



## ABORDAGEM HOLÍSTICA DA NUTRIÇÃO: RELAÇÃO ENTRE O SER HUMANO COM A ALIMENTAÇÃO

*Marieli de Fátima Schuhli<sup>1</sup>; Josiane de Oliveira Almeida<sup>2</sup>*

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Nutrição, UNICESUMAR – Universidade Cesumar, Ponta Grossa/PR. Programa Voluntário de Iniciação Científica da UniCesumar (PVIC). marielifschuhli@gmail.com

<sup>2</sup> Orientadora, Docente do Curso de Nutrição da UNICESUMAR, Ponta Grossa/PR.

### RESUMO

Essa pesquisa tem como objetivo instruir a sociedade sobre hábitos e ações que beneficiam a relação do ser humano com a alimentação e influenciam a qualidade de vida, através da perspectiva holística da nutrição. Como objetivos específicos pretende-se analisar a relação da sociedade com a alimentação, entender quais os pontos positivos e negativos mais prevalentes sobre essa relação, bem como, verificar qual é o alcance do conhecimento sobre abordagens holísticas na atualidade. Para tanto, será realizada uma pesquisa de campo exploratória, com indivíduos maiores de 18 anos de idade e que demonstrem interesse em participar, pretendendo alcançar em torno de 50 pessoas. Para realizá-la, será submetido um questionário com 17 questões, composto com perguntas estratégicas, fechadas e de múltiplas escolhas relacionadas aos objetivos da pesquisa, que indagam se o entrevistado já ouviu falar sobre nutrição holística, como é sua relação com a alimentação, quais são seus hábitos alimentares, qual é o significado da alimentação para si, o que ela desperta em si, entre outras. Será aplicado através de um formulário da plataforma Google Forms, via *e-mail* ou *WhatsApp*, a mesma não conterá campos de identificação do entrevistado mantendo assim o sigilo das informações dos participantes, o TCLE será enviado via e-mail e deverá ser respondido declarando aceitação para participar da pesquisa. Para a conclusão dessa pesquisa será elaborado um panfleto na forma de infográfico contendo os resultados e instruções para uma melhor relação do ser humano com a alimentação baseado na perspectiva holística, o qual será repassado para a sociedade por meios digitais. Deste modo, a relevância da presente pesquisa está em oferecer o conhecimento e instruções de uma nova perspectiva proposta por conhecimentos que vão além da nutrição convencional, sobre como se relacionar com a alimentação, buscando disseminar a visão do alimento na sua forma integral como meio para conquistar o equilíbrio entre corpo, mente e espírito e sobre nutrir e conhecer além do corpo físico. Será analisada por meio dos pontos coletados sobre como esta as relações atuais da sociedade com os alimentos, os quais serão estudados afim de propor instruções para esse fim através da abordagem holística. Espera-se, portanto, apresentar e orientar a sociedade sobre uma nova perspectiva de ver e interagir com a alimentação, descobrir como está a relação dos indivíduos com a alimentação, identificando situações de maior prevalência, desde benéficas a malélicas a saúde e a qualidade de vida e repassar um conhecimento de uma nova perspectiva que vem cada vez mais ganhando espaço na área da saúde, utilizando também fatores de outras áreas da nutrição como a nutrição comportamental.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimento; Holismo; Nutrição Comportamental.