



## Cartilha sobre alimentação saudável para mediar atividades educativas na atenção primária a saúde

Booklet on healthy food to mediate educational activities in primary health care

Folleto sobre alimentación saludable para mediar actividades educativas en la atención primaria de salud

Sandra Maria dos Santos Figueiredo<sup>1</sup>, Marcia Helena Machado Nascimento<sup>2</sup>, Elizabeth Teixeira<sup>3</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Realizar a validação de conteúdo de uma tecnologia educativa (TE) do tipo cartilha sobre alimentação saudável. **Métodos:** Estudo metodológico de validação de conteúdo da tecnologia educativa intitulada “Alimentação saudável: o que é bom e o que não é bom”, que foi avaliada por oito juízes-especialistas. A coleta de dados se deu por meio eletrônico, através do preenchimento do instrumento de validação de conteúdo educativo em saúde (IVCS). Para a análise dos dados, foi realizado o cálculo do Índice de Validade de Conteúdo (IVC). **Resultados:** A cartilha foi considerada válida pelos juízes especialistas, visto que obteve um IVC global de 0,81. No entanto, passou por uma reelaboração textual de acordo com sugestões e recomendações recebidas. As alterações realizadas foram: substituição de palavras e/ou frases, acréscimo de informações e adequação de linguagem. **Conclusão:** A cartilha foi considerada válida para ser utilizada em atividades de educação alimentar e nutricional (EAN) com usuários da atenção primária à saúde (APS).

**Palavras-chave:** Alimentação Saudável, Tecnologia Educativa, Educação em Saúde.

### ABSTRACT

**Objective:** To perform the content validation of an educational technology (ET) of the booklet type on healthy eating. **Methods:** Methodological study of content validation of educational technology entitled “Healthy eating: what is good and what is not good”, which was evaluated by eight expert judges. Data were collected electronically by completing the instrument for validating educational content in health (IVCS). For data analysis, the Content Validity Index (CVI) was calculation. **Results:** The booklet was considered valid by the expert judges, since it obtained a global CVI of 0.81. However, it underwent a textual reelaboration according to suggestions and recommendations received. The changes were: substitution of words and/or phrases, addition of information and language adequacy. **Conclusion:** The booklet was considered valid to be used in food and nutritional education (AN) activities with primary health care (PHC) users.

**Keywords:** Healthy Eating, Educational Technology, Health Education.

<sup>1</sup> Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém - PA.

<sup>2</sup> Universidade Estadual do Pará (UEPA), Belém - PA.

<sup>3</sup> Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém - PA.

## RESUMEN

**Objetivo:** Realizar la validación de contenido de una tecnología educativa (ET) del tipo folleto sobre alimentación saludable. **Métodos:** Estudio metodológico de validación de contenidos de tecnología educativa titulado "Alimentación saludable: lo bueno y lo que no es bueno", que fue evaluado por ocho jueces expertos. Los datos fueron recolectados electrónicamente al completar el instrumento de validación de contenidos educativos en salud (IVCS). Para el análisis de los datos, se calculó el Índice de Validez de Contenido (IVC). **Resultados:** El folleto fue considerado válido por los jueces expertos, ya que obtuvo un CVI global de 0,81. Sin embargo, se sometió a una reelaboración del texto de acuerdo con las sugerencias y recomendaciones recibidas. Los cambios fueron: sustitución de palabras y/o frases, adición de información y adecuación lingüística. **Conclusión:** El folleto fue considerado válido para ser utilizado en actividades de educación alimentaria y nutricional (AN) con usuarios de la atención primaria de salud (APS).

**Palabras clave:** Alimentación Saludable, Tecnología Educativa, Educación para la Salud.

## INTRODUÇÃO

A alimentação saudável deve estar baseada em práticas alimentares que tenham significado biológico, social e cultural e deve reunir os seguintes atributos: ser acessível, não ter custo elevado, valorizar a variedade, ser constituída de preparações alimentares harmônicas em quantidade e qualidade, naturalmente colorida e segura sanitariamente (BRASIL, 2014; MARTINELLI SS e CAVALLI SB, 2019).

Os alimentos têm gosto, cor, forma, aroma e textura e todos estes componentes precisam ser considerados na abordagem nutricional. A alimentação traz significações antropológicas, sócio culturais, comportamentais e afetivas singulares, portanto, é fonte de prazer e identidade (BRASIL, 2018).

A atuação do profissional nutricionista na promoção da saúde deve ser criativa, devendo sempre demonstrar desprendimento, ousadia, envolvimento e inovação. Para isto, se faz necessário que sejam atingidos os seguintes objetivos nas atividades: utilizar o modelo de atenção da integralidade, articular saberes técnicos e populares, habilitar os indivíduos para que sejam capazes de realizar escolhas alimentares saudáveis de forma autônoma e contemplar o princípio da intersetorialidade. A atribuição para o trabalho não pode prescindir da competência de atuação no âmbito da intersubjetividade, tanto em relação à equipe multidisciplinar, como em relação à população que é assistida nesses serviços (ALMEIDA AAS, et al., 2017; CRUZ PJSC, 2019).

A educação em saúde vai muito além da divulgação de conhecimento, combina ações de aprendizagem traçadas com propósito de favorecer ações voluntárias à saúde, com trocas de experiências entre os indivíduos nos aspectos comportamentais, de medidas terapêuticas e interacionais (BUENO MBT e BROD FAT, 2021).

Tem papel importante em relação à processos de transformações e mudanças, que tem por objetivo possibilitar a compreensão necessária à gerar autonomia de decisão para que desta forma sejam adotadas atitudes, hábitos e práticas alimentares variadas e saudáveis, além de proporcionar uma reflexão sobre os valores, condutas, condições sociais e o estilo de vida dos sujeitos envolvidos (COSTA GGC, et al., 2013).

O nutricionista como educador, deve atuar para a promoção de práticas alimentares saudáveis, promovendo intervenções voltadas para mudanças de hábitos alimentares indesejáveis, seja por meio da assistência nutricional individual, seja por meio de atividades com grupos. O desenvolvimento destes hábitos, pautada no trabalho de educação em saúde exige que o nutricionista tenha papel de agente propiciador de mudanças (PEREIRA TR, et al., 2020). A educação alimentar e nutricional (EAN) é importante para as pessoas porque favorece a construção de uma visão crítica sobre a alimentação a ser ingerida e também instiga a autonomia. Dessa forma, a EAN auxilia na elaboração de conceitos e atitudes positivas em relação às práticas alimentares. Nesse sentido, a autonomia deve ser estimulada, pois as pessoas precisam decidir de forma qualificada sobre a sua alimentação (PEREIRA TR, et al., 2020).

O trabalho desenvolvido na atenção primária à saúde (APS) requer ações educativas; tais ações podem favorecer o processo saúde-doença da população, pois quando a população tem informação, amplia-se o controle social e se favorece a qualidade de vida bem como a autonomia. As ações educativas instigam novos hábitos e comportamentos (CRUZ PJC, 2019).

As tecnologias educativas do tipo impressas têm sido muito empregadas com a intenção de melhorar o conhecimento, a satisfação, a aderência ao tratamento e o autocuidado. Os profissionais de saúde a utilizam como ferramenta para reforçar as orientações verbalizadas, ocasionando impacto positivo na educação em saúde auxiliando a responder perguntas que possam ocorrer quando o indivíduo não estiver interagindo com o profissional de saúde (OLIVEIRA SC, et al., 2014). Neste sentido, para mediar atividades de educação em saúde, as TE ocupam um papel central visto que são ferramentas que viabilizam a construção mútua de conhecimentos oportunizando à população assumir postura de agente de mudanças. Desta forma, é primordial desenvolver estratégias tecnológicas, assim como sua avaliação e validação (SILVA YS, et al., 2020; ARÁUJO KC, et al., 2022).

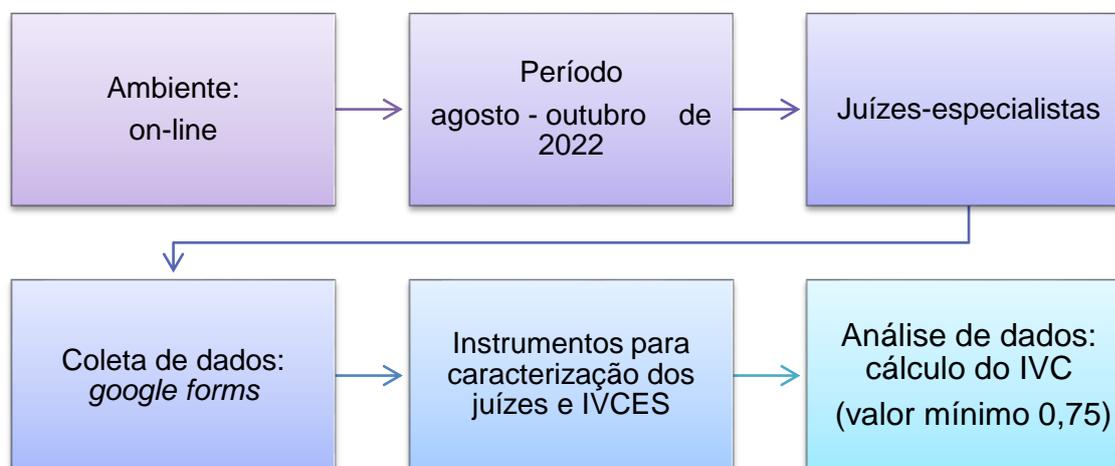
Nessa perspectiva, como trabalho de conclusão de mestrado, foi produzida uma tecnologia educativa do tipo cartilha intitulada “Alimentação saudável: o que é bom e o que não é bom”, elaborada para ser utilizada por estudantes de nutrição ou nutricionistas com usuários da APS em atividades educativas sobre alimentação saudável. Após a produção, emergiu a seguinte questão: a cartilha é uma tecnologia válida para mediar atividades educativas com usuários da APS segundo juízes-especialistas? Desta forma, o objetivo do estudo foi realizar a validação de conteúdo de uma tecnologia educacional sobre alimentação saudável.

## MÉTODOS

Estudo metodológico de validação de conteúdo de acordo com a manifestação de juízes-especialistas. Segundo Nietzsche EA, et al. (2014), a validação é um processo em que se examina, com precisão determinado instrumento a partir de escores estabelecidos, com a finalidade de aprimorar uma TE, sua abrangência e representação (**Figura 1**). Foi realizada no período de agosto a outubro de 2022.

É fato que a qualidade das tecnologias produzidas é muito variável e ferramentas têm sido desenvolvidas para auxiliar a verificação dos critérios de qualidade. Neste sentido, o estudo está organizado com base nos preceitos do *Guidelines for Reporting Reliability and Agreement Studies* (GRRAS) de Kottner J, et al. (2011), que traz diretrizes (*checklist*) para confiabilidade e concordância que devem estar presentes quando investigados que serão mais apropriados e mais facilmente relatados usando o *guideline*.

**Figura 1** – Representação do processo de validação de conteúdo.



Fonte: Figueiredo SMS, et al., 2023.

A escolha do ambiente “on-line” se deu com vistas a atingir maior abrangência geográfica, com inclusão de juízes de diferentes locais do país; bem como economia financeira e redução de tempo na coleta de dados, pois não necessita de deslocamentos. Os participantes foram denominados juízes especialistas da área da saúde e foram responsáveis em avaliar o objetivo, a estrutura, a apresentação e a relevância da tecnologia educacional, ou seja, realizaram a análise do conteúdo do construto, verificando a adequação de cada item (NASCIMENTO MH, 2012).

De acordo com o modelo adaptado de Benevides JL, et al. (2016) e Teixeira E (2020), participaram do estudo profissionais que atenderam pelo menos dois dentre os seguintes critérios: experiência docente ou clínico-assistencial há no mínimo 3 anos; ter trabalhos sobre a temática publicados em revistas e/ou eventos; ter trabalhos publicados sobre construção e validação em revistas e/ou eventos; ter título de especialista (lato-sensu e/ou stricto sensu) relacionado ao tema; ser membro de Sociedade Científica relacionada ao tema.

Os participantes foram identificados na plataforma Lattes, e foi adotada a técnica de “snowball”, em que cada convidado pode indicar outros participantes para a pesquisa. Tais critérios vêm sendo utilizados em estudos de validação de conteúdo de tecnologia educacional. O processo de coleta de dados teve início por meio de carta convite, encaminhada via e-mail para cada juiz-especialista, com vistas a chamar para participar da pesquisa, explicando os objetivos e os procedimentos. Os que concordaram em participar receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após a devolução do termo assinado, cada participante recebeu uma cópia em PDF da cartilha e o *link* com o instrumento para ser preenchido na plataforma online *Google Forms*.

Para realizar a validação de conteúdo da cartilha, foi utilizado um questionário dividido em duas partes: a primeira com dados de identificação dos especialistas (idade, sexo, área e tempo de formação, função/cargo na instituição em que atua, tempo de atuação, titulação); a segunda com o instrumento de validação de conteúdo educativo em saúde (IVCES) de Leite SS, et al. (2018), com instruções de preenchimento e tópicos de avaliação com 18 questões específicas, organizadas em três blocos: I- Objetivos, com cinco questões, que refere-se aos propósitos, metas ou finalidades do conteúdo da cartilha; II- Estrutura e apresentação, com 15 questões sobre organização, estrutura, estratégia, coerência e suficiência da cartilha; III- Relevância, com três questões, que versam sobre a significância, impacto, motivação e interesse do conteúdo/cartilha e espaço para comentários e sugestões dos juízes. A escala utilizada é: 0 discordo, 1 concordo parcialmente e 2 concordo totalmente.

Para a análise, foi utilizada a estatística descritiva, determinando as frequências absolutas e relativas e para isso foi realizado o cálculo do índice de concordância, que indica em que medida as opiniões/considerações/sugestões dos juízes-especialistas são apropriadas. Rocha GS, et al. (2019) estabelecem a excelência da validade de conteúdo do que se está medindo quando se atinge 0,75 no mínimo de concordância; os itens que não alcançarem esse valor são revisados e alterados.

O nível de concordância entre os juízes foi calculado pelo Índice de Validade de Conteúdo (IVC), obtido pela fórmula de Alexandre NM e Coluci MZ (2011) e Antonioli SA (2019):  $IVC = \frac{\text{Soma das respostas "Concordo Totalmente"}}{\text{Soma de todas as respostas}}$ . As respostas advindas das sugestões e observações dos juízes foram elencadas evidenciando as principais ações para aprimoramento da TE. A pesquisa foi realizada respeitando os aspectos éticos com base na resolução n. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), sob o parecer nº 5.602.953 e CAAE nº 62145722.8.0000.5169.

## RESULTADOS

O grupo de juízes especialistas foi composto por oito nutricionistas, todos do sexo feminino. A faixa etária foi de 37 e 66 anos, com média de 48 anos de idade. Em relação ao tempo de trabalho, possuíam entre cinco e 43 anos de serviço, com média de 18 anos. No que se refere ao tempo de formação variou de 15 a 43 anos; seis possuíam mestrado e dois doutorados. No que se refere a região, uma pertence ao Sudeste e seis ao Norte do país. Na validação de conteúdo (1ª parte da análise), com relação ao domínio

“objetivo”, que está relacionado aos propósitos, metas e pontos que se desejam atingir com o uso da TE, obteve-se 33 marcações para concordo totalmente (82,5%) e sete (17,5%) para concordo parcialmente. O IVC foi de 0,83 (**Tabela 1**).

**Tabela 1** – Respostas dos juízes quanto ao domínio “objetivos”.

Domínio	Itens da Escala			
	0	1	2	IVC
<b>Objetivos: propósitos, metas ou finalidades.</b>				
Contempla o tema proposto	0	1	7	0,87
Adequado ao processo de ensino-aprendizagem	0	1	7	0,87
Esclarece dúvidas sobre o tema abordado	0	2	6	0,75
Proporciona reflexão sobre o tema	0	1	7	0,87
Incentiva mudança de comportamento	0	2	6	0,75
Escore	0	7	33	40
Percentual	0%	17,5%	82,5%	100%
IVC	0,83			

**Nota:** 0 = discordo; 1 = concordo parcialmente; 2= concordo totalmente. **Fonte:** Figueiredo, SMS et al., 2023.

No domínio “estrutura e apresentação”, que está relacionado à forma de apresentação das orientações, o que inclui a organização geral, estratégia de apresentação, coerência e formatação da TE, obtiveram-se 64 marcações para concordo totalmente (80%) e 16 (20 %) para concordo parcialmente. O IVC foi de 0,80 (**Tabela 2**).

**Tabela 2** – Respostas dos juízes quanto ao domínio “Estrutura/Apresentação” da validação da cartilha.

Domínio	Itens da Escala			
	0	1	2	IVC
<b>Estruturação/Apresentação: organização, estrutura, estratégia, coerência e suficiência</b>				
Linguagem adequada ao público-alvo	0	2	6	0,75
Linguagem apropriada ao material educativo	0	2	6	0,75
Linguagem interativa, permitindo envolvimento ativo no processo educativo	0	2	6	0,75
Informações corretas	0	1	7	0,88
Informações objetivas	0	1	7	0,88
Informações esclarecedoras	0	2	6	0,75
Informações necessárias	0	2	6	0,75
Sequência lógica de ideias	0	1	7	0,88
Tema atual	0	1	7	0,88
Tamanho do texto adequado	0	2	6	0,75
Escore	0	16	64	80
Percentual	0%	20%	80%	100%
IVC	0,80			

**Nota:** 0 = discordo; 1 = concordo parcialmente; 2= concordo totalmente. **Fonte:** Figueiredo, SMS et al., 2023.

No domínio “Relevância”, que está relacionado ao grau de significação da TE apresentada, obteve-se 19 marcações para concordo totalmente (79%) e cinco (21%) para concordo parcialmente. O IVC apresentado foi de 0,79 (**Tabela 3**).

**Tabela 3** – Respostas dos juízes quanto ao domínio “Relevância”.

Domínio	Itens da Escala			
	0	1	2	IVC
<b>Relevância: significância, impacto, motivação e interesse</b>				
Estimula o aprendizado	0	2	6	0,75
Contribui para o conhecimento na área	0	1	7	0,88
Desperta interesse pelo tema	0	2	6	0,75
Escore	0	5	19	24
Percentual	0%	21%	79%	100%
IVC	0,79			

**Nota:** 0 = discordo; 1 = concordo parcialmente; 2= concordo totalmente. **Fonte:** Figueiredo, SMS et al., 2023.

Considerando os IVC dos três domínios (0,83, 0,80 e 0,79) o IVC global foi de 0,81; o que significa que a cartilha foi considerada válida, segundo os juízes especialistas, não sendo necessário realizar uma nova rodada de avaliação. No que tange as sugestões dos juízes (2ª parte da análise), quatro dos oito juízes fizeram indicações; que foram atendidas na versão final da cartilha. Quanto às sugestões/recomendações foram relacionadas ao conteúdo, linguagem e *layout*, verificando-se a necessidade de adicionar, complementar e rescrever alguns pontos como destacado a seguir:

*Verificar as palavras estrangeiras e colocá-las em itálico; na página 7 o texto está muito "espremido" perto da imagem e na parte da proteína vegetal, há repetição de palavras. Na página 8 a cor da fonte não sobressai com a cor do fundo, que está apropriada ao tópico abordado. Na página 11 sugiro colocar que a gordura saturada encontra-se predominantemente na forma sólida quando em temperatura ambiente. Na página 17 sugiro que seja acrescentado as porções, uma vez que o público leigo não entenderá (juiz 1).*

*Na página 05 no grupo alimentar sobre carboidratos, acrescentar no importante lembrar exemplos de alimentos que "não são bons" para o consumo como refere no tema, que não são consideradas saudáveis (juiz 5).*

*Sugiro que seja inserida a nova classificação de alimentos proposta pelo guia alimentar para a população adulta brasileira. Na página 16, o termo ultra processados aparece nos 10 passos, entretanto, não há explicação do seu conceito (juiz 7).*

*Sugiro retirar os lipídios do item de restrições alimentares e incluir em quais os principais conteúdos alimentares, contemplar nos lipídios o termo "importante lembrar", pois há referência no texto de que os lipídios são gorduras de diferentes tipos e podem ou não ser prejudiciais à saúde dependendo do tipo de alimento; pode dar ênfase às gorduras saudáveis no item conteúdo alimentares. Nas restrições alimentares, sugiro que seja referido gorduras saturadas e trans e não os lipídios em gerais ou manter esta informação em "importante lembrar", para maior compreensão da importância dos lipídios na alimentação saudável, desde que em quantidades reduzidas e de lipídios saudáveis (juiz 8).*

A versão final da TE ficou com 27 páginas e organizada com os seguintes itens: capa, sumário, 1. apresentação, 2. qual a importância de uma alimentação saudável?, 3. quais são os principais conteúdos alimentares? onde foi abordado sobre carboidratos, fibras, proteínas e água, 4. restrições alimentares onde foi esclarecido sobre lipídeos, perguntas e respostas, sal, açúcar, farinha de mandioca e alimentos diet e light – qual a diferença? 5. ato alimentar, 6. pirâmide dos alimentos, 7. receitas, considerações finais, anotações e referências. A cartilha está disponível ao público na versão *on-line* no repositório de tecnologias registradas da Rede de Estudos de Tecnologias Educacionais (RETE Brasil).

## DISCUSSÃO

O presente estudo validou o conteúdo da cartilha "Alimentação saudável: o que é bom e o que não é bom" (FIGUEIREDO SMS, 2023), elaborada para ser utilizada por estudantes e profissionais para promover a alimentação saudável por meio da EAN com usuários da APS. A produção e distribuição de TE que orientem e sensibilizem a população com relação aos hábitos alimentares saudáveis é de grande importância, visto que, o Ministério da Saúde (BRASIL, 2014) alerta que fatores de riscos modificáveis no âmbito da saúde pública, entre eles a alimentação, devem ser considerados no enfrentamento de diversas patologias, principalmente as doenças crônicas não transmissíveis.

Santos AMD, et al. (2021) em seu estudo refere que os profissionais da saúde da APS são potencialmente educadores e, para isto, utilizam diversas ferramentas que favorecem o processo de cuidar e educar. Sendo que, o uso de TE de suma importância como ferramenta nesse processo,

proporcionando o aprimoramento do cuidado em saúde e a participação ativa dos usuários envolvidos no processo educacional. Gonçalves MS, et al. (2019), relata que a elaboração de uma TE fundamentasse no intuito de desenvolver ações que favoreçam a alimentação saudável como rotina na APS e de oferecer aos profissionais inseridos nesse contexto um material de apoio para promover atividades de orientação alimentar e nutricional. No entanto, para potencializar a efetividade da utilização de novos materiais educativos, é necessário conhecer os procedimentos para validar o conteúdo, buscando desta forma desenvolver instrumentos confiáveis e apropriados.

O desenvolvimento de tecnologias educativas tem o propósito de ser uma estratégia para a melhoria da assistência à saúde. Contudo, para que possam ser utilizadas de maneira segura, é primordial que seja realizada a validação de conteúdo (POLIT DF e BECK CT, 2011). Esses processos são múltiplos e suscitam a sua potencialidade em articular a educação em saúde com a tecnologia, métodos, técnicas e referenciais teóricos de pesquisa. De acordo com Vieira AS, et al. (2020), o desenvolvimento da validação com juízes especialistas da área da saúde com embasamento técnico-científico, permite que o julgamento seja realizado de modo consciente em decorrência do alto nível de qualificação e experiência dos mesmos.

A validação da TE deve ser realizada antes que a mesma seja utilizada na prática, já que possibilita a fundamentação, precisão e confiabilidade dos dados apresentados pelos juízes-especialistas da área tendo o intuito de verificar a pertinência do seu conteúdo tornando o instrumento confiável, replicável e com informações importantes para o público a que se destina. Sendo assim, o processo de validação é indispensável no desenvolvimento de uma tecnologia, já que a ausência deste processo pode refletir no comprometimento da qualidade da TE elaborada, com implicações na efetividade de sua utilização (TEIXEIRA E e MOTA VMSS, 2011; SANTOS AMD, et al., 2021).

A avaliação dos especialistas é importante para dar credibilidade ao conteúdo da cartilha. De modo geral, as sugestões e observações realizadas pelos juízes colaboraram incontestavelmente para o refinamento dos conteúdos abordados; diferentes itens receberam recomendação de alteração, que foram avaliadas como pertinentes para o seu aprimoramento. Ferreira DS, et al. (2020), referem que as sugestões e comentários realizados são contribuições importantes, que certificam qualidade ao material educativo desenvolvido; tais detalhes favorecem para o aperfeiçoamento do produto final e conseqüentemente da sua aplicabilidade, por meio da reformulação de algumas informações, alteração de palavras e revisão das ilustrações/imagens.

Gigante VCG, et al. (2021) relatam que materiais educativos impressos ou digitais colaboram com o processo de comunicação e assim contribuem para o aumento da adesão e compreensão por parte do público a que se destinam. O uso de orientações escritas possui mais efetividade do que aquelas realizadas verbalmente. É importante destacar a importância da elaboração de tecnologia com linguagem compreensiva, visualmente atrativa que estimulem a leitura. A propagação de informações é uma das melhores opções para sensibilizar a população acerca de seus hábitos alimentares, sendo um facilitador para promoção de saúde na APS. A cartilha elaborada é um instrumento que viabiliza a consulta de forma simples e objetiva, além de motivar o usuário a aprimorar os cuidados com a saúde, oportunizando a adoção de práticas alimentares adequadas e conseqüentemente melhoria na qualidade de vida.

Nesse contexto, as TE se mostram eficientes para promover saúde, pois aperfeiçoam o conhecimento dos usuários, tornando-o capaz de entender como as próprias ações influenciam a sua condição de saúde. Cabe destacar que uma das limitações do estudo é que a cartilha ainda não foi avaliada pelo público-alvo (análise semântica), o que será contemplado no estudo de continuidade.

## CONCLUSÃO

A TE foi validada segundo o conteúdo, o processo de avaliação incluiu juízes especialistas da área da saúde e suas contribuições foram consideradas para a elaboração da segunda versão. A cartilha é apropriada à finalidade a que se destina como material para as atividades de EAN, com a finalidade de

incentivar à alimentação saudável em usuários da APS, favorecendo o autocuidado e a saúde. É importante reforçar que o papel do nutricionista quanto educador é favorecer que o usuário seja capaz de criar um pensamento crítico e também de visualizar e adotar formas para solucionar problemas enfrentados, oferecendo informações com vistas à adoção de novos hábitos alimentares.

## AGRADECIMENTO E FINANCIAMENTO

Este artigo é parte da dissertação de mestrado profissional de Sandra Maria dos Santos Figueiredo pela Universidade Estadual do Pará (UEPA), onde foi realizada a elaboração da cartilha e agradeço a Profa. Elizabeth Teixeira pela orientação e incentivo em dar continuidade no processo de validação da TE.

## REFERÊNCIAS

1. ALEXANDRE NMC e COLUCI MZO. Validade de conteúdo nos processos de construção e adaptação de instrumentos de medidas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2011; 16(7): 3061-3068.
2. ALMEIDA AAS, et al. Alimentação saudável na perspectiva multiprofissional: A experiência do Projeto "Saúde no Prato" desenvolvido na Atenção Básica. *Revista Brasileira De Educação E Saúde*, 2017; 7(4): 109-116.
3. ANTONIOLLI SAC. Recursos educativos digitais para saúde e segurança no trabalho na atenção primária à saúde. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, Porto Alegre, 2019.
4. ARAÚJO KC, et al. Tecnologias educacionais para abordagens de saúde com adolescentes: revisão integrativa. *Acta Paul Enferm*, 2022; 35.
5. BENEVIDES JL, et al. Development and validation of educational technology for venous ulcer care. *Revista da Escola de Enfermagem da USP [online]*, 2016; 50(2): 309-316.
6. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed., 1. reimpr. 2014.
7. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde: Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo seres humanos. 2012. Disponível em: <<http://www.uniararas.br/documentos/DOC00012.pdf>>. Acessado em: 20 de novembro de 2022.
8. BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional. 2018.
9. BUENO MBT e BROD FAT. O lúdico para a área da saúde: Perspectivas por meio do discurso do sujeito coletivo (DSC). *Ensino De Ciências E Tecnologia Em Revista – ENCITEC*, 2021; 11(3): 152-165.
10. COSTA GGC, et al. Efeitos da educação nutricional em pré-escolares: uma revisão da literatura. *Com. Ciências Saúde*, 2013; 24(2): 155-168.
11. CRUZ PJSC. Potencialidades do agir crítico em Nutrição na Atenção Primária à Saúde a partir da perspectiva da Educação Popular: algumas reflexões. *Revista de Educação Popular*, 2019; 18 (1): 10–23.
12. FERREIRA DS, et al. Validação de conteúdo de uma tecnologia educacional sobre saúde do homem. *Rev. baiana enferm*, 2020; 34.
13. FIGUEIREDO, SMS. Alimentação saudável: o que é bom e o que não é. E-book, 2023.
14. GIGANTE VCG, et al. Construção e validação de tecnologia educacional sobre consumo de álcool entre universitários. *Cogitare enferm.*, 2021; 26.
15. GONÇALVES MS, et al. Construção e validação de cartilha educativa para promoção da alimentação saudável entre pacientes diabéticos. *Rev Bras Promoç Saúde*, 2019; 32.
16. KOTTNER J, et al. Guidelines for Reporting Reliability and Agreement Studies (GRRAS) were proposed. *Journal of Clinical Epidemiology*, 2011; 64(1): 96-106.
17. LEITE SS, et al. Construção e validação de um Instrumento de Validação de Conteúdo Educacional em Saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem [online]*, 2018; 71 (4): 1635-1641.
18. MARTINELLI SS e BARLETTO, SB. Alimentação saudável e sustentável: uma revisão narrativa sobre desafios e perspectivas. *Ciência & Saúde Coletiva [online]*, 2019; 24 (11).
19. NASCIMENTO MHM e TEIXEIRA E. Tecnologia para mediar o cuidar-educando no acolhimento de "familiares cangurus" em unidade neonatal: Estudo de Validação. Dissertação (Mestrado) - Universidade do Estado do Pará, Belém, 2012; 172 p.

20. NIETCHE EA, et al (Org.). Tecnologias cuidativo-educacionais: uma possibilidade para o empoderamento do/a enfermeiro/a. Porto Alegre: Moriá, 2014.
21. OLIVEIRA SC, et al. Construção e validação de cartilha educativa para alimentação saudável durante a gravidez. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2014; 22(4): 611–20.
22. PEREIRA TR, et al. Importância da educação alimentar e nutricional para alunos de séries iniciais. *Lynx*, 2020; 1(1).
23. POLIT DF e BECK CT. Fundamentos de Pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para as práticas da enfermagem. 7. ed. Porto Alegre: Artmed, 2011; 669 p.
24. ROCHA GS, et al. Validação de manual de cuidados de idosos após cirurgia cerebral. *Revista de Enfermagem UFPE on line*, 2019; 13.
25. SANTOS AMD, et al. Validação de tecnologias educacionais na área da saúde: protocolo de scoping review. *Research, Society and Development*, 2021; 10(17).
26. SILVA MY, et al. Tecnologias educacionais como estratégia para educação em saúde de adolescentes: revisão integrativa. *Rev. Saúde Digital Tec. Educ.*, 2020; 5(1): 66-82.
27. TEIXEIRA E (Org.). Desenvolvimento de tecnologias cuidativo-educacionais: volume 2. Porto Alegre: Moriá, 2020; 398p
28. TEIXEIRA E, et al. Tecnologias educacionais em foco. Difusão Editora, 2011.
29. VIEIRA AS, et al. Cartilha sobre prevenção de traumas em pessoas idosas no contexto domiciliar. p. 271-288. Desenvolvimento de tecnologias cuidativo-educacionais: volume 2. Elizabeth Teixeira (org) – Porto Alegre: Moriá, 2020; 398p.