

## GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA: COMO SE ENCONTRA A DISSEMINAÇÃO DE SUAS INFORMAÇÕES?

Luana Cunha ZANETTI<sup>1</sup>

Jackeline Correa França de Arruda Bodnar MASSAD<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). <sup>2</sup>Mestre em Saúde Coletiva, Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

**Introdução:** O Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB), foi publicado com o intuito de proporcionar orientações alimentares e nutricionais apropriadas à população, levando em consideração os aspectos biológicos, os valores socioculturais, a sustentabilidade e autonomia alimentar. Visando a promoção de saúde da população e a prevenção de doenças associadas à alimentação, como diabetes mellitus e hipertensão arterial por meio de passos e princípios que norteiam a alimentação saudável e adequada. Ademais, a segunda edição do GAPB trouxe a divisão dos alimentos segundo seu nível de processamento, ou seja, alimentos *in natura*, alimentos minimamente processado, alimentos processados e alimentos ultraprocessados. **Objetivo:** Diante do exposto, busca-se investigar como encontra-se a disseminação das informações sobre os níveis de processamentos dos alimentos entre adultos e idosos residentes de Cuiabá e Várzea Grande - MT. **Materiais e métodos:** Foi realizado uma pesquisa em quatro eventos sociais que ocorreram nos municípios de Cuiabá e Várzea Grande em Mato Grosso entre os meses de agosto à novembro de 2022, onde ao todo aproximadamente 250 pessoas foram abordadas e indagadas de forma oral sobre tema em questão, tendo como perguntas: “Você conhece o Guia Alimentar para a População Brasileira?” e “Já ouviu falar ou leu sobre os Níveis de Processamento dos Alimentos?”. **Resultados:** Todos os eventos ocorreram em bairros de classe baixa dos municípios, desta forma, muitos dos que foram abordados sobre o assunto demonstraram desconhecimento sobre tal, alguns diziam que já tinha visto em redes sociais publicações sobre o assunto proposto, mas que não tiveram compreensão total sobre tema, desta forma, a estagiária em Nutrição com auxílio de uma atividade feita de isopor, EVA e papel fotográfico explicava sobre os diferentes níveis de processamento para aqueles que desconheciam sobre o tema e esclarecia de uma forma mais clara para aqueles que já tinha visto publicação sobre algum assunto semelhante, sempre visando levar informação para todos, independente do nível de conhecimento e da classe socioeconômica em que se encontravam. **Conclusão:** Por meio da pesquisa é possível concluir que o GAPB por mais que já foi lançado há 8 anos ainda é pouco conhecido pela população, desta forma, deve-se haver uma melhor forma de disseminação dessas informações, sejam em postos de saúde, pelas mídias sociais ou em eventos sociais, uma vez que as orientações presentes no Guia são acessíveis, de fácil entendimento e críveis para a População.

**Palavras chave:** Guia alimentar. Informação. Nutrição.