

Inquéritos alimentares com crianças: utilizando como instrumento de coleta o jogo diagnóstico¹

Mariana Horta Galvão²

Georgia Martins Baeta Neves³

RESUMO

Este trabalho teve como objetivo desenvolver um jogo de tabuleiro para que os nutricionistas possam aplicar o inquérito alimentar em crianças de 04 a 07 anos sem a presença dos pais ou dos responsáveis, situação adversa ao que acontece atualmente nos atendimentos as crianças com este intervalo de idade. Esta ferramenta lúdica se mostrou eficaz na realização da anamnese alimentar das crianças. O jogo diagnóstico facilitou a comunicação e permitiu a socialização do profissional de saúde com o paciente. Em síntese, a pesquisa utilizou de fundamentos já consolidados na psicologia, rotulados de atividade lúdica e as introduzimos na ferramenta desenvolvida. A dinâmica do jogo expõe os pequenos pacientes em situações rotineiras envolvendo alimentos, onde, brincando, eles relatam seu consumo, suas preferências e aversões alimentares. Em grande parte dos estudos revisados, os autores sublinham a importância desta etapa no processo de avaliação nutricional, onde, um erro pode comprometer todo processo de avaliação. Por isso, torna-se importante um instrumento de fácil aplicação com intuito de melhorar a abordagem com as crianças.

Palavras-chave: Nutricionistas. Psicologia. Jogo Diagnóstico. Anamnese. Avaliação.

¹Artigo científico desenvolvido pela primeira autora sob orientação da segunda, para obtenção de Título de Especialista em Avaliação Psicológica pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), Natal/RN – Brasil.

² Psicóloga, Graduada pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), e discente da Especialização em Avaliação Psicológica pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), Natal/RN – Brasil.

³ Psicóloga, Docente no Curso de Psicologia e Coordenadora da Especialização em Avaliação Psicológica pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), Natal/RN – Brasil.

ABSTRACT

This study aimed to develop a board game that nutritionists can be able to apply the alimentary survey in children aged 04 to 07 years without the presence of parents or guardians, it's a adverse situation that happens currently in the care with children in this age range. This playful tool was effective in achieving alimentary anamnesis of children. The diagnosis game helped the communication and allowed the socialization between health professionals and the patient. In summary, the search has used the fundamentals already established in the psychology, it's called playful activity and we introduced it in the tool developed. The dynamics of the game expose the young patients in routine situations involving food, and this is a fun way where they report what they eat, their food preferences and aversions. In most of studies reviewed, the authors emphasize the importance of this step in the process of nutritional evaluation, because a little mistake can jeopardize all the evaluative process. That's why it becomes important we have a instrument for easy application which help us to improve the approach with children.

Keywords: Nutritionists. Psychology. Diagnosis Game. Anamnesis. Evaluative.

¹ Artigo científico desenvolvido pela primeira autora sob orientação da segunda, para obtenção de Título de Especialista em Avaliação Psicológica pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), Natal/RN – Brasil.

² Psicóloga, Graduada pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), e discente da Especialização em Avaliação Psicológica pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), Natal/RN – Brasil.

³ Psicóloga, Docente no Curso de Psicologia e Coordenadora da Especialização em Avaliação Psicológica pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), Natal/RN– Brasil.

1 INTRODUÇÃO

A pesquisa buscou provar que ferramentas lúdicas utilizadas na psicologia, podem facilitar a abordagem de crianças no momento de realizar a técnica de anamnese alimentar, que é parte fundamental para se obter um diagnóstico nutricional. Quando ocorre falhas no inquérito alimentar, e o nutricionista busca a história do paciente, o processo de análise nutricional pode ficar comprometido, pois esta etapa é de extrema importância na avaliação nutricional.

Atualmente não existe nenhum método de inquérito alimentar que seja totalmente seguro. Outro fator importante que nos motivou é que o relato do consumo alimentar da criança é feito pela mãe ou pelo acompanhante que nem sempre estão aptos a realizar tal função. As possíveis falhas nas formas de inquéritos e as características destas abordagens tradicionais impulsionaram a elaboração deste jogo que estimula a própria criança a relatar sua ingesta alimentar, além de suas preferências e aversões alimentares.

Partiu-se do pressuposto de que através da brincadeira, meio pelo qual ela se expressa plenamente, a criança revela seu mundo, fala a língua do adulto. Assim conseqüentemente ocorre uma sintonia entre a criança e o nutricionista no primeiro momento da avaliação nutricional.

O jogo foi aplicado individualmente. Com estrutura simples, essa ferramenta teve o propósito de deixar a criança à vontade, a fim de que ela pudesse expressar seu mundo interno sem a interferência dos adultos.

Assim, julgou-se pertinente elaborar e aplicar um jogo de tabuleiro de modo que as crianças, independente de seus acompanhantes, relatassem sobre sua alimentação. Acreditamos que com o uso desse instrumento proposto, a anamnese alimentar passe a ser uma investigação divertida e segura para os pequenos, podendo ser aplicado em ambientes escolares, creches e consultórios.

Estudos dirigidos por Santos et al in Moreira e Chiarello (2008), e contextualizado pela autora indicam a não existência de um método de inquérito alimentar melhor ou mais seguro, cada instrumento têm suas peculiaridades, no entanto, o momento da entrevista, onde o profissional vai obter as informações sobre a ingestão alimentar do paciente, é fundamental que os registros e as suas particularidades sejam mensuradas de forma fidedignas, pois, os dados do consumo servirão de bases para o delineamento de uma intervenção dietética.

Dentre os métodos de inquéritos mais utilizados pelos nutricionistas grifamos: o recordatório 24hs, Questionário de frequência alimentar, registro alimentar e história alimentar. São instrumentos utilizados em todos os estágios da vida, nota-se que, não existe um método específico para cada faixa de idade, contudo, a escolha de um inquérito depende de variáveis psicossociais e socioeconômicas.

Dentro deste contexto, analisamos um estudo canadense que utilizou essas ferramentas de entrevistas com crianças de 6 a 9 anos de idade, em que os resultados demonstraram que as crianças apresentaram grande dificuldade para registrar os alimentos consumidos (SANTOS in MOREIRA e CHIARELLO, 2008). A nossa pesquisa, que investigou crianças com intervalos de 4 a 7 anos, coloca-se em interface com a pesquisa acima citada, pois os entrevistados conseguiram relatar seu consumo alimentar, resultados estes que estão atrelados ao método utilizado, pois por meio das técnicas lúdicas, o profissional conseguiu falar a língua da criança.

Freud, através de seus estudos sobre psicanálise infantil, mostrou que a criança, embora impossibilitada de expressar-se totalmente com palavras, era capaz de entender o que lhe era dito pelo adulto. De modo que, compreendendo o significado latente dos seus jogos, desenhos, sonhos, sonhos diurnos e associações, a interpretação seria tão eficaz como era no tratamento com adultos. Diante disso, Aberastury (1982) afirmou que:

substituída a associação livre pela linguagem pré-verbal, provada a capacidade da criança de compreender a interpretação e de estabelecer uma transferência com o terapeuta, estavam cumpridas as premissas necessárias para

falar-se numa técnica de psicanálise de crianças similar à existente para a psicanálise de adultos (p.33).

Continuando as investigações de Freud, a técnica lúdica é um método psicoterapêutico que foi criado por Melanie Klein em 1948 (play technique) para o uso com crianças, baseado na utilização do jogo. Permitindo à criança que brinque com quase tudo o que ela quer, o terapeuta consegue, através do brinquedo, analisar e esclarecer o problema emocional da mesma, pois é no brincar, a maior e mais relevante forma de expressão na infância, que o terapeuta busca entender os sentimentos, fantasias, anseios e angústias que elas demonstram através da atividade lúdica, pois diferente dos adultos, elas não conseguem verbalizar tudo o que sentem e pensam. Segundo Duarte (1989, p.43), “o brinquedo é utilizado na psicoterapia infantil como uma forma de comunicação por meio da qual a criança expressa o que o adulto realiza por meio da palavra”. Diante dos aspectos psicológicos que envolvem o brincar na infância, utilizamos dessa técnica para elaboração da presente pesquisa.

Outro fator importante que nos motivou a pesquisa foi pelo fato de encontrarmos nas biografias referências em educação nutricional, autores afirmando que a pessoa que se ausenta por mais de 4 horas da rotina da criança, não está apta a realizar a anamnese deste paciente, essa que é uma entrevista utilizada por profissionais de saúde que possui técnicas para poder estabelecer uma avaliação e diagnóstico do indivíduo, buscando recolher o maior número de informações a respeito do passado e presente do paciente. É uma técnica que tem uma estrutura definida e correta de ser aplicada, com o objetivo de aproveitar integralmente o tempo disponibilizado para a realização da mesma, agregando as informações necessárias para condução do tratamento com êxito. Sendo assim, é importante ressaltar que, em nossa economia globalizada, com a forte inserção da mulher no mercado de trabalho, poucas pessoas estariam capacitadas a responderem os inquéritos alimentares de seus tutores. Atualmente a rotina das crianças não é acompanhada de perto pelos responsáveis, já que a maioria delas fica um período ou integralmente em instituições de educação, esse seria um dos motivos que dificultaria a anamnese nesse caso. Além disso, os pais ou responsáveis poderiam trazer

aspectos pessoais para a anamnese, fantasiando uma alimentação para seus filhos que muitas vezes não condizem com a realidade da criança.

O jogo foi inspirado nas técnicas utilizadas pela psicologia, conhecida como *a hora do jogo diagnóstica*, que é um instrumento técnico utilizado no processo psicodiagnóstico que tem como finalidade conhecer a realidade da criança, pois a atividade lúdica é para ela um meio de comunicação semelhante à expressão verbal nos adultos. Essa hora do jogo diagnóstica é bem estruturada e tem começo, meio e fim, bem como o material a ser utilizado deve ser previamente organizado de uma forma em que a criança tenha espaço para se expressar livremente. Segundo Ocampo et al (2001):

ao oferecer a criança a possibilidade de brincar em um contexto particular, com um enquadramento dado que inclui espaço, tempo, explicação de papéis e finalidade, cria-se um campo que será estruturado, basicamente, em função das variáveis internas de sua personalidade (p. 207).

A partir disso, construímos nosso tabuleiro piloto e iniciamos o desenvolvimento de um jogo de tabuleiro intitulado de *“Brincando com os alimentos”*, para ser utilizado como instrumento de inquérito alimentar, onde este seria aplicado diretamente com as crianças, da maneira que elas mais apreciam, brincando. Em linhas gerais, os resultados obtidos foram significativos, pois, com o método lúdico, realizamos a anamnese dos pacientes, que motivados pelo "brincar" relataram seu histórico de ingestão alimentar, contudo, como todo método de inquérito de consumo, sublinhamos que existem as vantagens e as desvantagens deste modelo de inquérito.

2 MÉTODO

A fim de aplicar um inquérito alimentar de forma mais lúdica com as crianças, foi utilizado o jogo *“Brincando com os alimentos”*, este desenvolvido pelos próprios autores deste artigo, cujo projeto foi inspirado numa técnica já utilizado na psicologia conhecido como *a hora do jogo diagnóstica*, que tem

como finalidade desvendar o mundo inexplorado das crianças. Desde sempre associamos brincadeiras e brinquedos com as crianças, eles tem uma função simbólica e de prazer, e para os analistas é mais do que isto, são um meio de acesso ao seu inconsciente. São formas de viabilizar trocas e de promover intercâmbios humanos. Segundo Ampessan (2005):

O importante na escolha dos brinquedos do consultório é que eles sejam capazes de expressar fantasias para serem analisadas. Escolho objetos que permitam as crianças pensarem. É por meio dos brinquedos que expressam suas fantasias e cabe ao analista ir dando-lhes um sentido. A interpretação é oferecida por intermédio do que for surgindo na brincadeira (p.80).

Diante disso, as possíveis falhas nas formas de inquéritos e as características das abordagens tradicionais impulsionaram a elaboração deste jogo que estimula a própria criança a relatar sua ingesta alimentar além de suas preferências e aversões alimentares.

Com estrutura simples, essa ferramenta teve o propósito de deixar a criança à vontade, a fim de que ela pudesse expressar seu mundo interno sem a interferência dos adultos. Assim, julgou-se pertinente elaborar e aplicar um jogo de tabuleiro de modo que as crianças, independente de seus acompanhantes, relatassem sobre sua alimentação. Para que a criança se sinta à vontade com o entrevistador, deve-se criar um ambiente agradável e em que ela possa se expressar livremente, com segurança e autoconfiança. Segundo Ocampo et al (2001):

Cada hora do jogo diagnóstica significa uma experiência nova, tanto para o entrevistador como para o entrevistado. Implica, a nosso ver, o estabelecimento de um vínculo transferencial breve, cujo objetivo é o conhecimento e a compreensão da criança (p. 208).

Acreditamos que com o uso desse instrumento proposto, a anamnese alimentar passe a ser uma investigação divertida e segura para os pequenos. A aplicação do jogo foi individual, numa ampla sala de aula, não havendo interferência do meio externo. O tempo da aplicação foi de 15 minutos em média para cada criança. O jogo foi composto por um tabuleiro, 1 dado, 2

piões de cores distintas, 500 notas de dinheiro falso em valores variados, frutas de plástico e 80 cartas contendo fotos de preparações dietéticas. O tabuleiro do jogo *Brincando com os alimentos* foi dividido em 30 territórios, onde cada um destes espaços teve sua função para coletar dados da alimentação da criança, sendo o principal objetivo registrar a anamnese alimentar dos menores.

O jogo foi aplicado junto a crianças assistidas pela Escola Casa do Caminho. Trata-se de uma instituição filantrópica, fundamentado na doutrina Espírita. A coleta dos dados foi feita através da aplicação do jogo nos alunos da referida escola. Adotou-se como critério de inclusão alunos na faixa etária de 4 a 7 anos, de ambos os sexos. O critério de exclusão foi crianças menores de 4 anos e maiores de 7. Os alunos matriculados e que preenchiam os critérios de inclusão correspondiam a 90 no ano letivo corrente. A amostra deste estudo foi equivalente a 50% das crianças aptos a participarem da pesquisa, correspondendo assim a 45 alunos.

3 RESULTADOS

O jogo foi aplicado em 45 crianças de 04 a 07 anos, onde prevaleceu a participação de crianças do sexo feminino como mostra o gráfico abaixo:

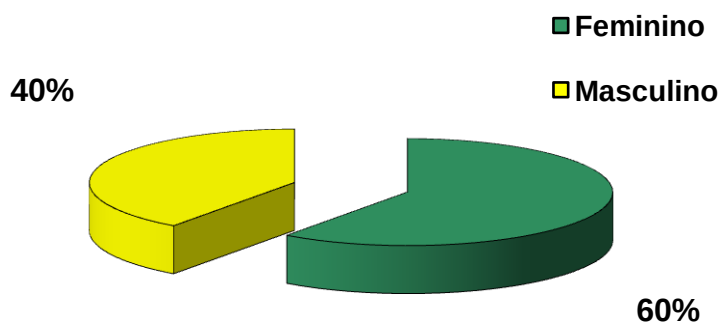


Gráfico 1: Distribuição dos participantes quanto ao sexo.

Fonte: Dados da própria (2010)

Com relação a variável idade, tivemos o cuidado de manter o equilíbrio nos grupos de crianças pesquisadas, evitando que os resultados se limitassem a apenas um intervalo de idade, o que comprometeria um dos objetivos da pesquisa que é avaliar a faixa etária de 04 a 07 anos. No gráfico a seguir podemos estar verificando os intervalos.

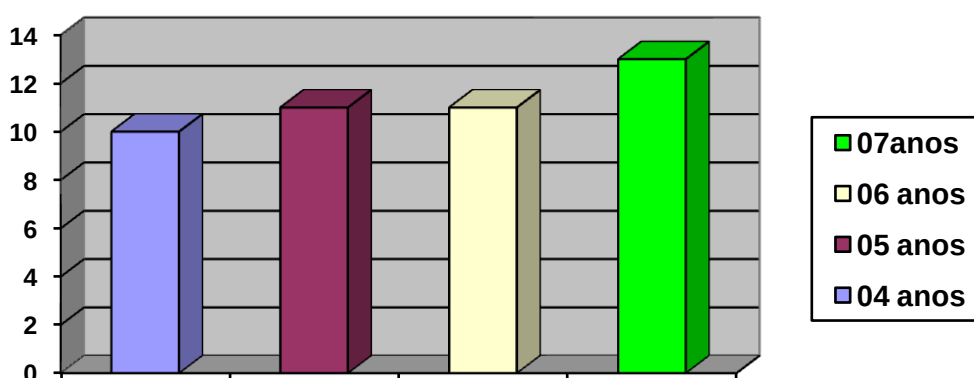


Gráfico 2: Distribuição dos participantes quanto a idade.

Fonte: Dados da própria (2010)

Na aplicação do jogo alguns territórios se destacaram ao possibilitar uma coleta de dados mais contundente quanto a alimentação da criança. Em algumas dessas casas do tabuleiro foram utilizadas dinâmicas para os devidos fins, dentre essas, o restaurante e a feira tinham essa característica marcante.

No espaço reservado ao restaurante, quando a criança parava sobre este ponto, o facilitador-pesquisador ofertava 3 cardápios diferentes, que eram apresentados em forma de figuras coloridas e amplas. O momento era propício para explorar visualmente o conhecimento da criança sobre os alimentos, assim como suas preferências e aversões. Ao escolher o cardápio

preferido, registrávamos aqueles alimentos e em seguida descartávamos este, acreditando que naquela figura não tinha um alimento ao qual a criança tinha aversão, quanto aos outros cardápios que não foram escolhidos, nós buscávamos interrogar a criança sobre porque das escolhas.

Este era o momento em que a criança relatava suas aversões e preferências, sendo papel do entrevistador tentar promover que a criança se expressasse de maneira plena. Na hora do jogo diagnóstica, Ocampo et al (2001) enfatiza que

toda a participação do entrevistador tem como objetivo criar as condições ótimas para a criança possa brincar com a maior espontaneidade possível, uma vez que esta, como qualquer outra situação nova, provoca ansiedade (p. 203).

Em alguns momentos da entrevista, a criança se calava, então utilizávamos o dinheiro falso para estimular a mesma a responder as perguntas, remunerando-a e tomando o cuidado necessário para não induzi-la nas respostas, já que não é papel do entrevistador ou terapeuta de crianças fazer isso, e sim dar a elas um espaço para que ela seja criativa. Como afirma Winnicott (1975, p.80) “é no brincar, e somente no brincar, que o indivíduo, criança ou adulto, pode ser criativo e utilizar sua personalidade integral: e é somente sendo criativo que o indivíduo descobre o eu (self)”. Todas as opiniões expressadas pela criança foram registradas.

No decorrer do jogo confrontávamos informações para saber se existiu algum blefe em sua fala, sendo esta confirmação feita da seguinte forma: Vamos tomar como exemplo um caso que ocorreu na aplicação, apresentávamos um cardápio no qual a criança diz não gostar de feijão preto, no decorrer do jogo a criança parou com seu pião no território da interrogação, novamente questionamos sobre o feijão preto e a informação foi confirmada quando ela disse gostar somente do feijão verde.

Ocorreram casos que ao apresentarmos o cardápio, a criança dizia não gostar do alimento, mas quando interrogada novamente sobre o mesmo alimento ela dizia gostar, quando isso ocorria considerávamos a informação um blefe.

Outro território importante foi o que representamos no tabuleiro com uma figura de interrogação, conseqüentemente adotamos como nome desta casa. Neste espaço o facilitador-pesquisador tinha o direito de fazer qualquer pergunta para criança, e isso foi acordado antes do início da partida entre facilitador-pesquisador e a criança. Procuramos explorar as refeições além de utilizar este território para confirmar qualquer informação que tenha ficado duvidosa.

Os itens mais explorados foram as refeições, onde tomamos o cuidado de abordar os alimentos destes intervalos em momentos diferentes, como por exemplo: a criança cai no território da interrogação pela primeira vez, investigamos sobre sua primeira refeição, neste caso o desjejum, onde a criança relata os alimentos que costuma consumir neste intervalo.

No decorrer da partida a criança caiu novamente neste território e questionamos sobre os alimentos que ela consome no lanche da manhã. Assim consecutivamente e intercalada as refeições eram investigadas. É importante ressaltar que a criança não gostava muito de ficar recordando os alimentos que costumava comer.

Para contornar essa situação, reforçamos o uso do dinheiro falso, esse era utilizado da seguinte forma: mais uma vez retratamos um momento que ocorreu na aplicação do jogo. Em determinado momento da aplicação a criança caiu pela quinta vez no território da interrogação, cansada de recordar as refeições ao qual já tinha relatado os alimentos que costumava consumir em outros intervalos (desjejum, lanche matinal, almoço, lanche vespertino) questionamos sobre o que ela consumia no jantar, neste momento utilizamos o dinheiro falso como estímulo, redobrando os valores que comumente eram ofertados nesta hora. A tática obteve êxito, pois a criança empolgada com o montante de dinheiro falso que estava prestes a receber relatou os alimentos que consumia nesta refeição.

A feira foi outro território que contribuiu para os resultados do jogo de forma marcante. Antes de iniciar a partida, o facilitador-pesquisador montava próximo ao tabuleiro uma feira, esta era composta por frutas variadas e alguns

legumes de plástico (abacaxi, abóbora, banana, caju, carambola, cebola, cenoura, laranja, limão, manga, maçã, mamão, mexerica, kiwi, pêra, uva).

Quando a criança caía neste território, o facilitador-pesquisador pedia a criança para ir à feira e comprar as duas frutas que mais gosta, em alguns momentos aconteceu o inverso, pedimos a criança para comprar duas frutas que elas não gostavam. Depois de feito as compras, registrávamos as frutas preferidas e as frutas as quais a criança tinha aversão.

A escola mágica foi um território importante no tabuleiro, porque conseguimos informações sobre a refeição feita na escola e os alimentos que as crianças costumam levar na lancheira. Toda refeição feita no ambiente escolar foi muito bem relatada pela criança, sendo esta casa pertinente para avaliação deste conteúdo.

É importante observar que os lanches que não eram feitos na escola, as crianças sentiram dificuldades em relatar. Percebemos no jogo que a grande maioria das crianças não soube explicar o lanche da tarde porque elas estudavam no período da manhã, já as que estudavam a tarde não conseguiam relatar o lanche da manhã, abaixo segue um gráfico que demonstra as refeições que as crianças tiveram mais dificuldades em relatar:

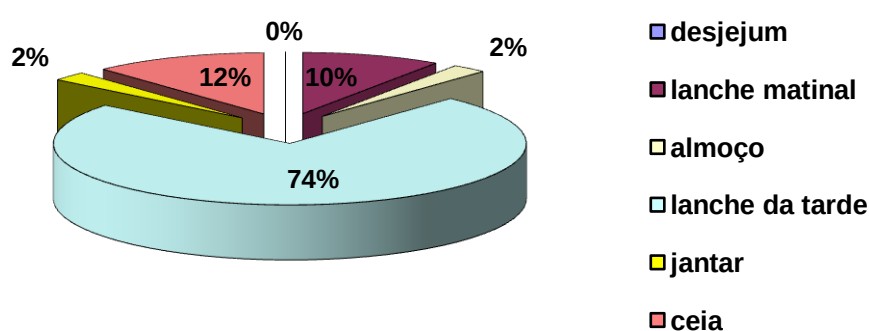


Gráfico 3: Distribuição das refeições que os participantes sentiram mais dificuldades em relatar.

Fonte: Dados da própria (2010)

A lixeira foi um território onde exploramos informações das crianças que diz respeito às sobras de alimentos, buscamos descobrir quais alimentos elas gostariam de jogar no lixo. Este território foi mais um momento onde buscávamos detectar as aversões da criança. Em uma das aplicações do jogo foi perguntado à criança qual alimento ela gostaria de jogar no lixo e a resposta da criança foi: cebola, brócolis, cenoura e carne de porco. As informações foram registradas e depois confrontadas no decorrer do jogo e por fim com a mãe, que corroborou com as informações.

Com relação ao inquérito alimentar relatado pelas crianças através do jogo e confrontado com as informações da mãe logo em seguida, obtivemos um resultado positivo onde 71% das crianças pesquisadas relataram sua anamnese alimentar de forma satisfatória, enquanto 29% das crianças relataram de forma insatisfatória seu consumo alimentar. Destacamos que dentre as que obtiveram os resultados negativo, todas tinham idade de 04 anos.

Quanto à avaliação do jogo, percebemos que o mesmo teve uma aceitação muito boa, este resultado pode ter sido influenciado por quatro fatores.

A condição sócio econômica, já que a pesquisa foi realizada com crianças de baixa renda com pouco acesso a brinquedos. Isso fez com que as crianças ficassem mais felizes na hora da aplicação do jogo. Essa alegria era visível nos rostos dos pequenos, assim que entrávamos na escola, todos queriam jogar, até mesmo as crianças que já tinham passadas pelo processo de avaliação pediam para jogar novamente.

O uso da fala, para intermediar o desenvolvimento do jogo, em se tratando de crianças, oportuniza que ela mostre seu domínio e sua participação nos eventos em que está envolvida. No caso deste estudo, as perguntas sobre o comportamento alimentar orientado pelas casas do tabuleiro, permitiram que a criança se portasse como contadora da sua história alimentar e, portanto, detentora da capacidade de relatar sua alimentação. É muito importante para a criança se sentir segura e confiante para se expressar, já que dessa forma ela poderá relatar seus sentimentos,

fantasias, anseios e angustias através da atividade lúdica. Assim, ela se sentirá valorizada e poderá colaborar com o processo da melhor forma possível e trazendo bem estar a ela.

As imagens das refeições e das frutas de plástico também foram importantes, pois o estímulo visual despertou na criança a identificação do que ela gosta ou não de comer. Um ponto muito relevante, pois aqui a criança pôde relatar suas preferências alimentares, e assim, contribuir para que ela se sentisse útil e valorizada na hora do jogo.

Outro fator que pode justificar a boa aceitação é o caráter competitivo. Ele estimula a criança a permanecer no jogo ativando seu envolvimento. Assim para manter no jogo ou ainda buscando a vitória sobre o adversário a criança é capaz de contar tudo, inclusive os alimentos que consome.

Este fato foi observado por Pacheco (2008). Este estudo realizado numa escola particular de educação infantil consistiu na aplicação de atividades de educação nutricional junto a 10 crianças de 7 a 10 anos. Seus achados indicam que as atividades que envolviam competitividade obtiveram relevante participação e envolvimento das crianças.

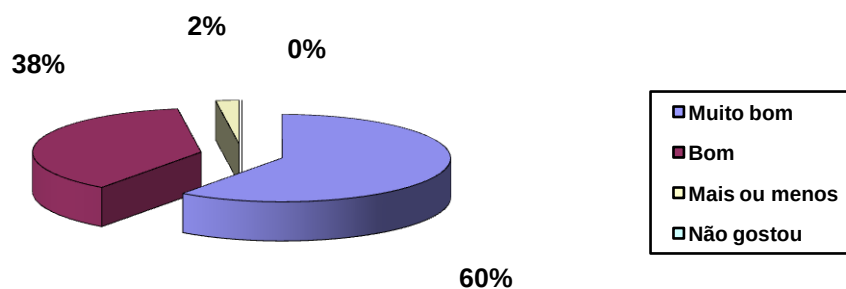


Gráfico 4: Aceitação do jogo por parte das crianças.

Fonte: Dados da própria (2010)

Devido às variações da ingestão alimentar inerentes aos indivíduos e, também, à falta de padronização dos instrumentos de inquérito alimentar e de

treinamento dos entrevistadores, é impossível que o consumo alimentar seja avaliado sem erros (COSTA, 2006).

Inicialmente o jogo *Brincando com os alimentos* foi desenvolvido com a pretensão de fazer o registro alimentar de crianças. Neste formato piloto não existe um território que tenha capacidade de quantificar a ingestão alimentar dos pequenos, sendo este um ponto frágil.

Concluimos que, diante de um acompanhante ausente ou incapacitado de realizar o inquérito alimentar da criança, por motivos diversos, a proposta em utilizar esta ferramenta lúdica, e através desta conhecer o que ela consome, quantas refeições faz no dia, suas preferências e aversões alimentares, o jogo torna-se uma boa alternativa no processo investigativo, mesmo sabendo que o jogo ainda não oferece o suporte necessário de quantificar o consumo alimentar da criança. Segundo Arzeno (1995):

pode acontecer que se registre uma confirmação da sintomatologia descrita pelos pais ou, pelo contrário, outra completamente diferente que passava despercebida. O importante é que o psicólogo consiga uma boa integração de tudo o que foi registrado, incluindo um registro contratransferencial, suas próprias associações, sua própria intuição, etc. (p. 179).

Portanto, para um melhor estudo do material coletado, o pesquisador deve dedicar-se a interpretar e classificar os dados, para assim tirar suas conclusões. Além disso, deve contextualizar as suas conclusões, ou seja, colocá-las dentro de uma moldura sócio-econômica-cultural. Trata-se de um minucioso estudo das recorrências e convergências que vão aparecendo e esclarecendo cada caso.

Ribeiro (2006) destaca o pequeno número de estudos sobre validação de métodos de inquérito dietético no Brasil. E quando falamos de inquérito alimentar específico para crianças, esse não existe, isso por acreditar que as crianças de 04 a 07 anos não possuem capacidade de relatar seu consumo alimentar ou por acreditarem que os responsáveis pelos pequenos estejam aptos a realizar tal função.

O jogo é uma ferramenta que ajuda tanto na melhoria do diálogo com a criança como no desempenho do próprio nutricionista na aplicação do inquérito, é evidente que o profissional deve ter afinidades com o instrumento, mas seria mais fácil o manuseio do jogo do que a aplicação dos métodos de inquérito alimentar nas crianças, pois segundo Ribeiro (2006), para um bom inquérito é necessário um entrevistador bem treinado.

Por se tratar de um estudo piloto sobre a aplicabilidade de um jogo de tabuleiro com foco no comportamento alimentar de crianças de 04 a 07 anos, foi possível identificar algumas falhas ou ainda áreas não exploradas na proposta inicial do jogo. Deste modo, consideramos que o mesmo possa ser melhorado. Contudo, acreditamos que o erro maior é subestimar a própria criança que pode fazer esse relato de consumo alimentar desde que existam ferramentas que despertem o seu interesse.

4 CONCLUSÃO

A utilização do jogo *Brincando com os alimentos* se mostrou eficaz na hora de realizar a anamnese alimentar da criança. Com esta ferramenta lúdica, conseguimos descobrir a rotina dietética da criança assim como suas preferências e aversões alimentares sem a presença de um responsável. À luz da Psicologia, que enfatiza a hora do jogo como um método de avaliação psicológica em que as crianças expressam seus sentimentos, angústias e visão de mundo, deu-se a idéia de criar esse jogo de tabuleiro, promovendo autonomia ao próprio paciente, que de maneira inconsciente, brincando, foi capaz de relatar seu consumo alimentar.

Através da Psicologia, utilizamos técnicas que fizessem com que a criança se sentisse compreendida e pudesse se expressar livremente. A terapia com crianças enfatiza a importância de o terapeuta voltar-se para o mundo dela, ocupando um papel passivo, funcionando como um observador. No caso da presente pesquisa, o entrevistador utilizou dessas técnicas para entrar no mundo delas. O brincar é a maior forma de expressão na infância, e

é através do lúdico que a criança expressa seus sentimentos, angústias, medos, anseios, fantasias e criatividade. É no brincar que se observa o viver espontâneo, a capacidade criadora e a expressão do verdadeiro self. Winnicott (1975) destaca que na brincadeira a criança utiliza, de forma saudável, sua fantasia e imaginação, ampliando assim sua capacidade de exploração, experimentação e enriquece sua vida interior.

Este trabalho confirma que a abordagem de inquérito alimentar infantil, assim como outras abordagens relacionadas à criança, deva desenvolver e moldar ferramentas lúdicas, afim de que a criança possa se interessar pelo momento da consulta. Os pacientes mirins têm capacidade de revelar a realidade vivida se forem estimulados de forma correta. O nutricionista conseguirá atuar na vida da criança se conseguir entrar no mundo dela, de uma forma lúdica e divertida, trazendo prazer e bem estar pra ela.

Os primeiros resultados deste estudo mostram uma nova direção nas pesquisas relacionadas a inquérito alimentar de crianças. Essa pequena brecha pode ser o ponto de partida para uma nova forma de inquérito alimentar, uma ferramenta lúdica de amplitude ainda desconhecida, mas que consegue chegar perto do mundo das crianças, mundo estes que nós habitamos um dia, e por achar que nunca mais voltaríamos nele, esquecemos como funciona. Este trabalho é só mais uma tentativa de falar a língua desses pequenos pacientes, que muitas vezes reclamam sem ser compreendidos. Com recursos utilizados pela psicologia, podemos mergulhar nesse mundo de fantasias através da brincadeira, e assim, fazer com que a criança se expresse de maneira plena, promovendo seu crescimento e autonomia, deixando-as livres para serem o que são, tornando-as mais seguras de si.

REFERÊNCIAS

ABERASTURY, Arminda. **Psicanálise da criança-Teoria e técnica**. Porto Alegre: Artmed, 1982.

ARZENO, M.E.G. **Psicodiagnóstico clínico: novas contribuições**. Porto Alegre: Artmed, 1995.

COSTA, André Gustavo Vasconcelos et al. **Questionário de frequência de consumo alimentar e recordatório de 24 horas: aspectos metodológicos para avaliação da ingestão de lipídeos**. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 19, n. 5, out. 2006

DUARTE, I.BORNHOLDT, I.CASTRO, M. **A Prática da Psicoterapia Infantil**. Rio Grande do Sul: Artes Médicas, 1989.

MACEDO, M.M.K., Carrasco, L.K. (orgs.). **(Com) textos de entrevista: olhares diversos sobre a interação humana**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

MOREIRA, Addison Machado, CHIARELLO, Paula Garcia. **Atenção nutricional: abordagem dietoterápica em adultos**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

OCAMPO, M.L.S. ARZENO, M.L.G.; PICCOLO, E.C. et al. **O processo psicodiagnóstico e as técnicas projetivas**. São Paulo: Martins Fontes, 1990.

PACHECO, Marcelle Carrilho Alecrim. **Avaliação de atividades de educação nutricional em pré-escolares numa escola em Natal/RN**. FARN, 2008.

RIBEIRO, Aída Calvão et al. **Validação de um questionário de frequência de consumo alimentar para população adulta**. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 19, n. 5, out. 2006.

WINNICOTT, D.W. **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago Editora Ltda, 1975.