01 a 03 de Novembro de 2021

# A EDUCAÇÃO ALIMENTAR SOB ESFERA DA VULNERABILIDADE EM SAÚDE DA POPULAÇÃO LGBTQIA+: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ACADÊMICAS DE NUTRIÇÃO COM MULHERES LÉSBICAS E BISSEXUAIS

Congresso Online de Educação Alimentar e Nutricional, 1ª edição, de 14/12/2020 a 17/12/2020
ISBN dos Anais: 978-65-86861-66-2

**SCHMITT; Juliana [1], LIMA; Caroline da Silva [2], BURATTI; Alessandra [3], BACKES; Vanessa [4]**

**RESUMO**

INTRODUÇÃO: A discriminação e exclusão social se fazem presentes em todas as esferas da sociedade, mesmo com programas, políticas e os princípios do SUS. A população LGBTQIA+ também é pouco estudada, havendo a necessidade de mudança dentro da área da saúde e dos conceitos atuais de saúde, considerando a diversidade social e cultural do país. A alimentação por sua vez pode ser afetada devido aos padrões impostos e pelo impacto do preconceito, servindo muitas vezes como um escape de conforto e realidade. Com isso, alunas do curso de Nutrição da UNISINOS, por intermédio de um trabalho proposto na disciplina de Educação Alimentar, realizaram intervenções com um grupo de mulheres lésbicas e bissexuais no município de São Leopoldo, RS. OBJETIVOS: Compreender quais os pré-conceitos e obstáculos de uma alimentação saudável e adequada formados a partir de informações recebidas, construídas e vivenciadas por mulheres LGBTQIA+ para a aproximação com o alimento e autoaceitação do corpo. MÉTODOS: Grupo composto por quatro mulheres LGBTQIA+ com média de 19 anos. As intervenções foram elaboradas por meio do método sistematizado, baseado no Arco de Marguerez, e divididas em três momentos: dois online e um presencial, em decorrência da pandemia. No primeiro encontro, ocorreu uma roda de conversa sobre alimentação saudável, baseada no Guia Alimentar para a População Brasileira. Já no segundo encontro, ocorreu uma oficina culinária com o intuito da aproximação da cozinha. Por fim, realizou-se uma roda de conversa sobre autocuidado, sustentabilidade e responsabilidades perante escolhas alimentares, com a intenção de gerar reflexão por parte das participantes. RESULTADOS: Desde o primeiro encontro, percebeu-se uma mudança nas percepções sobre ser saudável e do indivíduo como alguém passível de escuta e centralizador da mudança. A política enquanto escolhas alimentares conscientes, a aproximação com a cozinha e valorização da cultura alimentar causaram importantes e marcantes reflexões e reconsiderações sobre os comportamentos e escolhas atuais. A prática do autocuidado com um grupo estigmatizado por uma sociedade homofóbica e machista mostrou-se como diferencial para autoeficácia e autoestima das mulheres. CONCLUSÃO: Destacou-se a importância do resgate da cozinha como estratégia à alimentação saudável e da transmissão de informações de forma acolhedora e motivacional sobre o corpo, saúde e impacto das escolhas alimentares sob ótica do coletivo.

**PALAVRAS-CHAVE**: Arco de Marguerez, Educação Alimentar e Nutricional,

[1] Universidade do Vale dos Sinos, schmittju99@gmail.com
[2] São Leopoldo, caroldasilvalima@gmail.com
[3] Brasil, alessandraa1b2@gmail.com
[4] Universidade do Vale dos Sinos, vbackes@unisinos.br

[1] Universidade do Vale dos Sinos, schmittju99@gmail.com
[2] São Leopoldo, caroldasilvalima@gmail.com
[3] Brasil, alessandraa1b2@gmail.com
[4] Universidade do Vale dos Sinos, vbackes@unisinos.br