

Educomunicação: o *podcast* como mídia aliada no combate à obesidade infantil no Instituto da Primeira Infância (Iprede) em Fortaleza (CE)¹

Thaiane Firmino da SILVA²
Gerado Silveira VIANA JÚNIOR³
Universidade Federal do Ceará (UFC)

RESUMO

O Projeto de Apoio e Prevenção à Obesidade Infantil e Orientações (Apoio), do Instituto da Primeira Infância (Iprede) em parceria com a Universidade Federal do Ceará (UFC), é destinado a crianças com até 6 anos de idade diagnosticadas com obesidade. Uma das ações de comunicação para tornar conhecido o Projeto e ampliar o número de atendimentos é a criação de arquivos sonoros para veiculação em emissoras de rádio e também para transmissão pela *internet*, conhecidos como *podcasts*. Esse formato - arquivo de áudio cujo conteúdo é acessado sob demanda - é inspirado no modelo de Campbell (2005). A opção por esse formato justifica-se pela facilidade em publicar, subscrever e ser utilizado em múltiplos ambientes, tais como computadores, notebooks, tocadores de mp3 e smartphones.

PALAVRAS-CHAVE: Educomunicação; *Podcast*; Informação; Obesidade Infantil.

INTRODUÇÃO

Além de divulgar as ações do Projeto de Apoio e Prevenção à Obesidade Infantil e Orientações (Apoio), a opção em trabalhar o tema e suas abordagens através dos *podcasts* foi defendida para garantir que o trabalho seja realizado como prestação de serviço, não apenas para a parcela da população que terá acesso ao tratamento *in loco*, mas para todos que tiverem acesso aos arquivos, que estarão publicados na *internet*.

A construção dos roteiros, a realização das entrevistas e a identificação da demanda em prevenção e tratamento da obesidade infantil no cenário brasileiro reforçaram a necessidade (pessoal e coletiva) de disseminar material com conteúdo de utilidade pública.

¹ Trabalho apresentado no IJ05 – Rádio, TV e Internet do XVIII Congresso de Ciências da Comunicação na Região Nordeste realizado de 07 a 09 de julho de 2016.

² Estudante de Direito Eleitoral na UFC; Bacharel em Comunicação Social com habilitação em Jornalismo pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB); Técnica em Meio Ambiente pelo Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (SENAI); E-mail: thaianefirmino@gmail.com.

³ Orientador, professor do Curso de Licenciatura em Música; Bacharel em Ciências da Computação e em Música pela Universidade Estadual do Ceará (UECE); Mestre e Doutor em Educação Brasileira pela Universidade Federal do Ceará (UFC), e-mail: gerardovianajr@gmail.com.

E foi exatamente por visualizar a carência de produções didáticas sobre o assunto que foi notória a necessidade de confeccionar os arquivos com linguagem direta.

Por entender que os *podcasts* funcionam como suporte de registro, armazenamento, fonte para pesquisas e material de conscientização para a população, foi considerado que o potencial desse tipo de mídia é extenso, já que os arquivos são produtos independentes e, portanto, facilitam a replicação de conteúdo. Conseqüentemente, realidades podem ser transformadas mediante acesso à informação consistente e fundamentada disponíveis nesse formato.

EDUCOMUNICAÇÃO

Alterar a realidade em que se vive é o principal objetivo da Educomunicação. Valorizar a capacidade de interação entre os promotores de saberes é a forma mais eficaz de transformar o espaço e a vivência, pois por meio desse contato há o aguçamento de contradições tão necessário para gerar mudanças. Através do encontro de ideias divergentes ocorre o debate que, por sua vez, traz à tona a importância da multidisciplinaridade no desenrolar do processo existencial.

É certo que a individualidade é necessária, no entanto, o coletivo só se estabelece de forma plena se cada um compartilhar suas ideias para a promoção da existência social, respeitando os limites e os avanços de cada ser. Dessa forma, o diálogo seria explorado de forma a revelar que cada indivíduo é autor de sua própria história e, portanto, apto a defender ou modificar seu modo de pensar e agir.

Aqui, importante destacar que o direito à comunicação permeia toda essa construção, pois, a partir do momento em que um sistema (político, econômico ou social) passa a interferir, coercitivamente ou não, no sentido de coibir a liberdade individual, atua como um agente perverso e contrário ao crescimento humano. Conforme afirma Paulo Freire (1968), “dizer a palavra não é privilégio de alguns homens, mas direito de todos os homens”.

Muito mais do que enquadrar-se como uma ciência, a Educomunicação é entendida como um campo, ou seja, é um universo aberto e disponível para novas construções. Assim sendo, é importante que os indivíduos inseridos nesse contexto estejam capacitados para lidar não apenas com a diversidade de pensamentos, mas com a pluralidade de ferramentas disponíveis para serem utilizadas ao longo de todo o processo.

Mídia-educação como formação para apropriação e uso das mídias como ferramentas: pedagógica para o professor, de criação, expressão pessoal e participação política para os cidadãos (BELLONI E BÉVORT, 2012, p.47).

Assim sendo, é importante que os sistemas educacionais abarquem o aprimoramento de seus profissionais e, conseqüentemente, dos estudantes, acerca do uso das mídias disponíveis, sobretudo as gratuitas e livres. Há canais alternativos a disposição e eles são uma grande porta a ser explorada. Conforme as recomendações contidas na Declaração de *Grunwald*, formulada pela Unesco em 1982 e assinada por 19 países, é fundamental a educação para as mídias, tanto na formação de educadores quanto nas pesquisas.

PODCAST

A importância crescente e a penetração das chamadas novas mídias na sociedade ficam claras quando são analisados os dados da Pesquisa Brasileira de Mídia 2015, realizada pela Secretaria de Comunicação Social da Presidência da República. Segundo a mesma, apesar do alto índice de entrevistados que ainda não utilizam a *internet* (51%), ela foi apontada por 42% dos usuários brasileiros como sendo o meio de comunicação mais acessado - atrás da televisão (93%) e, por uma pequena diferença, do rádio (46%).

Diante desse panorama, perceber que as mídias alternativas são canais viáveis para a promoção do debate em torno de temáticas como a da obesidade infantil é fundamental. Explorar esses espaços midiáticos à luz da educomunicação é garantir que quem produz o conteúdo está atento e consciente das necessidades humanas. Entre as ferramentas existentes em rede está o *podcast* - arquivo de áudio digital publicado na *internet*, de forma avulsa ou seriada. O termo que determina esta tecnologia surgiu da fusão de iPod (toca MP3 da Apple) e *broadcast* (transmissão via rádio).

Além de possibilitar a divulgação dos mais variados temas, o *podcast* permite ao ouvinte selecionar (baixar) o material que lhe interessa e ouvi-lo a qualquer momento, ou seja, é uma audiência sob demanda (*on demand*). A produção dos arquivos não exige um aparato tecnológico inacessível ao indivíduo. Com um aparelho que possibilite a gravação de áudios (gravadores, celulares, *smartphones*, etc.) e acesso liberado à *internet*, é possível disponibilizar *podcasts* na rede.

O sistema de informação e comunicação pode recorrer desde às mediações mais simples - como reuniões presenciais, registros manuscritos e utilização de correios tradicionais - até as medições mais ágeis como sistemas informatizados, valendo-se da *internet* ou de outras redes de comunicação de dados (MANCCE, 2000, p.7).

Sendo assim, com a utilização do *podcast* o ouvinte se desvincula da linearidade da grade de programação dos veículos tradicionais e passa a ouvir/armazenar arquivos referentes às áreas de seu interesse em intervalos que lhe convém. Outra vantagem é que o próprio arquivo se torna uma memória e, portanto, ainda que o conteúdo seja veiculado através do rádio, os arquivos podem ser postados na *internet* (se sobrepondo a fugacidade do rádio). Portanto, os usuários podem seguir seus conteúdos na *web* através de *streaming* ou *download* para escutá-los em outros momentos ou outros lugares.

OBESIDADE INFANTIL

Quilos extras podem causar complicações para as crianças até a vida adulta. Diabetes, hipertensão, colesterol alto, baixa autoestima e até depressão, essas são as principais consequências da obesidade infantil. A doença ocorre quando uma criança está acima do peso normal para sua idade e altura. Os fatores que mais influenciam no surgimento da doença são a má alimentação e a ausência da prática de exercícios físicos.

Fatores genéticos, doenças hormonais, o uso de determinados medicamentos ou o excesso de peso da mãe durante e gestação, também podem contribuir com o quadro de obesidade infantil. A gestante não deve incorrer no erro de achar que deve comer por dois. Ela precisa se alimentar de forma adequada para garantir os nutrientes necessários ao feto, sem excessos. Mulheres que engordam demais no período de gravidez estão informando ao bebê que ele precisa armazenar mais gordura.

Dados divulgados pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional do Ministério da Saúde apontaram que em 2013, 8% das crianças de 0 a 5 anos de idade eram consideradas obesas - o que representou um aumento de 79,3%, comparado ao ano de 2008. Em 2015, a Secretaria de Direitos Humanos da Presidência da República divulgou dados que comprovaram a continuidade do processo: entre 5 e 9 anos, o percentual de crianças com excesso de peso chegou a 33,5%.

O crescimento do número de brasileiros com sobrepeso e obesidade em todas as regiões do país e em todas as faixas etárias é considerável. Em 2012, metade da população

adulta estava com excesso de peso, sendo 17, 2% com obesidade. Entre os adolescentes, o quantitativo é de 20,5%. O estado nutricional na primeira infância repercute na vida adulta e, portanto, desencadeia uma série de outras problemáticas que acarretam em mais custos, a médio e longo prazo, ao Sistema Único de Saúde (SUS).

A melhoria da condição de renda da população não significou um melhora na alimentação. As pessoas acabam consumindo produtos industrializados e com alto índice de sódio, açúcar e gordura saturada (SALVATTI, 2015).

O aleitamento correto no início da vida pode evitar que a criança se torne uma pessoa acima do peso. A amamentação exclusiva nos primeiros seis meses de vida, e continuada até os dois anos ou mais, atua como um fator de proteção contra a obesidade. Quando o bebê começar a comer alimentos sólidos é fundamental dar preferência ao consumo de frutas, legumes e carnes magras. Outro fator importante é evitar dar às crianças doces e alimentos ricos em gordura.

Para a prevenção da obesidade infantil é necessário que na escola as opções de lanche sejam saudáveis e com menos produtos gordurosos. A disponibilidade de alimentos condiciona a escolha das crianças, por isso é importante recheiar as cantinas e lanchonetes com frutas, iogurtes e pães integrais. Reduzir a disponibilidade de bolos e batatas fritas também fará a diferença.

Apesar de não ser a única responsável pelo quadro de obesidade entre as crianças, a família está no coração da mudança de hábitos. Não é possível esperar que a criança coma verduras e frutas se os pais não consomem. A comunicação entre a criança e seus responsáveis é imprescindível no que diz respeito a aprender sobre as melhores opções alimentares. Através do diálogo - aqui inclusas as estratégias educacionais (lúdicas e midiáticas) – a criança tomará conhecimento sobre os malefícios de uma alimentação não balanceada e aprenderá a gostar de alimentos naturais, mantendo o paladar distante dos industrializados.

O adulto precisa investir no tempo para escolha dos itens corretos para compor a dieta da criança. Comprar os alimentos na companhia dos filhos é uma das melhores estratégias para estimular o diálogo sobre alimentação saudável. Apresentar variados tipos de frutas, verduras e legumes para que a criança saiba reconhecer os alimentos ainda crus desperta o interesse da garotada.

A sociedade está reproduzindo diariamente um estilo de vida perigoso para a saúde, onde a criança é estimulada a viver uma vida sedentária na frente da TV, do videogame ou do computador. Hoje, o que falta é incentivar a prática de brincadeiras que além de divertir, podem ser grandes aliadas no tratamento da obesidade infantil: andar de bicicleta, dançar, jogar bola, brincar de pega-pega e esconde-esconde, faz a criança se movimentar. De acordo com a Associação Brasileira de Estudos sobre Obesidade e Síndrome Metabólica, atividades recreativas se praticadas por 30 minutos pelo menos três vezes por semana, podem ser comparadas a exercícios físicos de alta intensidade.

O tratamento da obesidade infantil requer muita disciplina e força de vontade para mudar hábitos de vida. A prática de atividades esportivas e uma alimentação pautada em combinações simples e nutritivas são as principais dicas dos médicos. “Se a obesidade não for interceptada aos dois anos de idade as chances da criança se tornar obesa chega a 20%”, alerta o médico especialista em gestão de saúde, Daniel Gentil.

INSTITUTO DA PRIMEIRA INFÂNCIA (IPREDE)

O Iprede foi fundado em 1986 como Instituto de Prevenção da Desnutrição e da Excepcionalidade. Começou sua trajetória histórica em consonância com a necessidade de prevenir e tratar crianças com desnutrição infantil e realizar acompanhamento até a primeira infância, passando a denominar-se Instituto da Primeira Infância. Na década de 80 o Ceará compreendia uma realidade onde apenas cem crianças em cada mil nascidas, tinham a possibilidade de alcançar um ano de idade e destas, 30% apresentavam sequelas de crescimento.

Atualmente o índice de desnutrição infantil no estado é residual, entre 6% e 7%, e a taxa de mortalidade está abaixo de vinte para cada mil nascidos. Sendo assim, a instituição foi provocada a evoluir em sua missão. Entendendo a responsabilidade com a causa da criança e o compromisso ético com a sociedade, o Iprede deu um novo passo, tornando-se um centro de referência sobre a primeira infância, um espaço de produção, ensino e divulgação da temática para a sociedade em geral. O Instituto desenvolve programas, projetos e serviços em articulação com os diversos setores da sociedade, com fins públicos.

Com o passar dos anos o Brasil surpreendeu com dados alarmantes em relação ao caminho oposto da desnutrição. A obesidade na infância passou a chamar a atenção da medicina, inclusive no estado do Ceará. Sendo considerada como um grave problema de saúde pública, devido a sua elevada prevalência, a doença precisa ser combatida

principalmente com medidas preventivas. “A implantação de uma política de saúde que envolva educação nutricional e legislação apropriada para rotulagem e publicidade de alimentos é o caminho”, afirma a nutricionista e técnica da equipe de saúde da Associação Brasileira dos Fabricantes de Brinquedos (Abrinq), Cíntia Cunha.

Por entender a necessidade de intervenção profissional nessa realidade, o Iprede, através do Ambulatório de Obesidade Infantil - um espaço destinado ao estudo, prevenção e intervenção da doença - deu início no ano de 2015 ao projeto de Apoio e Prevenção à Obesidade Infantil e Orientações (Apoio). Através desde a instituição disponibiliza serviços gratuitos e destinados a toda a população da capital cearense. Além do trabalho de educação alimentar, os pacientes têm à disposição uma equipe multidisciplinar formada por pediatra, nutricionista, profissionais de gastronomia, psicomotricista e educador físico que trabalham de forma integrada desde o diagnóstico.

ANÁLISE

Ao considerarmos a associação entre educomunicação e a ferramenta de mídia *podcast*, percebemos o quanto é possível trabalhar o tema ‘obesidade infantil’ com a intenção de disseminar informação e conscientizar as pessoas quanto aos riscos da doença. Apesar do projeto acontecer estritamente na cidade de Fortaleza (CE), o fato do conteúdo ser disponibilizado na *internet* amplia, significativamente, o número de indivíduos que terão acesso às informações, portanto, o alcance passa a ser imensurável. Logo, o debate educutivo acontece e o material serve de incentivador não apenas no que diz respeito à doença, mas fomenta o surgimento de outras produções.

Por entender esse fenômeno, a ferramenta escolhida para abordar a temática foi o *podcast*, e sua utilização foi entendida como prestação de serviço, uma vez que propagam não apenas a disponibilidade de vagas no projeto, mas dicas para melhoria na qualidade de vida da sociedade. Para somar em conhecimento, os arquivos também agregam entrevistas com os profissionais de saúde envolvidos, com a intenção de desmistificar superstições relacionadas à obesidade infantil.

Para corresponder as expectativas relacionadas às informações que seriam inseridas nos *podcasts* foram realizadas visitas semanais ao Iprede para contato com a equipe multidisciplinar e conhecimento prático quanto às instalações do ambulatório. Concomitantemente foram feitas leituras sobre o tema da obesidade infantil, com sistematização de informações a serem utilizadas na elaboração das pautas. Nesse contexto

também houve a necessidade de capacitação para manuseio do software de edição de áudio (Audacity).

A partir daí foram definidos os 21 tópicos a serem trabalhados no gênero spot (chamadas sonoras de até um minuto) e programetes com até 3 minutos de duração. Após a elaboração dos roteiros e a definição da trilha sonora, foram realizadas as gravações de programas pilotos. Em seguida, foi realizada avaliação e ajustes necessários para a gravação definitiva. A disponibilização dos arquivos na página eletrônica do Iprede, nas emissoras de rádio da cidade e nas redes sociais será definida pela coordenação do projeto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Perceber a realidade dos altos índices de obesidade infantil no Brasil foi impactante e gerou uma reflexão não apenas acerca do cotidiano e do comportamento das pessoas, mas a que tipo de informação elas estão, ou não, tendo acesso. A geração de conteúdo, sobretudo o institucionalizado, não parece se preocupar com o futuro da humanidade, haja visto o bombardeio de imagens e pseudo-informações acerca de determinados alimentos na *internet*.

Ficou perceptível que os cuidados com a saúde na infância nem sempre é a prioridade dos pais ou responsáveis. São atribuídos como fatores responsáveis por essa conduta a falta de tempo e a correria do cotidiano. Mas a falta de prudência pode custar cara a médio e longo prazo. Outro fator de destaque ao longo dessa construção fica por conta da substituição das brincadeiras infantis pelo uso exacerbado da tecnologia. E o não movimentar-se tem relação direta não apenas com a falta de socialização, mas com doenças decorrentes do sedentarismo.

A ideia de difundir a temática através dos *podcasts*, foi a mais adequada para atender aos anseios do projeto, tanto pelo baixo custo de produção quanto pela facilidade de veiculação do conteúdo. Através da *internet* (redes sociais) o material pode ser compartilhado de forma incalculável, atingindo, assim, o público-alvo (pais, responsáveis e crianças com excesso de peso ou obesidade).

REFERÊNCIAS

ABRINQ, Fundação. **Crescimento nos índices de obesidade infantil é novo desafio para o Brasil**, 2015. Disponível em <http://www.abc.com.br/infantil/para-pais/2015/08/crescimento-nos-indices-de-obesidade-infantil-e-novo-desafio-para-o> Acesso em 27 maio 2016.

BRASIL. Presidência da República. Secretaria de Comunicação Social. **Pesquisa brasileira de mídia 2015: hábitos de consumo de mídia pela população brasileira**. Brasília: Secom, 2014. Disponível em <http://www.secom.gov.br/atuacao/pesquisa/lista-de-pesquisas-quantitativas-e-qualitativas-de-contratos-atuais/pesquisa-brasileira-de-midia-pbm-2015.pdf> Acesso em 29 maio 2016.

BRASIL, Portal. **Brasil supera baixo peso infantil, mas obesidade preocupa**, 2015. <http://www.brasil.gov.br/cidadania-e-justica/2015/03/brasil-supera-baixo-peso-infantil-mas-obesidade-preocupa> Acesso em 30 maio 2016.

CAMPBELL, G. **Há algo no ar: Podcasting em Educação**. ESTADO. EDITORIA, 2005.

CARVALHO, Ana Amélia. **Actas do Encontro sobre Podcasts**. Braga: CIED, 2009. Disponível em <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/10052> Acesso em 27 maio 2016.

ESTADO, Agência. **Especialista dá dicas para combater obesidade infantil**, 2015. Disponível em http://sites.uai.com.br/app/noticia/saudeplena/noticias/2015/06/19/noticia_saudeplena,153834/especialista-da-dicas-para-combater-obesidade-infantil.shtml Acesso em 20 maio 2016.

MANCIE, André Euclides. **A Revolução das Redes**. Rio de Janeiro: Vozes, 2000.

MINISTÉRIO PÚBLICO DE GOIÁS. **Obesidade Infantil**. Disponível em http://www.mpggo.mp.br/portal/system/resources/W1siZiIsIjIwMTMvMDQvMDkvMTJfMDNfNDRfNTA5X29iZXNpZGFkZV9pbmZhbnRpbDIucGRmI1d/obesidade_infantil2.pdf Acesso em 27 maio 2016.

NEUBERGER, R. S. A. **O rádio na era da convergência das mídias**. Cruz das Almas, BA: UFRB, 2012. Disponível em [http://www.repositorio.ufrb.edu.br/bitstream/123456789/769/1/o%20radio_na_era_da_convergencia\(1\).pdf](http://www.repositorio.ufrb.edu.br/bitstream/123456789/769/1/o%20radio_na_era_da_convergencia(1).pdf) Acesso 27 maio 2016.

NOGUEIRA, Carlos Alberto. **Obesidade infantil é doença?** 2013. Disponível em <http://abran.org.br/para-publico/obesidade-infantil-e-doenca/> Acesso em 30 maio 2016.