant industry. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável. DGS [Internet]. 2016 Apr [cited 2018 Aug 10]. Available from: [https://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activea/pp/wp-content/files\\_mf/1464873118AlergiaAlimentarnaRestaurac%CC%A7a%CC%83o.pdf](https://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/activea/pp/wp-content/files_mf/1464873118AlergiaAlimentarnaRestaurac%CC%A7a%CC%83o.pdf)
2. Monte H. Alergias e intolerâncias alimentares: novas perspectivas [dissertation][Internet]. Porto: Universidade do Porto; 2015. Available from:

<https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/81841/2/37590.pdf>

3. Rachid R, Keet CA. Food Allergy: What's on the Menu in 2018? *J Allergy Clin Immunol Pract.* 2018;6(2):419-420. DOI: [10.1016/j.jaip.2017.12.010](https://doi.org/10.1016/j.jaip.2017.12.010)

4. Berzuino MB, Fernandes RCS, Lima MA, Matias ACG, Pereira IRO. Food allergy and regulatory scenario in Brazi. *Rev Eletrônica Farm.* 2017; 14(2):23-36. DOI: <https://doi.org/10.5216/ref.v14i2.43433>

5. Koleilat A. Food intolerance. *Biomed J Scient Tech Res.* 2017 July;1(2):338-9. DOI: [10.26717/BJSTR.2017.01.000190](https://doi.org/10.26717/BJSTR.2017.01.000190)

6. Alcocer MJC, Ares S de la C, López-Calleja I. Recent advances in food allergy. *Brazilian J Food Technol.* 2016;19(0). DOI: [10.1590/1981-6723.4716](https://doi.org/10.1590/1981-6723.4716)

7. Franco MA. S. P Pedagogical practices of teaching-learning: amid resistances and resignations. *Educ Pesqui.* 2015 July/Sept; 41(3):601-14. DOI: [http://dx.doi.org/10.1590/S1517-9702201507140384](https://dx.doi.org/10.1590/S1517-9702201507140384)

8. Viero VSF, Farias JM, Ferraz F, Simões PW, Martins JA, Ceretta LB. Health education with adolescents: analysis of knowledge acquisition on health topics. *Esc Anna Nery Rev Enferm.* 2015; 19(3):484-90. DOI: [http://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20150064](https://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20150064)

9. Leonello VM, Vieira MPM, Duarte TCR. Competencies for educational actions of Family Health Strategy nurses. *Rev Bras Enferm.* 2018; 71(3):1072-8. DOI: [http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692008000200002](https://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692008000200002)

10. Souza AA, Cadete MMM. Roda de conversa: ferramenta pedagógica para a compreensão dos problemas alimentares contemporâneos. *Rev Contrib Cienc Soc [Internet].* 2017 [cited 2018 Aug 10];01-15. Available from: <http://www.eumed.net/rev/cccss/2017/02/roda-conversa.html>


## Correspondência

Yuri Henrique Andrade de Oliveira  
E-mail: [yurihenrique468@gmail.com](mailto:yurihenrique468@gmail.com)

Submissão: 13/06/2019

Aceito: 05/07/2019

Copyright© 2019 Revista de Enfermagem UFPE on line/REUOL.

 Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob a Atribuição CC BY 4.0 [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), a qual permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe atribuam o devido crédito pela criação original. É recomendada