

**CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO CRICARÉ
MESTRADO PROFISSIONAL EM CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E EDUCAÇÃO**

MABILA DE SOUZA GOMES

**EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR: UMA
ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE PROFESSORES E ALUNOS
DE UMA ESCOLA DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO
MUNICÍPIO DE PRESIDENTE KENNEDY-ES**

SÃO MATEUS-ES

2022

MABILA DE SOUZA GOMES

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR: UMA
ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE PROFESSORES E ALUNOS
DE UMA ESCOLA DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO
MUNICÍPIO DE PRESIDENTE KENNEDY-ES

Dissertação apresentada ao Programa de
Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e
Educação do Centro Universitário Vale do Cricaré
como requisito parcial para obtenção do título de
Mestre em Ciência, Tecnologia e Educação.

Orientador: Guilherme Bicalho Nogueira

SÃO MATEUS-ES

2022

Autorizada a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Catálogo na publicação

Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação

Centro Universitário Vale do Cricaré – São Mateus – ES

G633e

Gomes, Mabila de Souza.

Educação nutricional no ambiente escolar: uma análise da percepção de professores e alunos de uma escola da rede pública de ensino do município de Presidente Kennedy - ES / Mabila de Souza Gomes – São Mateus - ES, 2022.

104 f.: il.

Dissertação (Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação) – Centro Universitário Vale do Cricaré, São Mateus - ES, 2021.

Orientação: prof. Dr. Guilherme Bicalho Nogueira.

1. Merenda escolar. 2. Estudantes - Nutrição. 3. Hábitos alimentares. 4. Promoção da saúde. I. Nogueira, Guilherme Bicalho. II. Título.

CDD: 372.37

Sidnei Fabio da Glória Lopes, bibliotecário ES-000641/O, CRB 6ª Região – MG e ES

MÁBILA DE SOUZA GOMES AGRIZZI

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR: UMA ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE PROFESSORES E ALUNOS DE UMA ESCOLA DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE PRESIDENTE KENNEDY – ES

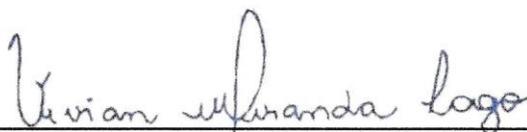
Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciência, Tecnologia e Educação no Centro Universitário Vale Do Cricaré (UNIVC), como requisito parcial para obtenção do título de Mestra em Ciência, Tecnologia e Educação, na área de concentração Ciência, Tecnologia e Educação.

Aprovado em 31 de março de 2022.

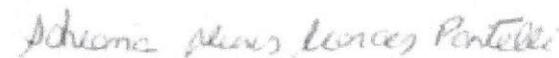
COMISSÃO EXAMINADORA



Prof. Dr. Guilherme Bicalho Nogueira
Presidente



Profa. Dra. Vivian Miranda Merlo
Membro Interno



Profa. Dra. Adriana Nunes Moraes Partelli
Membro Externo

AGRADECIMENTOS

Agradeço, em primeiro lugar, a Deus, mestre de toda a Terra, que me oportunizou, em Sua infinita misericórdia, o privilégio de cursar o Mestrado, auxiliando-me e dando-me o suporte necessário para vencer os desafios ao longo do caminho.

Ao meu orientador, Dr. Guilherme Bicalho Nogueira, pela paciência, dedicação e preciosos conhecimentos que teve a bondade de compartilhar comigo. Obrigada por ter se tornado meu norte e pelo rico aprendizado que me proporcionou.

E a todos os colaboradores, colegas de trabalho e demais pessoas, que de alguma forma contribuíram para a realização desse sonho, tão relevante para minha vida profissional.

DEDICATÓRIA

A meu esposo e meu filho, amada família, pela paciência, apoio e compreensão nos momentos mais difíceis, mas necessários, de luta e ausência para que pudesse concluir essa pesquisa.

Vocês são parte dessa essencial dessa conquista, por me darem suporte a todo instante e me apoiarem para que eu conseguisse chegar até aqui.

A gente não quer só comida
A gente quer comida Diversão e arte.
A gente não quer só comida
A gente quer saída para qualquer parte...
A gente não quer só comida
A gente quer bebida diversão, balé
A gente não quer só comida
A gente quer a vida como a vida quer...

Arnaldo Antunes

LISTA DE SIGLAS

CAE - Conselho de alimentação escolar

CAPES - Coordenação de aperfeiçoamento de pessoal de nível superior

CGU - Controladoria geral da união

CNA - Comissão nacional de alimentação

EAN - Educação alimentar e nutricional

FAE - Fundação de assistência ao estudante

FNDE - Fundo nacional de desenvolvimento da educação

IDH - Índice de desenvolvimento humano

IMC - Índice de massa corporal

PAE - programa de alimentação escolar

PNAE - Programa nacional de alimentação escolar

PPP - Projeto político pedagógico

TCU - Tribunal de contas da união

RESUMO

GOMES. Mabila de Souza. **Educação nutricional no ambiente escolar: uma análise da percepção de professores e alunos de uma escola da rede pública de ensino do município de Presidente Kennedy-ES.** 104f. Dissertação (Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação) – Faculdade Vale do Cricaré, São Mateus, 2021.

Esta pesquisa buscou discorrer sobre a promoção de uma alimentação saudável entre crianças e seus impactos no ambiente escolar. O principal objetivo da pesquisa foi analisar a percepção de professores e alunos de uma escola da rede pública do município de Presidente Kennedy-ES, sobre a importância da educação nutricional no ambiente escolar. Após a construção do objetivo geral delimitaram-se os seguintes objetivos: analisar a percepção de professores e alunos de uma escola da rede pública de ensino de Presidente Kennedy, sobre os impactos de uma alimentação saudável no ambiente escolar como forma de promoção da qualidade de vida e saúde do aluno; discutir ações/estratégias que ajudem na mudança da postura dos alunos em relação aos hábitos alimentares; desenvolver um produto educativo na forma de uma cartilha digital com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos. O conteúdo, tanto textual como ilustrativo, visa reconceituar os métodos alimentares utilizados nas escolas públicas de Ensino Fundamental. A justificativa para escolha do tema veio da necessidade de se aprofundar mais nos impactos da alimentação escolar saudável no comportamento dos alunos em relação à adoção de hábitos alimentares mais saudáveis, haja vista que, são poucos os estudos relacionados a esta temática que abordam uma orientação no que concerne à alimentação equilibrada, aprofundando assim o debate acadêmico neste campo. Qualitativa, a pesquisa teve como sujeitos 20 (vinte) alunos e 02 (duas) professoras do Ensino Fundamental I para alcance de uma visão mais concreta acerca da importância de uma alimentação saudável nas escolas e seus efeitos na mudança de hábitos dos alunos. Como resultado foi possível perceber, com base nas entrevistas que, apesar da percepção da importância da educação nutricional no ambiente escolar, com foco na alimentação saudável, as docentes, sujeitos dessa pesquisa, veem a necessidade de se trabalhar mais essa temática, de forma criativa, através de projetos ou aulas temáticas, para que os alunos percebam sua importância e tenham acesso a essa alimentação na escola. Assim, concluiu-se, da análise dos dados e respostas apresentadas pelos educadores que, mesmo com os esforços depreendidos na prática diária para enfrentar as dificuldades de desenvolverem uma alimentação saudável, ainda há um longo caminho a ser percorrido no desenvolvimento de ações e práticas metodológicas que estimulem e motivem os alunos nesse sentido.

Palavras-chave: Alimentação saudável. Ambiente escolar. Hábitos alimentares. Resultados de saúde.

ABSTRACT

GOMES. Mabila de Souza. **Nutritional education in the school environment: an analysis of the perception of teachers and students of a public school in the municipality of Presidente Kennedy-ES.** 104f. Dissertation (Professional Master's in Science, Technology and Education) - Faculdade Vale do Cricaré, São Mateus, 2021.

This research sought to discuss the promotion of healthy eating among children and its impacts on the school environment. The main objective of the research was to analyze the perception of teachers and students from a public school in the city of Presidente Kennedy-ES, about the importance of nutritional education in the school environment. After the construction of the general objective, the following objectives were outlined: to analyze the perception of teachers and students from a public school in Presidente Kennedy, on the impacts of healthy eating in the school environment as a way of promoting quality of life and student health; discuss actions/strategies that help to change the students' attitude in relation to eating habits; to develop an educational product in the form of a digital booklet with a focus on offering suggestions and actions to be implemented at school aimed at developing a healthy diet for students. The content, both textual and illustrative, aims to reconceptualize the dietary methods used in public elementary schools. The justification for choosing the theme came from the need to delve deeper into the impacts of healthy school eating on students' behavior in relation to the adoption of healthier eating habits, given that there are few studies related to this theme that address an orientation in the concerning balanced nutrition, thus deepening the academic debate in this field. Qualitative, the research had as subjects 20 (twenty) students and 02 (two) teachers of Elementary School I to reach a more concrete vision about the importance of healthy eating in schools and its effects on changing students' habits. As a result, it was possible to perceive, based on the interviews that, despite the perception of the importance of nutritional education in the school environment, with a focus on healthy eating, the teachers, subjects of this research, see the need to work more on this theme, in a creative way., through projects or thematic classes, so that students realize its importance and have access to this food at school. Thus, it was concluded from the analysis of the data and responses presented by the educators that, even with the efforts made in daily practice to face the difficulties of developing a healthy diet, there is still a long way to go in the development of actions and methodological practices. that stimulate and motivate students in this direction.

Keywords: Healthy eating. School environment. Eating habits. Health Outcomes.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	11
1.1 DO PROBLEMA AOS OBJETIVOS DA PESQUISA.....	15
1.2 JUSTIFICATIVA.....	16
2 DISCUSSÕES TEÓRICAS.....	18
2.1 EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR: NOVOS PAPÉIS E PERSPECTIVAS NO DESENVOLVIMENTO DE BONS HÁBITOS ALIMENTARES.....	25
2.2 UM PANORAMA DA ESTRUTURA DA ALIMENTAÇÃO PÚBLICA ESCOLAR BRASILEIRA.....	30
2.3 O PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)	33
2.4 A PONTE ENTRE A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E O PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO (PPP)	35
2.5 UMA ABORDAGEM DO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA COMO FORMA DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL.....	37
3 METODOLOGIA.....	43
3.1 PARTICIPANTES DA PESQUISA.....	44
3.2 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS.....	45
3.3 ANÁLISE DOS DADOS PRODUZIDOS.....	46
3.4 O PRODUTO EDUCACIONAL.....	47
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	49
4.1 A IMPLEMENTAÇÃO DE METODOLOGIAS COM FOCO NA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO AMBIENTE ESCOLAR.....	49
4.2 O PRODUTO EDUCATIVO.....	61
4.3 OBJETIVOS.....	62
4.3.1 Objetivo Geral.....	62
4.3.2 Objetivos específicos.....	62
4.4 METODOLOGIA.....	62
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	64
REFERÊNCIAS.....	66
APÊNDICES.....	74
APÊNDICE I: ROTEIRO DE ENTREVISTA PARA OS DOCENTES.....	74

APÊNDICE II: ROTEIRO DE ENTREVISTA PARA OS ALUNOS.....	76
APÊNDICE III: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE) (PROFESSORES)	77
APÊNDICE IV: TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (ALUNO)	80
APÊNDICE V: PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP.....	62
APÊNDICE VI: PRODUTO EDUCATIVO.....	86

1 INTRODUÇÃO

A nível global, a prevalência de sobrepeso e obesidade vem aumentando entre crianças e adolescentes e está associada a hábitos alimentares pouco saudáveis e falta de atividade física. A alimentação escolar tem sido cada vez mais apresentada como uma política para lidar com os padrões de alimentação pouco saudáveis entre eles (SMETANINA et al., 2015).

A infância, um dos períodos críticos para uma boa saúde e desenvolvimento da vida, impõe uma necessidade fisiológica maior de nutrientes e uma dieta rica em qualidade nutricional é fundamental. Evidências científicas sugerem que o estilo de vida, padrões de comportamento e hábitos alimentares nessa fase persistem pela vida adulta e influenciam de forma direta na saúde e bem-estar do indivíduo (ZOTA et al., 2016).

Nesse contexto as refeições, Vieira et al. (2017) destacam que parte importante das rotinas diárias para as famílias e as escolas, devem oferecer oportunidades para a ingestão nutricional das crianças e estabelecer hábitos alimentares que as crianças provavelmente terão por toda a vida.

Logo, as intervenções alimentares na escola podem ser um meio eficaz e promissor para promover uma alimentação saudável, melhorar o comportamento alimentar e a atitude entre crianças pelo potencial que as escolas tem de, como um sistema, fazer melhorias duradouras e garantir um ambiente escolar saudável para a melhoria da saúde das crianças a curto e longo prazo.

Estudos de Micha et al. (2018) mostram que as crianças começam a desenvolver seu apetite e preferências alimentares a partir dos dois anos de idade. Assim as refeições em família e nas escolas acabam se tornando um momento importante para desenvolver atitudes e comportamentos relacionados a alimentos a longo prazo. Essa importância levou pediatras, nutricionistas e acadêmicos para elaborar diretrizes e princípios gerais para os pais seguirem nas refeições com seus filhos pequenos.

No entanto, refeições com crianças pequenas também foram identificadas como fonte de estresse para muitos pais e impaciência por parte de alguns

profissionais de educação. A neofobia alimentar¹, por exemplo, e a escassez de alimentos são comuns entre crianças pequenas, e pesquisas indicam que os pais e professores sofrem estresse como resultado de birras relacionadas às refeições, longos períodos de alimentação e sua necessidade de exercer sua autonomia (YING-YU, et al., 2019).

Os pais e professores também veem as refeições como uma parte importante e valiosa da alimentação de seus filhos e alunos, pela experiência diária que representam. Na visão de Amini et al. (2016) eles querem que as refeições sejam um momento em que as crianças aprendam boas maneiras e praticam participando de conversas. Assim valorizam as refeições como oportunidades para o vínculo familiar e afetivo, juntos, e consideram a mesa de jantar como uma das configurações mais importantes para isso.

A educação nutricional, uma das necessidades básicas do indivíduo, principalmente no período pré-escolar, é muito importante para a saúde ao longo da vida, e as experiências nutricionais em tenra idade influenciam os hábitos nutricionais que persistirão na idade adulta.

Por esse motivo, a educação nutricional deve ser contínua, eficaz e direcionada a todos os membros da família (até mesmo porque os hábitos alimentares dos pais têm efeito direto ou indireto nos estilos alimentares dos filhos), e principalmente no ambiente escolar incluindo as seguintes etapas: oferta de educação, aquisição de conhecimento, formação de atitudes e desenvolvimento de comportamentos.

A escola é vista como um local promissor para a promoção da saúde devido à sua capacidade de atingir públicos-alvo importantes. Os alunos passam cerca de cinco horas diárias por semana na escola, o que a torna, portanto, uma instituição-chave para sua socialização, inclusive no que diz respeito ao comportamento alimentar. Com o apoio da escola, o aluno pode manter exercícios e uma dieta saudável com mais facilidade, pois sua promoção da saúde pode fomentar normas e valores positivos entre eles.

Assim, o desenvolvimento de intervenções alimentares, com vistas à promoção de uma alimentação saudável entre crianças no ambiente escolar é vista

¹ Neofobia alimentar, considerada o medo de alimentos novos, é um comportamento caracterizado pela rejeição ou recusa de alimentos não familiares. Trata-se de uma resistência individual em comer e/ou experimentar “novos” alimentos, ou seja, alimentos diferentes do padrão habitual de consumo.

como um recurso importante para uma maior qualidade de vida. Evidências de que as intervenções nas escolas podem ser eficazes na promoção de uma alimentação saudável são encontradas no trabalho de Amini et al. (2016) que trouxe dados positivos de uma intervenção na escola que incluiu educação nutricional e aumento da atividade física para incentivo e modificação do estilo de vida dos pais, e trouxe uma mudança nos alimentos vendidos nas cantinas das escolas e melhora significativa no índice de massa corporal (IMC) entre os alunos do ensino fundamental.

Em todo o mundo, as intervenções no ambiente escolar para promover uma nutrição mais saudável entre as crianças têm recebido considerável atenção dos pesquisadores nos últimos anos - embora estejam longe de ser um consenso sobre quais são as maneiras mais eficazes de aproveitar ao máximo o potencial das escolas para contribuir para uma saúde melhor por meio de ações baseadas na alimentação.

Mas é o ambiente que faz a diferença? É a educação ou a atenção geral dada à comida e à alimentação que desempenha o maior papel? As estratégias de intervenção alimentar e nutricional na escola têm testemunhado uma mudança gradual da orientação do conhecimento para a orientação comportamental e do foco no indivíduo para o ambiente alimentar.

Anderson et al. (2018) ressaltam que o ambiente alimentar desempenha um papel muito maior no comportamento do que se acreditava originalmente. As intervenções baseadas na escola podem, *a priori*, ser consideradas um método eficaz para promover uma alimentação melhor ao nível da população, pois as escolas alcançam um grande número de participantes em diversos grupos étnicos e não atinge apenas as crianças, mas também os funcionários da escola, familiares e também membros da comunidade.

Para Gallota et al. (2016) as escolas podem ser consideradas locais protegidos onde certas regras se aplicam e onde políticas de prioridade pública podem ser implantadas com relativa facilidade. Além disso, são espaços profissionais onde a aprendizagem e a formação estão no centro das atividades e orientadas por uma equipe qualificada e profissional.

Como tal, representam um ambiente social poderoso com potencial de promover e fornecer educação e nutrição saudáveis. Além do potencial para criar saúde e comportamentos saudáveis, a boa nutrição na escola tem, de acordo com

outros estudos, o potencial de aumentar os resultados educacionais e o desempenho acadêmico (FLORENCE et al., 2008).

Assim, é necessária uma visão geral atualizada, bem como uma análise mais detalhada das iniciativas, a fim de fortalecer a compreensão dos mecanismos pelos quais a escola pode contribuir para a formação de um comportamento alimentar mais saudável entre crianças e adolescentes.

Esse estudo tentou preencher a necessidade de uma melhor compreensão sobre qual dos muitos componentes de intervenção funciona melhor, olhando para as intervenções de alimentação e nutrição escolar relatadas na literatura que têm examinado programas, projetos, intervenções ou iniciativas de alimentação saudável.

Por isso é esperado que os resultados e as ideias desse trabalho possam ser expandidas para informar a integração cotidiana de intervenções alimentares na vida familiar e escolar das crianças para garantia de mais qualidade de vida agora e no futuro.

Entretanto, antes de se aprofundar mais no desenvolvimento desse estudo irei detalhar aqui minha vida acadêmica e o caminho desenhado ao longo da minha carreira. Residente em Presidente Kennedy, me formei em Nutrição pelo Centro Universitário São Camilo em 2014 e desde essa época também ocupo um cargo na Secretaria Municipal de Saúde do meu município.

Em 2020 graduei-me em Pedagogia pela Unip em Cachoeiro de Itapemirim pela intenção de me dedicar a um sonho antigo que é desenvolver um projeto que possa unir a Nutrição à educação. Porém, em meio às dificuldades básicas da concorrência do mercado de trabalho, aliado à importância da qualificação constante, decidi então retornar à sala de aula para enriquecer meus conhecimentos e me qualificar um pouco mais - momento em que me inscrevi para o processo seletivo do mestrado da Vale do Cricaré, sendo aprovada e iniciando cheia de expectativas este curso em 2020.

Assim a presente proposta de estudo visa contribuir, pautada pela minha visão de perceber a ausência de estratégias alimentares, dentro das escolas municipais de Presidente Kennedy, voltadas para uma melhor qualidade de vida das crianças, para fortalecimento de uma política de saúde que sirva de forma preventiva para a diminuição dos índices de obesidade e sobrepeso de nossos alunos.

Assim, é acreditando no desenvolvimento de intervenções alimentares no ambiente escolar para promoção de uma alimentação saudável entre crianças, que inicio essa caminhada de pesquisa científica.

1.1 DO PROBLEMA AOS OBJETIVOS DA PESQUISA

Este trabalho tende a investigar o papel da escola no desenvolvimento de intervenções que podem ser eficazes na promoção de uma alimentação saudável.

Dessa forma, quanto ao problema de pesquisa, em consequência dos fatos apresentados, optou-se pelo seguinte questionamento para esse estudo: como a percepção de professores e alunos sobre a importância de uma alimentação saudável no ambiente escolar pode impactar na mudança de postura dos alunos em relação aos hábitos alimentares?

Diante dessa problematização, o objetivo geral desse estudo é analisar a percepção de professores e alunos de uma escola da rede pública do município de Presidente Kennedy-ES, sobre a importância da educação nutricional no ambiente escolar.

Estima-se que a promoção de uma alimentação saudável no ambiente escolar pode ser um meio eficaz e promissor para um bom desenvolvimento da saúde do aluno, melhorar o comportamento alimentar e sua atitude na escola. Assim, as escolas como um sistema têm o potencial de fazer melhorias duradouras, garantindo um ambiente escolar saudável em todo o mundo para a melhoria da saúde das crianças a curto e longo prazo.

Após a construção do objetivo geral, delinearam-se os seguintes objetivos específicos:

- ✓ Analisar a percepção de professores e alunos de uma escola da rede pública de ensino de Presidente Kennedy, sobre os impactos de uma alimentação saudável no ambiente escolar como forma de promoção da qualidade de vida e saúde do aluno;
- ✓ Discutir ações/estratégias que ajudem na mudança da postura dos alunos em relação aos hábitos alimentares;
- ✓ Desenvolver um produto educativo na forma de uma cartilha digital com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos. O

conteúdo, tanto textual como ilustrativo, visa reconceituar os métodos alimentares utilizados nas escolas públicas de Ensino Fundamental.

1.2 JUSTIFICATIVA

Dada a importância de adotar práticas alimentares saudáveis desde cedo, e o papel crucial das escolas na socialização das crianças, muitos programas de intervenção de saúde são concebidos para desenvolver hábitos alimentares saudáveis. No entanto, os alunos costumam achar esses programas desestimulantes e, como resultado, muitas vezes não são particularmente bem-sucedidos.

Estudiosos da área da saúde como Smetanina et al. (2015) descobriram que pais e professores têm se preocupado com os resultados negativos dos hábitos alimentares por poderem levar ao desenvolvimento do sobrepeso e da obesidade em crianças.

Na visão de Santos et al. (2012) o ambiente familiar muitas vezes influencia de forma direta como fator de risco para a obesidade. Os estilos parentais que vêm sendo alvo de estudo de diversas ciências nos últimos anos, podem adquirir caráter de prevenção de inúmeros problemas de comportamentos ou promover o desenvolvimento destes. Estudar as práticas de alimentação infantil associadas aos estilos parentais possibilita entender como os pais alimentam seus filhos e as implicações dessa prática no desenvolvimento da obesidade infantil.

Nessa linha de discussão, tendo como foco o estudo da família, Skinner (2014) afirma que a sua dinâmica é essencial ao desenvolvimento, pois ela funciona como uma agência educacional ao ensinar a criança a andar, a falar, a comer de uma certa maneira, a se vestir e assim por diante.

Para Maturano e Loureiro (2003), além da família, a escola também pode constituir-se como um ambiente promotor de saúde e influenciar nas condições de um IMC saudável, ajudando desse modo no controle da obesidade, proporcionando experiências e desafios benéficos à saúde das crianças e constituindo-se assim em um espaço privilegiado para o desenvolvimento infantil.

Na visão de Bell et al. (2011) a nutrição é um dos muitos aspectos importantes da vida. Sem nutrição adequada, o corpo e cérebro humanos não prosperam, mas sucumbem a doenças e enfermidades. À medida que o mundo

avança ao inventar alimentos processados, as crianças não estão recebendo a quantidade e a qualidade adequada de nutrição que lhes possibilite uma saúde ideal.

Como consequência disso a obesidade, crescente de forma alarmante no meio infanto-juvenil, tem levado crianças e adolescentes a desenvolver distúrbios graves como hipertensão, colesterol alto e diabetes. Daí a importância das crianças aprenderem quais nutrientes são benéficos para o corpo e dessa forma começarem a ingerir alimentos de boa qualidade e assim terem uma chance saudável, através da nutrição adequada, de diminuir as taxas de obesidade.

A relevância da pesquisa se dá em virtude da necessidade de se aprofundar mais nos impactos de uma alimentação escolar saudável em relação ao comportamento dos alunos na adoção de hábitos alimentares mais saudáveis em sintonia com uma alimentação equilibrada.

Assim, acredita-se que a presente pesquisa tende a contribuir e a beneficiar toda a sociedade, visto que se trata da expansão da informação sobre a influência da escola na promoção de intervenções alimentares no ambiente escolar como uma forma de se promover uma alimentação saudável entre crianças prevenindo o sobrepeso e a obesidade infantil, que vem aumentando gradativamente nos últimos anos, provocando consequências danosas relacionadas à saúde das crianças.

2 DISCUSSÕES TEÓRICAS

O capítulo a seguir foi subdividido em dois momentos: o primeiro uma breve discussão sobre a Revisão de Literatura, composta por trabalhos que dialogam com esta linha de pesquisa. Na segunda parte será apresentado o Referencial Teórico que compõem estudos acerca da temática desta pesquisa de forma pormenorizada.

Dessa forma, este capítulo buscou, através de uma análise pormenorizada de trabalho no banco de dados do Catálogo de Teses e Dissertações da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) para utilizá-los como ponto de partida para as reflexões e direcionamento da proposta dessa pesquisa. Logo, através dos descritores aqui utilizados, e comuns ao objetivo de pesquisa, foram selecionados os trabalhos que tinham relação direta com o tema desse estudo através da leitura dos respectivos títulos, resumos e introduções.

As pesquisas nas plataformas dos bancos de dados possibilitaram encontrar os trabalhos relacionados ao tema desse estudo através das palavras-chaves “alimentação saudável”, “intervenção alimentar”, “meio escolar” e “promoção da saúde no meio escolar”, utilizados conjuntamente. Após acesso à plataforma CAPES obteve-se trinta e oito resultados que, de forma direta ou indireta, tinham relação com o projeto de pesquisa, por trazer no título palavras usadas como descritores, e desses, cinco (05) foram selecionados por terem uma relação direta com este estudo. Os critérios de inclusão foram artigos dos últimos 10 anos que tivessem alguma relação com a temática deste estudo. Da mesma forma foram excluídos todos os trabalhos que não tivessem relação com a temática ou não se encaixassem dentro do período utilizado.

Objetivando a seleção de trabalhos que norteassem esse estudo, procurou-se estabelecer uma conexão entre eles. À vista disso, foram organizadas as ideias e uma conjuntura do trabalho conforme as pesquisas descritas no quadro abaixo.

Quadro 1. Teses e Dissertações do catálogo da CAPES relacionados ao tema deste trabalho

Títulos Selecionados	Autor/Ano
Crenças sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar	SCARPARO (2017)
Encontros e desencontros entre conceito e prática da alimentação saudável e o papel da escola na educação alimentar	DUTRA (2014)
Dilemas e contradições para a promoção da alimentação saudável na percepção de mães de escolares com excesso de peso	SOUZA

A educação alimentar e nutricional na sala de aula: desenvolvimento de material pedagógico para aplicação por professores em uma escola do município de Feira de Santana-BA	(2020) FAM (2015)
Alimentação saudável na infância: as representações sociais de pais e/ou responsáveis e de escolares do primeiro ano do Ensino Fundamental	WITT (2013)

Fonte: Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES

Uma análise com os trabalhos selecionados será feita a seguir para estabelecer um diálogo e evidenciar as aproximações em relação à proposta de pesquisa.

A seguir serão detalhadas de forma sucinta as pesquisas encontradas no banco de dados do Repositório Capes e que dialogam com a temática desse estudo, destacando a relevância do seu conteúdo para o desenvolvimento deste trabalho.

Crenças sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar

Esse trabalho é resultado de uma Tese apresentada por Scarparo (2017) ao Programa de Pós-graduação (Doutorado), em Educação em Ciências: Química da vida e saúde, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS.

Sua escolha se deve à relevância de ter escolhido como objetivo identificar as crenças sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar de profissionais e acadêmicos das áreas de Educação e Nutrição. Pautada em um estudo transversal, a pesquisa, de caráter descritivo e abordagem quantitativa, teve a finalidade de averiguar as crenças dos participantes por meio da aplicação de questionário desenvolvido, especificamente, para tal fim.

Em sua pesquisa a autora optou pela elaboração de um questionário que possibilitasse verificar o grau de concordância dos respondentes com cada afirmação proposta, utilizando, para tanto, uma escala do tipo Likert². Para a elaboração das afirmações, foi consultada a literatura das áreas de nutrição e educação relacionada ao assunto.

Inicialmente foram elaboradas 45 afirmações de forma a abranger os diferentes aspectos que a literatura e o cotidiano vêm evidenciando sobre o papel da escola, dos professores, os escolares e sua relação com a alimentação, a

² A escala Likert costuma ser apresentada como uma espécie de tabela de classificação. Afirmativas são apresentadas e o respondente é convidado a emitir o seu grau de concordância com aquela frase. Para isso, ele deve marcar, na escala, a resposta que mais traduz sua opinião. Com isso, permite que se descubram diferentes níveis de intensidade da opinião a respeito de um mesmo assunto ou tema.

alimentação escolar, os hábitos alimentares, e os responsáveis pelo ensino da temática. Em função de não haver consenso para muitos aspectos e, principalmente, para verificar se as afirmações do questionário estavam contemplando todas as variáveis relacionadas ao ensino da temática, assim como se havia clareza na formulação de cada assertiva, optou-se por realizar uma validação de conteúdo do instrumento elaborado.

A autora pôde verificar vários aspectos relacionados ao ensino da alimentação saudável que estão de acordo com o que vem sendo discutido na literatura da área de nutrição e educação, embora tenha constatado que alguns aspectos precisam ser debatidos, a fim de construir diretrizes para a implementação da alimentação saudável no ambiente escolar, bem como para que as ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) desenvolvidas na escola sejam efetivas para a promoção de hábitos alimentares saudáveis.

Considerando-se a escola como um local estratégico para a promoção da saúde e da alimentação saudável, torna-se fundamental que, além da oferta de refeições nutricionalmente adequadas, todos os atores da comunidade escolar tenham conhecimento sobre essa temática e estejam sensibilizados e motivados para a implementação de ações de EAN e dos Dez Passos para a Promoção da Alimentação Saudável no Ambiente Escolar.

Neste contexto, cabe lembrar que a alimentação escolar é uma ação pedagógica e, portanto, a oferta de alimentos já consiste em uma ação de ensino sobre a temática alimentação saudável, sinalizando a importância do cardápio, planejado pelo nutricionista e executado pelos manipuladores de alimentos, bem como dos produtos a serem comercializados em bares e cantinas.

Segundo Scarparo (2017), em função dos objetivos das Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Básica, que estabelecem a base nacional comum, orientando desde a organização até a avaliação das propostas pedagógicas, observa-se a pertinência da elaboração 10 de Diretrizes específicas para a EAN. Se o objetivo consiste em auxiliar na construção de novo comportamento alimentar, é imprescindível que sejam realizadas ações a médio e longo prazo, de acordo com os dados da realidade. Para tanto, julga-se necessária a elaboração de um Programa permanente de EAN, que leve em consideração a realidade e demanda local, por meio da realização de um diagnóstico educativo,

bem como um planejamento que envolva diferentes atores, como gestores, nutricionistas, coordenadores pedagógicos, entre outros.

Encontros e desencontros entre conceito e prática da alimentação saudável e o papel da escola na educação alimentar

Esse trabalho é resultado de uma Tese de Doutorado apresentada por Flávia Barbosa da Silva Dutra ao programa de Educação, Gestão e Difusão em Biociências, Instituto de Bioquímica Médica Leopoldo de Meis, Universidade Federal do Rio de Janeiro.

Escolheu-se esse estudo pela relevância da autora ter desenvolvido um estudo acerca da alimentação saudável de alunos entre 10 e 12 anos de escolas da rede pública e particular, localizadas em dois bairros da Ilha do Governador, com diferentes Índices de Desenvolvimento Humano (IDHs) - Jardim Guanabara e Tauá - com objetivo de gerar hipóteses sobre questões que envolvem a alimentação saudável desses estudantes, através da descrição e análise de informações sucintas e diretas, no contexto da Educação Básica do Rio de Janeiro.

Para isso procurou-se caracterizar as variáveis relativas à conceituação e à prática da alimentação saudável desses estudantes e avaliar a associação das mesmas com outros quatro grandes grupos de variáveis relativas à pessoa dos estudantes, ao lugar de moradia, ao ambiente escolar e à cultura familiar, utilizando a técnica da Análise do Conteúdo (BARDIN, 2000).

Através dos dados obtidos, Dutra (2014) concluiu que os adolescentes pesquisados possuem o conceito de alimentação saudável, entretanto não adotam tais práticas. Dessa forma, criar e incentivar estratégias de promoção de alimentação saudável na educação formal é essencial, pois dentro do ambiente escolar, podemos observar questões e sugerir mudanças que de fato contribuirão para o binômio conceito e prática de alimentação saudável, priorizando assim a qualidade de vida dos estudantes que dela participam e, conseqüentemente, seus familiares.

Para Dutra (2014) as intervenções, portanto, devem ir muito além de apenas promover conhecimentos nutricionais. Pensando neste aspecto, é recomendável não uma disciplina em educação alimentar ou de um projeto educacional, mas sim um envolvimento ainda maior de toda a escola em prol da qualidade de vida, na construção de um novo modelo educacional.

Dilemas e contradições para a promoção da alimentação saudável na percepção de mães de escolares com excesso de peso

Esse trabalho é resultado de uma Dissertação apresentada por Patrícia de Souza em 2020 ao Programa de Pós-graduação, Mestrado, Stricto Sensu da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM.

Este estudo se pautou numa pesquisa cujo objetivo foi analisar as percepções e os saberes dos pais e/ou responsáveis por crianças e adolescentes com excesso de peso sobre a categoria alimentação. Para isso, optou-se pela pesquisa de natureza qualitativa com a realização de 12 entrevistas semiestruturadas com mães em seus domicílios e os saberes dos pais e/ou responsáveis por crianças e adolescentes com excesso de peso sobre a categoria alimentação.

Souza (2020) alcançou resultados que evidenciaram os dilemas enfrentados pelo grupo em seu contexto de vida, entre eles: fatores de ordem socioeconômica, psicossocial e cultural. A dupla jornada de trabalho; os papéis de gênero; a falta de uma rede de apoio social; o contexto local; os recursos financeiros, o sistema agroindustrial e o marketing persuasivo, são elementos dificultadores.

Para a autora, nesta direção, a imposição de normas e comportamentos pautados em um modelo biomédico hegemônico não parece surtir efeitos positivos nesse grupo, em particular. Por outro lado, a educação fundamentada nos princípios freirianos por meio da reflexão e consciência crítica para a tomada de decisão aliada à construção de estratégias factíveis a partir da escuta afinada, nos parecem caminhos mais eficazes no enfrentamento desse problema.

Deste modo, destaca Souza (2020) há de se refletir sobre a natureza das pesquisas atuais na área, assim como, a formação/condução dos profissionais de saúde para que valorizem o contexto sociocultural nas ações de promoção da alimentação saudável.

Estudos revelam que as escolhas alimentares parentais, em relação à quantidade e qualidade dos alimentos podem determinar também, o comportamento alimentar das crianças e dos adolescentes. Diante disso, compreender como as práticas alimentares ocorrem no cotidiano de vida do grupo infanto-juvenil torna-se uma questão importante para melhor compreender a dinâmica que envolve a escolha e a seleção de alimentos no cotidiano dessas famílias (SOUZA, 2020).

Souza (2020) cita Gracia (2011) quando fala que atualmente, percebemos a configuração de uma “nova ordem alimentar”. Vivemos em uma sociedade da

abundância de alimentos, com propagandas publicitárias que nos impulsionam a comer cada vez mais ao mesmo tempo em que são difundidas normas sociais e recomendações médicas que nos impõem o controle e o cerceamento constantes. Tal contradição, na visão de Alves et al. (2018), passa a ser um dilema importante na era moderna e tem acarretado distúrbios alimentares associados a escassez tais como anorexia e bulimia assim como, os excessos alimentares incluindo o sobrepeso, a obesidade e a compulsão alimentar.

Diante disso, defende Souza (2020), o ambiente escolar vem sendo fortemente recomendado como um espaço propício às iniciativas de promoção da saúde, incluindo a prevenção e o controle do excesso de peso. Para Araújo (2019), as escolas tornaram-se uma base fundamental da formação social, intelectual, crítica e também, devem ser a base para formação de hábitos saudáveis de cada um, em especial para crianças e adolescentes.

Assim, ressalta Vieira et al. (2017), é importante que a escola possibilite um espaço de reflexão e discussão sobre princípios éticos, estéticos e dialogando sobre questões que interferem diretamente na vida de cada um. Essa reflexão é importante especialmente se considerarmos a cultura midiática na qual vivemos, na qual reina um padrão de beleza que inclui poucos e exclui a maioria.

A educação alimentar e nutricional na sala de aula: desenvolvimento de material pedagógico para aplicação por professores em uma escola do município de Feira de Santana- BA

Esse trabalho é resultado de uma dissertação de mestrado apresentada por Ana Cecilia Vieira Fam em 2015 ao programa de Pós-Graduação Mestrado Profissional em Gestão e Tecnologias Aplicadas à Educação, da Universidade do Estado da Bahia.

A autora destaca o fato de que a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) concretiza-se como uma estratégia para a promoção da saúde e segurança alimentar e nutricional. No espaço escolar, faz-se necessário que a EAN seja vivenciada pelos escolares com o intuito de contribuir para a construção do conhecimento sobre a alimentação e motivar as práticas alimentares saudáveis. Nesse contexto, destacam-se os educadores que são os executores das práticas pedagógicas e os que convivem com os escolares por um grande período do dia.

Para Fam (2015) estes profissionais devem conhecer a EAN e suas possibilidades dentro do ambiente escolar a fim de propiciarem a implementação

das práticas alimentares saudáveis. Assim, este estudo objetiva analisar as percepções dos professores do Ensino Fundamental I acerca das práticas de EAN em uma escola municipal de Feira de Santana-BA.

Ao analisar o tópico de percepção do educador sobre a EAN, emergiram as seguintes categorias: hábito alimentar e qualidade de vida, o que nos leva a concluir que o educador percebe que as ações de EAN favorecem a conscientização dos indivíduos para que seus hábitos alimentares sejam adequados. Quando os professores participantes da pesquisa foram questionados sobre alimentação saudável, emergiram as categorias de valor nutricional e tipos de alimentos, que apontam um conhecimento a respeito de alimentação e nutrição de modo que sejam priorizados os aspectos da saúde e do desenvolvimento das crianças.

Finalmente conclui Fam (2015), apesar das ações de EAN não serem orientadas e planejadas no contexto escolar, os professores possuem conhecimento e criatividade que devem ser aproveitadas para que a EAN aconteça de forma sistemática e contínua no ambiente escolar. Com o auxílio do Blog construído buscamos minimizar esta lacuna existente no processo que torna a EAN mais efetiva nas escolas públicas alvo da pesquisa.

Alimentação saudável na infância: as representações sociais de pais e/ou responsáveis e de escolares do primeiro ano do Ensino Fundamental

Esse trabalho é resultado de uma Dissertação de Mestrado apresentada por Claudia Lilian Witt em 2013 ao programa de pós-graduação em Saúde Coletiva da Universidade do Vale do Rio dos Sinos - USININOS.

Este estudo discute o fato da alimentação saudável estar sendo muito debatida na atualidade, principalmente entre crianças. Os hábitos alimentares têm sofrido alterações desde as últimas décadas gerando preocupações em decorrência do aumento do sobrepeso/obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis em crianças. A alimentação, além de nutrir, abarca significados como socioeconômicos, culturais e afetivos, todos imbricados no contexto familiar.

A fim de compreender as representações sociais sobre a alimentação saudável na infância de famílias com crianças em idade escolar de escolas municipais de São Leopoldo/RS, Witt (2013) desenvolveu um estudo por meio de estudo de casos múltiplos, de caráter qualitativo, através de entrevistas, com oito famílias provenientes de classes econômicas baixas, sendo que cinco apresentaram indicador de segurança e três de insegurança alimentar, com os pais/responsáveis.

Por meio de uma análise de conteúdo Witt (2013) desenhou dois temas centrais: Entre Sabores do Passado e do Presente: História, saberes e práticas sobre a alimentação saudável na infância, e Saindo da linha: Impasses sociais, culturais e afetivos na adoção da alimentação saudável.

Pode-se destacar que a história da alimentação do campo referida na infância dos pais foi resgatada como uma época difícil, porém mais saudável comparado aos dias atuais, já que os alimentos industrializados, guloseimas e fast-foods estão mais acessíveis para todos. Ainda que os saberes das famílias, enraizados na sua história e atualizados no discurso científico, apontavam na direção de uma alimentação saudável, várias forças, tanto proximais como distais, tencionavam suas práticas alimentares em outra direção.

Segundo Witt (2013), o acesso facilitado aos alimentos pouco saudáveis e, por outro lado, as restrições financeiras e a pouca variedade de opções saudáveis perto de casa, se cruzavam com a vida corrida das famílias. Além disso, o consumo de alimentos considerados como “porcarias/besteiras carregavam significados prazerosos associados à uma saída da rotina e obter satisfação, gerando impasses na adoção de uma alimentação mais saudável pelas crianças e sua família”.

Por fim, destaca a autora, o estudo apontou a necessidade de uma abordagem mais integral e compreensiva, não apenas baseada em estratégias individualizantes de educação e orientação, mas que abarque os diferentes contextos de sociabilidade da criança, visando incorporar práticas alimentares mais saudáveis como algo prazeroso e acessível na rotina das famílias.

2.1 EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR: NOVOS PAPÉIS E PERSPECTIVAS NO DESENVOLVIMENTO DE BONS HÁBITOS ALIMENTARES

A literatura voltada para o processo alimentar sempre destacou que a nutrição é uma grande influência ambiental no crescimento e desenvolvimento físico e mental na infância. Os hábitos alimentares durante a infância podem influenciar as preferências e práticas na vida adulta e algumas evidências sugerem um rastreamento, de regular a moderado, dos hábitos alimentares nesse período até a adolescência (FERREIRA, 2013).

Existem medidas de política e educação que são muito úteis em ambientes específicos como locais de trabalho, hospitais, repartições públicas ou pontos

estratégicos para influenciar a mudança de atitudes em relação aos cuidados de saúde. No entanto, as escolas ainda são os lugares que fornecem a maneira mais eficaz e eficiente de atingir um grande segmento da população: crianças, adolescentes, jovens, funcionários, famílias e membros da comunidade (SANTOS et al., 2012).

As escolas são locais promissores para a promoção da saúde devido à sua capacidade de atingir públicos-alvo importantes. As crianças passam cerca de cinco horas de seus dias de semana na escola. As escolas, portanto, servem como uma instituição-chave para sua socialização, inclusive no que diz respeito ao comportamento alimentar. Com o apoio de suas escolas, os alunos podem manter exercícios e uma dieta saudável com mais facilidade (PITTMAN et al., 2012).

O trabalho de Amini et al. (2016), por exemplo, conseguiu demonstrar que uma intervenção na escola incluindo educação nutricional, aumento da atividade física e incentivo à modificação do estilo de vida dos pais, trouxe uma mudança nos alimentos vendidos nas cantinas das escolas e conduziu a uma melhora significativa na massa corporal índice (IMC) entre alunos do ensino fundamental.

No entanto, qualquer intervenção escolar destinada à promoção da saúde pode ter efeito limitado quando há falta de motivação e compromisso entre os gestores escolares e professores, até mesmo porque uma grande dificuldade para promover uma alimentação saudável entre crianças e adolescentes é que a maioria desses alunos considera a alimentação saudável enfadonha e desagradável (BLAINE et al., 2017).

Assim, explica Marin et al. (2009), pelo fato das estratégias educacionais incluírem esforços para aumentar a conscientização sobre a saúde, a comunicação e a construção de habilidades, elas devem ser relevantes para os objetivos do programa e levar em consideração o que as crianças já sabem e podem fazer.

A relevância cultural nesse caso é de extrema importância. A mensagem deve ser dirigida de uma forma que as crianças possam compreender e deve ensinar as habilidades e conhecimentos necessários para melhorar ou fortalecer hábitos alimentares saudáveis (MARIN et al., 2009).

Para Zota et al. (2016) a alimentação saudável não é apenas um fator da qualidade nutricional dos alimentos selecionados e consumidos, mas também o ambiente em que ocorre a seleção e o consumo. As escolhas alimentares não são

feitas isoladamente, mas são influenciadas pelo ambiente e seus diversos contextos e influências.

Estudos de Gold et al. (2016) apontam que uma boa alimentação contribui para melhorar o bem-estar das crianças e seu potencial de aprendizagem, contribuindo para um melhor desempenho escolar. Crianças e jovens que aprendem hábitos alimentares saudáveis são estimulados a praticar atividades físicas, a evitar o tabagismo e a aprender a controlar o estresse, além de desenvolverem potencial para redução do impacto de doenças crônicas na vida adulta.

Dessa forma, afirma Cunha et al. (2013), a educação nutricional tornou-se um elemento chave para a promoção de uma alimentação saudável ao longo da vida e de comportamentos de exercício já nas primeiras fases da vida, pois as crianças pequenas não escolhem o que comem, mas seus pais decidem e preparam a comida para elas.

Durante a primeira infância, por exemplo, a família é um ambiente fundamental para as crianças aprenderem e desenvolverem preferências e hábitos alimentares. À medida que crescem e começam a estudar, professores, colegas e outras pessoas na escola, junto com a mídia e os líderes sociais, tornam-se mais importantes (CUNHA et al., 2013).

Porém, exemplifica Anderson et al. (2018), para ter sucesso, a educação nutricional precisa ser incorporada ao currículo escolar, envolvendo ativamente professores, familiares e outros profissionais da comunidade. Na escola a educação nutricional deve focar não apenas no fornecimento de informações nutricionais, mas também no desenvolvimento de habilidades e comportamentos relacionados a áreas como preparação, preservação e armazenamento de alimentos; aspectos sociais e culturais da alimentação e uma alimentação melhorada.

Assim, as intervenções ambientais, componentes importantes dos programas voltados para uma alimentação saudável no ambiente escolar, terão mais possibilidades de sucesso e mais possibilidades de mudanças no comportamento dos alunos e no fornecimento de alimentos e incentivos na estrutura relacionada à nutrição infantil.

Da mesma forma, explica Cunha et al. (2013), a implementação de um programa de alimentação saudável, um processo complexo e geralmente lento, depende das características dos professores, dos materiais educacionais

disponíveis e do apoio fornecido pelos gestores, coordenadores e pedagogos que auxiliarão e fiscalizarão os passos da implementação dentro do currículo escolar.

Para Kaufman-Shriqui et al. (2016) os professores costumam reclamar da falta de currículo explícito, materiais adequados ou experiência de treinamento. Tempo adequado, intensidade da intervenção, recursos, bem como o fornecimento de materiais adequados e oportunidades de formação de professores são essenciais para o sucesso do programa e da sua implementação.

Logo, explica Lawlor et al. (2016), os resultados da intervenção dependem do grau de implementação e fidelidade ao plano pretendido. A formação de professores, por exemplo, vista como um processo de mudança de comportamento com componentes explícitos de motivação, também pode promover a implementação de forma mais eficaz do currículo de mudança de comportamento na sala de aula.

Em relação ao componente família, Cunha et al. (2013) ressalta que o envolvimento dos pais ajuda a aumentar a eficácia da implementação dos programas para crianças mais novas. Os objetivos do componente família em programas de alimentação saudável no ambiente escolar se concentram em estimular a conscientização para estimular a variedade na dieta e a disponibilidade de alimentos saudáveis em casa.

Nessa linha de discussão Scaglioni et al. (2011) explica que os hábitos alimentares dos adolescentes são moldados por diferentes fatores, incluindo as influências dos pais, dos colegas e da mídia. Além de preparar suas refeições, os pais servem como modelos na tomada de decisões dietéticas. E, até certo ponto, têm autoridade para corrigir os hábitos nutricionais desequilibrados de seus filhos.

Na dissertação de Santos (2010) as crianças pequenas são frequentemente incentivadas em casa a fazer uma refeição “balanceada” que inclui uma variedade de alimentos, incluindo sobremesa. Assim, destaca, eles podem motivar o consumo de alimentos “mais saudáveis” prometendo uma recompensa em doces se os alimentos mais saudáveis forem consumidos: “você ganha um biscoito se comer todo o brócolis”; ou dar dinheiro a seus filhos para comprar uma guloseima durante a merenda escolar desde que almocem quando chegarem em casa (SANTOS, 2010).

Nesse caso são exemplos de instruções e modelos de incentivo que podem encorajar as crianças a desenvolver um esquema alimentar que prevê a inclusão de frutas e vegetais e doces em uma refeição, especialmente para crianças mais novas.

Porém, lembra Micha et al. (2018), progressivamente, as crianças se tornam mais independentes e começam a fazer suas próprias escolhas alimentares. Nesse momento, o grupo de pares é muito importante para os adolescentes e tem grande influência no desenvolvimento de hábitos alimentares e estilo de vida. Em seu estudo os autores sugerem que a educação nutricional é uma ferramenta eficaz e acessível em programas de promoção da saúde com foco no desenvolvimento de práticas alimentares saudáveis.

Sendo assim, não somente os grupos de pares, mas muitos outros fatores do ambiente alimentar influenciam o consumo e são prevalentes no ambiente escolar tendo um impacto significativo no comportamento alimentar das crianças.

E nesse panorama, explica Iuliano (2008), pela influência que exerce no desenvolvimento e na mudança de comportamento dos alunos, algumas escolas buscam a promoção da saúde das crianças, regulando o ambiente escolar através de intervenções escolares para controle de peso com estratégias que incluem: (a) redução do acesso a alimentos processados e refrigerantes, (b) fornecimentos de alimentos saudáveis no refeitório e na cantina (c) ensino de princípios e práticas para uma boa alimentação, (d) disponibilidade de frutas e vegetais frescos diariamente, (e) incentivo a uma alimentação saudável fora da escola com atividades físicas.

Para Gonçalves et al. (2008), em um ambiente escolar de alimentação, o primeiro fator, a disponibilidade de alimentos prejudiciais ou protetores, influencia o comportamento alimentar das crianças, pois a presença de produtos competitivos com os oferecidos pela escola torna mais fácil para os alunos escolherem opções menos saudáveis. A presença de alimentos processados com alta densidade calórica aumenta a saliência e o desejo por eles reforçando as normas de consumo sobre sua adequação na dieta infantil.

A importância da merenda escolar é refletida na Cartilha Nacional da Alimentação Escolar do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação criado pelo Ministério da Educação, que destaca a escola como um ambiente de abordagem da Educação Nutricional e Alimentar - destacado nos temas relacionados à educação para uma alimentação saudável e no documento publicado pelo Ministério do Desenvolvimento Social em 2012 (BRASIL, 2014).

Por isso, lembra Larsen et al. (2015), a merenda escolar, como parte do processo educacional, deve proporcionar uma oportunidade valiosa de praticar o

que as crianças aprendem no ambiente escolar. Ela deve fornecer alimentos de alta qualidade que atendam às necessidades dietéticas, de acordo com as diretrizes e experiências nutricionais positivas nesse contexto.

Outro ponto relevante para reforçar a merenda escolar é o Programa Nacional de Alimentação, um dos mais antigos dentre as políticas públicas do Brasil para suplementação alimentar, com o objetivo de manter as crianças alimentadas no período em que frequentam a escola e promover a educação alimentar e nutricional.

Assim, devido ao foco nos comportamentos alimentares das crianças ter se expandido na literatura mundial, assim como o olhar para o papel do ambiente escolar nas escolhas alimentares e no consumo das crianças, um dos pontos mais relevantes deste estudo é abordar de forma mais ampla a importância da escola no desenvolvimento de uma alimentação saudável das crianças em idade escolar.

Dessa forma, este capítulo veio buscar um aumento da compreensão da relação entre os fatores no ambiente escolar e o consumo alimentar saudável das crianças. Por consumirem uma proporção significativa diária de calorias enquanto estão no ambiente escolar, e pela prevalência crescente de sobrepeso e obesidade na infância, esta pesquisadora buscou reexaminar essa configuração com o intuito de identificar os fatores que influenciam os comportamentos alimentares das crianças e de que forma a escola pode intervir para reverter essa realidade.

2.2 UM PANORAMA DA ALIMENTAÇÃO PÚBLICA ESCOLAR BRASILEIRA

A fome é um problema permanente que afeta mais de 1,2 bilhão de pessoas, uma situação calamitosa derivada de crises econômicas globais, flutuações nos preços dos alimentos, guerras, conflitos políticos e desastres naturais devastadores que acabam privando milhões de pessoas de algumas regiões mais pobres do mundo de terem acesso à alimentação adequada (BAER et al., 2015).

Esse cenário tem sido perseguido por esforços em todo mundo, através de Programas de Alimentação Escolar (PAEs), para se atingir o objetivo de evitar que milhões de crianças não sejam privadas de alguns dos seus direitos humanos básicos como serem alimentadas e irem à escola em busca de uma educação formal que as prepare para uma vida adulta produtiva.

Dados da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO, 2005), a Organização de Alimentos e Agricultura, uma agência das Nações

Unidas estabelecida em 1945 para garantir melhorias na produção e distribuição de alimentos e produtos agrícolas e elevar os níveis de nutrição da população, revelam que os programas de alimentação escolar (PAEs) têm continuamente ganhado popularidade nos países em desenvolvimento, principalmente os afetados gravemente pela fome infantil e desnutrição visando aumentar o período de concentração e a capacidade de aprendizagem das crianças em idade escolar, fornecendo refeições nas escolas para reduzir a fome em curto prazo que pode prejudicar seu desempenho.

Atualmente, existem PAEs em cerca de 70 dos 108 países de renda baixa e média baixa espalhados ao redor do mundo, e a maioria deles foi iniciada e financiada pelo Banco Mundial e seus parceiros de desenvolvimento, incluindo o *World Food Programme* (Programa Mundial de Alimentos), a maior agência humanitária do mundo que trabalha no sentido de fornecer alimentos a mais de 90 milhões de pessoas em cerca de 80 países, tendo aproximadamente 58 milhões de criança (FAO, 2014).

Alguns desses PAEs evoluíram e foram adotados nacionalmente, enquanto outros ainda dependem da assistência, financiamento e/ou especialização do Programa Mundial de Alimentos e seus parceiros de desenvolvimento em diferentes graus que têm promovido a alimentação escolar em suas diferentes modalidades há anos como intervenções eficazes que ajudam a aliviar a fome e melhorar as habilidades cognitivas e educacionais das crianças.

Para Bundy et al. (2009), quando as crianças recebem alimentos na escola, os pais não apenas recebem incentivos para enviá-los à escola, como também contribuem de forma direta para a erradicação da fome, o alcance da educação primária universal e o fechamento do hiato de gênero, dando às crianças oportunidades iguais para conclusão da escola primária.

Os programas de alimentação escolar familiar fornecem transferência de alimentos para as crianças na escola, de renda para suas famílias e de recursos para as escolas que operam esses programas. Em 2009, o Banco Mundial e o PMA publicaram uma revisão conjunta enfatizando novamente a lógica e os objetivos desses programas onde os três principais objetivos identificados foram fornecer redes de segurança para as famílias absorverem choques sociais e econômicos, melhorar a educação e o desempenho escolar das crianças em idade escolar e melhorar a nutrição e o estado de saúde das crianças. Paralelamente aos três principais pilares ou objetivos desses programas (redes de segurança, nutrição e educação), foi desenvolvido um marco lógico para que eles mapeiem as entradas,

saídas, resultados e impactos para cada um dos seus objetivos e fundamentos (KRISTJANSSON ET AL., 2006; p.28).

Nesse sentido, se a nutrição é o objetivo do programa, os resultados identificados são o alívio da fome e a melhoria do status de micronutrientes das crianças em idade escolar cujos impactos pretendidos são a melhora da nutrição e a saúde das crianças beneficiárias, potencializando inclusive as capacidades de aprendizagem.

No entanto, apesar dos benefícios da alimentação escolar estarem bem documentados, ainda permanece certa controvérsia sobre a eficácia dos PAEs. Segundo Kristjansson et al. (2006), especialistas em uma reunião de intervenções em alimentação escolar/alimentação para educação ocorrido em 2000 concluíram que *“há pouca evidência de benefícios nutricionais da alimentação escolar e que a alimentação escolar apenas aumenta a aprendizagem quando outras melhorias na qualidade da escola são feitas”*.

Kristjansson et al (2006) ressalta que a presente revisão foi realizada para resumir a literatura nutricional sobre o impacto da alimentação escolar, concentrando-se principalmente na relação entre alimentação escolar e mudanças nos resultados nutricionais e de saúde das crianças em idade escolar e secundariamente em resultados cognitivos e educacionais mais estabelecidos.

Há que se esclarecer as lacunas na literatura sobre a alimentação escolar nos países em desenvolvimento e outros desafios enfrentados por aqueles que implementam esses programas. Além, é imprescindível a necessidade de estudos de avaliação de impacto baseados em teoria para fortalecer a concepção e implementação dos PAEs existentes e futuros (KRISTJANSSON et al, 2006).

Quanto ao impacto da alimentação escolar na educação e aprendizagem, Espejo et al. (2009) disserta que, além dos resultados nutricionais promissores, estudos trazem a importância e os benefícios de oferecer às crianças em idade escolar refeições escolares e/ou lanches para melhorar certas funções cognitivas e desempenho escolar - especialmente entre crianças desnutridas desfavorecidas.

Assim, a alimentação escolar é novamente de particular importância nos países em desenvolvimento com os maiores percentuais de crianças desnutridas, com baixa escolarização e altas taxas de desistência e repetência, lembra Bundy et al (2009). A maioria dos PAEs relatados na literatura demonstram um impacto positivo na matrícula e frequência escolar e seu impacto no desempenho acadêmico

mostra efeitos positivos consistentes em testes de aritmética, leitura e escrita, ajudando a melhorar o progresso escolar e reduzindo a taxa de desistência (BUNDY et al., 2009).

2.3 O PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), primeiro e maior programa social do País na área de alimentação ativo criado no Brasil desde a década de 1950, ainda à época chamado Programa Nacional de Merenda Escolar pela Comissão Nacional de Alimentação (CNA), para reduzir a deficiência nutricional de nossos alunos mais carentes, e assim, segundo Schneider (2014), contribuir para o crescimento, desenvolvimento, aprendizagem, rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos estudantes, através da oferta da alimentação escolar e das ações de educação alimentar e nutricionais.

O PNAE atende alunos dos segmentos da educação básica (educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos) devidamente matriculados em escolas públicas, filantrópicas e em entidades comunitárias (conveniadas com o poder público), por meio da transferência de recursos financeiros (SCHNEIDER, 2014).

Sturion (2002) nos lembra, que com a descentralização do programa na década de 1990, a Fundação de Assistência ao Estudante (FAE), vinculado ao Ministério da Educação e Cultura, e responsável pelo PNAE, designou convênios com estados e municípios para o repasse de recursos financeiros, condicionados à criação dos Conselhos de Alimentação Escolar (CAE) em cada estado e município do País - que deveriam fiscalizar e controlar a aplicação dos recursos destinados à merenda escolar e também acompanhar a elaboração dos cardápios, atividade esta que foi incumbida aos estados e municípios. A partir de 1997 o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) passa a ser o responsável pelo PNAE.

Schneider (2014) detalha de forma objetiva que a “descentralização” da administração da alimentação escolar foi um marco dentro desse programa, momento em que foi possível organizar e racionalizar melhor a logística e custos de distribuição dos produtos, viabilizando o oferecimento de uma alimentação escolar condizente com os hábitos da população nas diferentes localidades do País,

utilizando um padrão alimentar baseado em alimentos processados desde a infância, nos hábitos alimentares das crianças atendidas pelo programa.

Segundo o Ministério da Educação, através do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), as realizações do repasse aos municípios passaram a ser feitas baseadas no Censo Escolar realizado no ano anterior ao do atendimento. O Programa é acompanhado e fiscalizado diretamente pela sociedade, por meio dos Conselhos de Alimentação Escolar (CAE), pelo FNDE, pelo Tribunal de Contas da União (TCU), pela Controladoria Geral da União (CGU) e pelo Ministério Público (BRASIL, 2001).

Em 2009, com o PNAE em vigor dispendo sobre atendimento da alimentação escolar e o Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica, foram alteradas as Leis 10.880/04, Lei 11.273/06, Lei 11.507/07 e ainda revogou-se os dispositivos da Medida Provisória nº 2.178-36/01 e a Lei nº 8.913/94 estabelecendo, dentre outros, diretrizes e dando as seguintes providências:

- I - o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a sua faixa etária e seu estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica;
- II - a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional;
- III - a universalidade do atendimento aos alunos matriculados na rede pública de educação básica;
- IV - a participação da comunidade no controle social, no acompanhamento das ações realizadas pelos Estados, pelo Distrito Federal, pelos Municípios para garantir a oferta da alimentação escolar saudável e adequada;
- V - o apoio ao desenvolvimento sustentável, com incentivos para a aquisição de gêneros alimentícios diversificados, produzidos em âmbito local e preferencialmente pela agricultura familiar e pelos empreendedores familiares rurais, priorizando as comunidades tradicionais indígenas e de remanescentes de quilombos;
- VI - o direito à alimentação escolar, visando a garantir segurança alimentar e nutricional dos alunos, com acesso de forma igualitária, respeitando as diferenças biológicas entre idades e condições de saúde dos alunos que necessitem de atenção específica e aqueles que se encontram em vulnerabilidade social (BRASIL, 2009).

Schneider (2014) defende que as diretrizes primárias do PNAE se fundamentam na devida nutrição de nossas crianças inscritas na educação básica regida pelo Estado. Para o autor, a alimentação escolar é um direito dos alunos da educação básica pública e dever do Estado devendo ser promovida e incentivada

com o objetivo de atender os princípios por ela estabelecidos e contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentar saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo (SCHNEIDER, 2014).

2.4. A PONTE ENTRE A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E O PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO (PPP)

O Projeto Político Pedagógico (PPP), um instrumento que reflete a proposta educacional da escola, é um instrumento que também deve ser utilizado pela escola para se desenvolver um trabalho coletivo na direção de se construir uma mentalidade, cujas responsabilidades pessoais e coletivas deverão ser assumidas para execução dos objetivos estabelecidos em prol da comunidade escolar e população local.

Um bom exemplo disso é poder vinculá-lo a uma parceria entre os atores envolvidos no processo de se alcançar uma alimentação saudável através dos produtos da agricultura familiar (agricultores familiares, gestor escolar, membros do Conselho de Alimentação Escolar [CAE], professores, cozinheiras, alunos, poder público, nutricionistas), conduzindo-os ao diálogo, sabendo o que pensam esses diferentes atores sociais em relação ao processo da aquisição de alimentos da agricultura familiar para a alimentação escolar, após a implementação da Lei n. 11.947/09 que transformou a letra da lei em realidade (BRASIL, 2009).

Nesse sentido Triches e Kilian (2016) lembram que o processo de implementação do Artigo 14 da Lei nº 11.947/09 está estritamente relacionado à emergência de mudanças, de maneira que acaba por envolver as noções de interfaces, domínios e arenas, nos quais a consciência prática e discursiva dos atores é mobilizada para "impor" suas vontades e suas regras aos outros atores.

Logo, destaca Giddens (2009), no momento em que são estabelecidas interfaces entre os atores sociais, é possível se verificar os vários tipos de conhecimento existentes, os que surgem no encontro de horizontes, e como se efetiva a incorporação de nova informação e de novos marcos discursivos ou culturais.

Outro ponto importante é bem lembrado por Souza e Almeida (2017) que nos falam a forma como o PNAE incita que as distintas interfaces (atores sociais e configurações de conhecimentos existentes a sua volta) a dialogar.

Nesse contexto, por exemplo, que o CAE (criado em 1994 por meio da Lei nº. 8.913, sucedida pela Lei 11.947/09, que estabelece que o recurso do PNAE seja repassado apenas às Entidades Executoras que tenham o CAE em funcionamento) surge como uma ponte, um mecanismo fundamental para a plena execução do PNAE, devido, inclusive, à presença de atores-chave nele – some-se ainda a participação em todas as fases do programa como fiscal monitorando e assessorando as entidades executoras na aplicação dos recursos financeiros (SOUZA e ALMEIDA, 2017).

Necessário se faz, portanto, ressalta Triches e Kilian (2016), saber seus conceitos, suas convergências, reconhecer as divergências e as possíveis reiteraões para entender melhor o processo através desses pontos de vista e assim procurar unificá-los de forma que se unam de maneira recíproca pautados sob relações de confiança e integração.

E parte dessa unificação de pontos de vista deve se dar pelo objetivo do CAE, definido por Bandeira (2012) como um órgão colegiado de caráter fiscalizador, permanente, deliberativo e de assessoramento, cujo objetivo é a realização do “controle social” dentro do PNAE - cujo conceito prevê a participação de diferentes setores sociais nos mais variados níveis de organização da sociedade, com multiplicidades de interesses, de forma que sua participação não se dê de maneira difusa, mas sim institucionalizada (BANDEIRA, 2012).

O Ministério da Educação, através da criação das diretrizes que regem o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação e conseqüentemente o PNAE e o CAE determina que o controle social venha ao encontro da necessidade de inovação, tornando-se para isso uma mudança na cultura política.

Trata-se de uma ação organizada, sistemática da sociedade civil sobre o Estado, de um direito público e subjetivo que não se limita ao atendimento dos direitos pessoais, cujo desenvolvimento do seu trabalho leva o controle social a uma luta constante contra o tradicionalismo de pessoas e setores - uma realidade presente em grande parte das fiscalizações no que se refere à aplicação de recursos públicos. Porém, é por meio deste rompimento e inserção de novas visões e interesses que se espera estar garantida a prática da cidadania com envolvimento e fiscalização (BRASIL, 2009).

Machado e Medeiros (2007) entende que através do controle social começa o processo de descentralização na gestão das escolas resultando numa maior aproximação das políticas e dos serviços públicos à população. Dessa forma, se evidenciar a atuação e pontos de vista de gestores, conselheiros e atores do processo de alcance de uma alimentação saudável através dos produtos da agricultura familiar, suas motivações, necessidades e interesses, dificuldades encontradas e estratégias utilizadas para implementação e execução do PNAE, é fundamental na medida em que são produzidos elementos para diminuir a distância e as diferenças que ainda existem na execução de programas e políticas públicas.

Quadro 2. Valor investido na Alimentação Escolar e Agricultura Familiar no município da pesquisa

Município	Ano	Repasse do FNDE	% AF
Presidente Kennedy-ES	2020	R\$ 195.800,00	58.470,00

Fonte: Adaptado a partir do banco de dados do FNDE (2020).

* FNDE: Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação

* AF: Agricultura Familiar

*O cálculo foi realizado com base no repasse dos valores que o FNDE envia para o município investir na alimentação escolar. Dessa forma foi possível calcular, posteriormente, o percentual destinado à agricultura familiar.

A partir dos dados lançados no quadro 2, cima citado, pode-se ver que, de forma criteriosa, a Prefeitura de Presidente Kennedy-ES, vem conseguindo honrar com os recursos disponibilizados pelo FNDE para o referido município usar de forma responsável a agricultura familiar, dentro dos percentuais de atendimento do Artigo 14 da Lei 11.947/09, que versa sobre o investimento de 30% do valor na alimentação escolar proveniente da agricultura familiar.

2.5 UMA ABORDAGEM DO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA COMO FORMA DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL

Com a primeira versão das diretrizes alimentares publicada em 2006, a versão revisada de 2014 teve como foco os produtos, recursos e público-alvo para melhor cumprir sua missão de servir como referência para todos os cidadãos.

Seja em relação à população geral (diretrizes alimentares para a população brasileira; diretrizes alimentares para crianças menores de 2 anos), aos profissionais de saúde (metodologia para trabalho em grupo para ações de alimentação e

nutrição na atenção primária; implementação das diretrizes alimentares para equipes que atuam na atenção primária à saúde) e aos trabalhadores (protocolos para o uso das diretrizes alimentares na educação nutricional - bases teóricas e metodológicas para a população adulta; protocolo para utilização das diretrizes alimentares na educação nutricional para a população idosa), a versão revisada e lançada em 2014, buscou junto ao público-alvo cumprir seu papel de orientação e guia alimentar (BRASIL, 2014).

O consumo de alimentos é um fator de risco modificável para a carga de doenças de curto e longo prazo. A introdução complementar dos alimentos nos primeiros 02 anos de vida representa uma janela de oportunidade para os bebês estabelecerem padrões alimentares saudáveis de longo prazo. Em contraste, a introdução precoce de alimentos não saudáveis pode comprometer o crescimento e o desenvolvimento infantil.

Nas últimas décadas, foram observadas mudanças nos padrões alimentares, como menor consumo de alimentos frescos e maior consumo de alimentos ultraprocessados, geralmente com alta densidade energética, açúcar livre, sódio e gordura saturada. O consumo desses alimentos compromete a qualidade nutricional das dietas e é um importante contribuinte para a prevalência atual de sobrepeso. A prevalência de sobrepeso está aumentando dramaticamente em todo o mundo e é um problema de saúde pública porque está associado à maior prevalência de doenças crônicas, como diabetes tipo 2, câncer e doenças cardiovasculares.

Alguns estudos como o Relvas et al. (2019) já mostraram alto consumo desses alimentos na infância no Brasil; no entanto, apenas poucos estudos avaliaram o consumo de UPF em idades mais avançadas, incluindo crianças de 6 a 24 meses.

Em relação ao desenvolvimento e envolvimento das partes interessadas, as diretrizes alimentares para a população brasileira contêm um conjunto completo de informações e recomendações para todos os brasileiros, cujo objetivo é promover a saúde e o bem-estar das pessoas, famílias, comunidades e toda a população brasileira, agora e no futuro.

Trata-se de diretrizes desenvolvidas pelo Ministério da Saúde em parceria com o Centro de Pesquisa Epidemiológica em Nutrição e Saúde da Universidade de São Paulo (NUPENS/USP) com o apoio da Organização Pan-Americana da Saúde

(OPAS/Brasil) - elaborados de forma participativa e em consulta com vários setores da sociedade.

Louzada et al. (2018) explica que, na primeira etapa, uma série de oficinas regionais para elaboração e avaliação do primeiro rascunho foram realizadas com especialistas de diversos setores, incluindo saúde, educação, proteção social e agricultura, além de pesquisadores e representantes de grupos da sociedade civil (líderes de conselhos profissionais e associações profissionais e membros de conselhos de controle social de políticas públicas e organizações de defesa do consumidor).

Após essas reuniões, foi apresentada uma segunda minuta das diretrizes para consulta pública em uma plataforma de site do Ministério da Saúde. Na segunda etapa, o Ministério da Saúde e o NUPENS/USP finalizaram as diretrizes, com base em contribuições compiladas de consulta pública de junho a julho de 2014 pelos técnicos e pesquisadores do CGAN/MS, OPAS e NUPENS/USP.

O trabalho participativo adotado ao longo da elaboração das Diretrizes foi elemento-chave para receber as sugestões de diversas pessoas e instituições, e abordar diversos atores e setores da sociedade interessados na promoção da saúde e na promoção da alimentação adequada e saudável para a população brasileira (SPANIOL et al., 2020).

Spaniol et al. (2020) destaca que a esperança é que as diretrizes sejam utilizadas nas residências ao longo do país, nas unidades de saúde, escolas e em todos locais preocupados com a saúde e sua promoção, como centros comunitários e centros de referência de assistência social.

Para Cirino et al. (2014) um dos princípios das diretrizes alimentares para a população brasileira é que alimentos adequados e saudáveis vêm de sistemas alimentares ambiental e socialmente sustentáveis. As diretrizes priorizam aqueles cujos sistemas de produção e distribuição são social e ambientalmente sustentáveis.

O guia alimentar utilizado pelo Brasil não usa recomenda, dentre outras coisas, para uma dieta saudável da população em geral:

- ✓ Fazer alimentos naturais ou minimamente processados a base de sua dieta;
- ✓ Usar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos naturais ou minimamente processados e para criar preparações culinárias.
- ✓ Limitar o consumo de alimentos processados;
- ✓ Evitar o consumo de alimentos ultra processados;

- ✓ Comer regularmente e com cuidado em ambientes apropriados;
- ✓ Comprar em lugares que ofereçam uma variedade de alimentos naturais ou minimamente processados;
- ✓ Fora de casa, prefira lugares que servem refeições recém-feitas (BRASIL, 2014).

No caso das crianças menores de 02 (dois) anos, no Guia alimentar para crianças menores de 02 anos que pode inclusive servir de material de consulta para um grande número de profissionais de diversas instituições como profissionais de saúde e nutrição dos serviços de saúde e de educação, professores da rede de ensino e de universidades, e demais pessoas interessadas. É possível encontrar os dez passos para uma alimentação saudável:

PASSO 1: Dar somente leite materno até os seis meses, sem oferecer água, chás ou qualquer outro alimento.

PASSO 2: A partir dos seis meses, oferecer de forma lenta e gradual outros alimentos, mantendo o leite materno até os dois anos de idade ou mais.

PASSO 3: A partir dos seis meses, dar alimentos complementares (cereais, tubérculos, carnes, frutas e legumes) três vezes ao dia se a criança receber leite materno e cinco vezes ao dia se estiver desmamada.

PASSO 4: A alimentação complementar deve ser oferecida sem rigidez de horários, respeitando-se sempre a vontade da criança.

PASSO 5: A alimentação complementar deve ser espessa desde o início e oferecida de colher; começar com consistência pastosa (papas/purês), e gradativamente aumentar a sua consistência até chegar à alimentação da família.

PASSO 6: Oferecer à criança diferentes alimentos ao dia. Uma alimentação variada é uma alimentação colorida.

PASSO 7: Estimular o consumo diário de frutas, verduras e legumes nas refeições.

PASSO 8: Evitar açúcar, café, enlatados, frituras, refrigerantes, balas, salgadinhos e outras guloseimas nos primeiros anos de vida. Usar sal com moderação.

PASSO 9: Cuidar da higiene no preparo e manuseio dos alimentos; garantir o seu armazenamento e conservação adequados.

PASSO 10: Estimular a criança doente e convalescente a se alimentar, oferecendo sua alimentação habitual e seus alimentos preferidos, respeitando a sua aceitação (BRASIL, 2005).

Na sua atualização de 2014 ele destaca também:

- ✓ Alimentação até 2 anos ou mais, oferecendo somente leite materno até 6 meses;
- ✓ Ofertar o mínimo de alimentos processados, além do leite materno, a partir de 6 meses;
- ✓ Oferecer água potável para crianças em vez de sucos, refrigerantes e outras bebidas açucaradas;
- ✓ Oferecer alimentos maciços quando as crianças começarem a comer outros alimentos além do leite materno;
- ✓ Não oferecer ou preparações ou produtos que contenham açúcar para crianças até os 2 anos de idade;
- ✓ Não ofereça alimentos ultraprocessados para a criança;
- ✓ Certificar-se de que o tempo de alimentação da criança seja um momento para experiências positivas, aprendizado e afeto com a família;

- ✓ Prestar atenção aos sinais de fome e saciedade da criança e fale com ela durante a refeição;
- ✓ Fornecer alimentos adequados e saudáveis para as crianças fora de casa (BRASIL, 2014).

É possível evidenciar através do estudo de Batalha et al. (2017) e Cornwell et al. (2018) que no Brasil e no mundo, os alimentos ultraprocessados tem sido introduzido cada vez mais precocemente na alimentação complementar de crianças menores de 02 anos. Trata-se de um cenário preocupante, pois o consumo precoce de alimentos com alto valor energético está relacionado a uma maior ingestão energética e maiores chances de ganho de peso rápido e excesso de peso (VOS et al., 2018).

Existe uma associação consistente entre ganho de peso rápido na infância e obesidade infantil tardia. Além disso, esses alimentos costumam ser altamente palatáveis, têm menor capacidade de induzir a saciedade e podem causar consumo excessivo. Torna-se ainda mais preocupante à medida que as crianças têm uma preferência inata pelo sabor doce e por alimentos mais palatáveis, e a exposição de alimentos não saudáveis pode ampliar sua preferência por esses produtos (GIBNEY et al., 2017).

Considerando os primeiros 1000 dias como período crítico para a prevenção da obesidade infantil, o papel central que as práticas alimentares precoces desempenham no estabelecimento de hábitos alimentares e preferências alimentares e conhecendo o perfil nutricional inadequado dos alimentos ultraprocessados, seu consumo deve ser evitado nos primeiros 2 anos de idade. vida e consumidos com restrição ao longo da vida (MONTEIRO et al., 2019).

Nesse sentido, Sparrenberger, et al. (2015) lembra que a introdução precoce de alimentos errados pode trazer consequências para a saúde da criança e ser um dos principais contribuintes para o crescimento da obesidade infantil e doenças crônicas na idade adulta sendo maior entre as crianças maiores de 12 meses. Esse resultado pode ser explicado pela maior influência do ambiente sobre as crianças mais velhas que podem promover escolhas não saudáveis.

Dallazen et al. (2016) afirma que o alto consumo desses alimentos também pode estar associado à baixa escolaridade materna e renda familiar e estar relacionado aos padrões alimentares do cuidador e seu desconhecimento sobre os malefícios do seu consumo.

Segundo Boyland e Whalen (2015) essas questões são ampliadas devido à intensa propaganda de alimentos industrializados direcionada às crianças e cuidadores como estratégia persuasiva que vincula o consumo de alimentos de baixo valor nutricional ao bem-estar e à saúde da criança. Para Spaniol et al. (2020) é importante destacar que, na primeira infância, a família representa a principal influência social e o estilo de alimentação da família pode ter um impacto significativo nas preferências alimentares da criança e no risco de obesidade.

Logo, devido à forte capacidade de aprendizagem observacional que as crianças têm no que se refere à capacidade de observar, processar e imitar o que seus cuidadores fazem, incluindo a prática alimentar, o comportamento alimentar dos pais acaba sendo um fator chave nas preferências alimentares dos bebês, práticas alimentares saudáveis dos pais são necessárias para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis desde a infância (PÉREZ-ESCAMILLA et al., 2019)

Assim, finaliza Spaniol et al. (2020), as recomendações apresentadas nas diretrizes alimentares para crianças brasileiras menores de 2 anos de não oferta de alimentos industrializados nesta fase da vida e as repercussões na saúde devido ao seu consumo, é necessário promover a ingestão alimentar saudável entre crianças e cuidadores também como um ambiente para promover um comportamento saudável.

As crianças precisam de práticas alimentares saudáveis para que possam aceitar alimentos saudáveis e estabelecer padrões alimentares saudáveis a longo prazo. É fundamental contar com profissionais capacitados para orientar pais e cuidadores sobre a introdução alimentar adequada e alimentação complementar e para garantir medidas de proteção e acesso a alimentos saudáveis.

3 METODOLOGIA

Esta pesquisa caracterizou-se por ser de cunho qualitativo, pois, segundo Yin (2016), é multifacetada e marcada por diferentes orientações e metodologias, que permitem realizar uma investigação científica aprofundada de vários temas relacionados à realidade singular ou a múltiplas realidades, capturando o significado de fenômenos subjetivos na perspectiva dos participantes do estudo, para serem discutidos dentro do campo da promoção de uma alimentação saudável entre crianças e os impactos das intervenções alimentares realizadas no ambiente escolar.

Yin (2016) destaca como uma das principais características que definem a pesquisa qualitativa o fato de que ela estuda o significado da vida das pessoas nas condições do cotidiano. Assim, pela visão do autor, o pesquisador poderá obter um panorama aprofundado do contexto em estudo, da interação da vida cotidiana das pessoas, grupos, comunidades e/ou organizações. Logo, trata-se de uma abordagem naturalista que busca entender fenômenos dentro de seus próprios contextos específicos da “vida real”.

Somado a isso foi realizado um estudo de caso descritivo que, segundo Yin (2016), é uma investigação empírica que investiga um fenômeno contemporâneo em profundidade, e em seu contexto de vida real, especialmente quando os limites entre o fenômeno e o contexto não são claramente evidentes, de forma a se coletar, apresentar e analisar os dados corretamente.

Assim a linha descritiva se encaixa nessa pesquisa por ser um estudo de caso exploratório. Optou-se por esse tipo de estudo de caso até mesmo porque, segundo as palavras de Yin (2016), embora não se resuma à exploração, ele permite ao investigador elencar elementos que lhe possibilite diagnosticar um caso com perspectivas de generalização naturalística.

Nesse caso em especial, permitiu ainda um aprofundamento maior na forma como as intervenções no ambiente escolar, relacionadas ao desenvolvimento de uma alimentação saudável, podem impactar na mudança de postura dos alunos em relação à mudança de hábitos alimentares.

3.1 PARTICIPANTES DA PESQUISA

A Escola Municipal de Educação Infantil e Ensino Fundamental “Vilmo Ornelas Sarlo” está localizada no centro da cidade, atendendo 740 alunos que moram na sede e na zona rural e funciona nos três turnos da seguinte forma: matutino com o Ensino Fundamental II (6º ao 9ºano), vespertino com a Educação Infantil (Pré-escola) e o Ensino Fundamental I (1º ao 5º ano) e o noturno com a EJA (Educação de Jovens e Adultos).

A pesquisa, qualitativa, sobre a promoção de uma alimentação saudável entre crianças – realizou uma revisão das evidências do impacto das intervenções alimentares no ambiente escolar, foi desenvolvida nesta instituição escolar, no turno vespertino, em específico com o Ensino Fundamental I (3º ano) com 20 (vinte) alunos e 02 (duas) professoras para alcance de uma visão mais concreta acerca da importância de uma alimentação saudável nas escolas e seus efeitos na mudança de hábitos dos alunos.

Segundo Yin (2016) a escrita do estudo de caso deve se preocupar com aspectos de adequação e retórica do texto e, em termos de adequação ele pode ser direcionado para um público-alvo, todavia deve ser claro o suficiente para outros públicos entenderem. Some-se a isso o fato de ser criticado por outros pesquisadores, participantes e informantes, daí a necessidade de caracterizar os sujeitos da pesquisa, ou estabelecer seu anonimato, e ser atraente para o leitor.

Há que se ressaltar que, no primeiro momento, foi realizada uma reunião com a diretora da escola Vilmo Ornelas para passar o cronograma de como seria feita a pesquisa por essa autora.

A escolha da turma do 3º ano do Ensino Fundamental Anos Iniciais, se deu de forma aleatória e também porque à época, devido a pandemia, não foi autorizada a realização com todas as turmas. A turma escolhida é composta por 20 (vinte) alunos e 01 (uma) professora regentes e 01 (uma) professora de apoio pedagógico que também acompanha o desenvolvimento dos alunos.

No primeiro encontro foi feita apresentação do projeto para a turma e as professoras presentes para, logo em segui, realizar uma palestra com o tema apresentado sobre alimentação saudável, onde os alunos puderam participar com algumas dinâmicas apresentadas para enriquecer o conhecimento deles. Esse

encontro teve duração aproximada de 01 hora para que não pudesse atrapalhar o desenvolvimento da aula.

Na semana seguinte foi realizada a apresentação da pirâmide alimentar e aplicadas algumas atividades com os alunos para eles possam entender a importância de cada grupo composto na pirâmide e na sua vida dentro e fora da escola. Cada aluno recebeu uma folha com a pirâmide desenhada em branco e de acordo com o seu aprendizado, eles desenharam os alimentos preferidos de cada grupo e após foi pedido que pintassem com lápis de cor ou giz de cera.

No 3º encontro foi realizado houve confecção de cartazes, e apresentação de cartazes já prontos também trazidos por essa autora, sobre alimentos saudáveis para exposição dos alimentos ricos em gorduras x alimentos ricos em nutrientes. Ao final dessa dinâmica, foi oferecido um lanche com alimentos saudáveis para degustação dos alunos (frutas, sanduíche natural e suco natural).

No 4º e último encontro foi aplicado o questionário para os alunos e professores e em relação aos alunos eles foram devidamente orientados na forma como deveriam responder. Ao final, para encerramento do projeto, foi desenvolvido uma oficina com o uso de frutas para o preparo de saladas de frutas onde os próprios alunos puderam a “mão na massa” e prepararam diversas porções e em seguida puderam degustar o que produziram.

Seguido a isso foram feitos os agradecimentos com a turma e as professoras que participaram do projeto de pesquisa e foi entregue a cada participante uma barra de cereal como lembrancinha.

3.2 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS

O penúltimo procedimento da pesquisa referiu-se à forma de colher as informações necessárias para responder ao nosso problema de pesquisa, e que se deu por intermédio de uma conversa presencial sobre a forma como as intervenções no ambiente escolar, relacionadas ao desenvolvimento de uma alimentação saudável, podem impactar na mudança de postura dos alunos em relação à mudança de hábitos alimentares, na condição de observadora do processo de planejamento no *lócus* da pesquisa.

Esse procedimento foi realizado para discutir a eficácia das intervenções nas escolas, focadas na alimentação e seus efeitos na mudança de hábitos dos alunos. Soma-se a isso a necessidade de se jogar luz sobre a importância de se estabelecer comportamentos alimentares saudáveis no ambiente escolar para redução do risco de problemas de saúde dos alunos.

Por fim, foi realizada uma entrevista semiestruturada, com questões abertas para 20 (vinte) alunos (Apêndice I) e 02 (duas) professoras (Apêndice II) de uma escola municipal que pertençam ao 3º ano do Ensino Fundamental I, para o levantamento de informações e discussão sobre pontos que contribuirão com o norte da pesquisa, permitindo verificar o contexto real das intervenções alimentares na escola como um meio eficaz e promissor para promover uma alimentação saudável e melhorar o comportamento alimentar dos alunos dentro e fora do ambiente escolar.

Conforme Gil (2016), a entrevista semiestruturada tem como característica os questionamentos básicos que são apoiados em teorias e hipóteses que se relacionam ao tema da pesquisa. Assim, os questionamentos dão frutos a novas hipóteses surgidas a partir das respostas dos informantes. Ou seja, o foco primordial nesta análise será posto pelo pesquisador.

Certo que os objetivos expostos na pesquisa serviram de norte ao longo do estudo, buscou-se estabelecer relações entre o compreendido das afirmativas dos entrevistados e o mostrado pela pesquisadora. Para Triviños (1987) a entrevista semiestruturada é a que favorece não só a descrição dos fenômenos sociais, mas sua explicação e a compreensão de sua totalidade, além de manter a presença consciente e atuante do pesquisador no processo de coleta das informações.

3.3 ANÁLISE DOS DADOS PRODUZIDOS

Essa última etapa foi constituída pela discussão e análise dos dados e organizada em partes onde, na primeira delas, foram utilizados dados obtidos das entrevistas, traçando o perfil do grupo pesquisado e destacando os principais aspectos de suas falas, opiniões sobre a alimentação disponibilizada pela escola, além do seu tempo de magistério, de trabalho na escola pesquisada, formação acadêmica, projetos desenvolvidos envolvendo a temática da alimentação saudável no ambiente escolar.

Em seguida foram apresentados os dados obtidos a partir da coleta de informações dos questionários cujos resultados encontrados serão avaliados por tratamento descritivo, numa análise qualitativa onde os dados serão devidamente transcritos e analisados posteriormente em formato de texto, usando a técnica de análise de conteúdo baseado em Laurence Bardin (2011) que defende a análise de conteúdo, como uma técnica metodológica que se pode aplicar em discursos diversos e a todas as formas de comunicação, seja qual for à natureza do seu suporte.

A discussão e análise dos dados foram organizadas em duas partes onde, na primeira delas, foram utilizados dados obtidos das entrevistas, traçando o perfil do grupo pesquisado e, em seguida, serão apresentados dados obtidos nas entrevistas, numa análise qualitativa.

Assim, acreditando na possibilidade de oportunizar desenvolver nos sujeitos da pesquisa uma visão mais crítica sobre o desenvolvimento de intervenções alimentares no ambiente escolar para promoção de uma alimentação saudável entre crianças, pensou-se em desenvolver essa pesquisa.

Nesse sentido concordamos com Demo (2000) quando considera pouco a realização de uma pesquisa em educação limita apenas a produção do conhecimento, para ele “[...] o problema principal da educação brasileira não está na esfera do conhecimento da pesquisa, mas da intervenção da realidade”.

É nesse sentido que queremos intervir na realidade da promoção de uma alimentação saudável no ambiente escolar como fator para mudança de postura dos alunos em relação aos hábitos alimentares.

3.4 PRODUTO EDUCACIONAL

Foi construído o produto educacional em forma de uma cartilha digital didática com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos. O conteúdo, tanto textual como ilustrativo, visa fornecer ações/estratégias que ajudem na mudança da postura dos alunos em relação aos hábitos alimentares.

Para a construção do produto educacional foram realizados com os educadores dois encontros em forma de Roda de conversa com data e horário previamente agendado aos profissionais participantes.

- a) Em um primeiro encontro tivemos a explanação do assunto principal que é o nosso objetivo de pesquisa e convidar os educadores e coletivamente verificar quais práticas educativas podem melhor contribuir para a promoção de uma alimentação saudável no ambiente escolar. No final desse encontro agendou-se a próxima roda de conversa para a continuidade dos trabalhos.
- b) No segundo encontro houve o fechamento do produto educacional em formato de cartilha digital com as sugestões e ações a serem implementadas na escola, escolhidas pelos educadores, que de acordo com as opiniões buscam contribuir para reconceituar os métodos alimentares utilizados nas escolas públicas de Ensino Fundamental do referido município.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este estudo teve como intuito explorar a temática da educação nutricional no ambiente escolar, dentro de uma análise da percepção de professores e alunos de uma escola da rede pública de ensino do município de Presidente Kennedy, analisando seus impactos no ambiente escolar e contextualizando os resultados na promoção da qualidade de vida e mudança de hábitos alimentares dos alunos.

Além disso, procurou-se também investigar e descrever a importância de se estabelecer comportamentos alimentares saudáveis na escola para redução do risco de problemas de saúde e que tipos de práticas de ensino são utilizadas envolvendo a temática da alimentação saudável - seja por intermédio de projetos ou metodologias diversificadas, ou mesmo se ainda neste ano em curso, existe na escola algum tipo de ação desse porte que englobe a importância da alimentação saudável.

Através da pesquisa bibliográfica buscou-se, em primeiro plano, compreender os autores que, nos últimos anos, vêm debatendo sobre essa temática para se ter uma noção mais profunda desde seu surgimento até as evoluções já ocorridas no campo educacional.

No que tange ao estudo de caso, utilizou-se como *locus* da pesquisa a EMEIEF “Vilmo Ornelas Sarlo” de Presidente Kennedy-ES por se encaixar dentro dos objetivos de pesquisa deste estudo e ainda por tratar-se de uma escola conhecida desta autora e possuir em seu turno vespertino o segmento escolhido da temática aqui desenvolvida, que é o Ensino Fundamental I, mais especificamente o 3º ano.

4.1 A IMPLEMENTAÇÃO DE METODOLOGIAS COM FOCO NA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO AMBIENTE ESCOLAR

As docentes e sujeitos dessa pesquisa tiveram a oportunidade de expressar aqui desde a sua formação e tempo de magistério até a visão da promoção de uma alimentação saudável no ambiente escolar. Somado a isso foi possível discutir acerca da importância das estratégias no ambiente escolar com foco na alimentação saudável e na mudança de hábitos dos alunos e como elas tem sido implementadas na prática pedagógica diária na escola *locus*.

Foi possível com isso perceber o esforço dessas docentes no estabelecimento de uma relação, nas suas práticas educativas, com os alunos a partir da temática da alimentação saudável no cotidiano escolar, embora ainda seja clara a necessidade de se desenvolver estratégias mais criativas utilizando recursos mais criativos e motivadores para incentivar as crianças nesse processo - uma vez que ainda são escassos os projetos escolares relacionados com foco numa alimentação equilibrada com objetivo de diminuir os riscos de doenças e até mesmo os altos índices de obesidade nesses alunos.

Quadro 3. Perfil das professoras sujeitos da pesquisa

Docente	Formação	Especialização na área da (pós-graduação)	Idade	Tempo de serviço na educação	Tempo de serviço na escola-alvo
Professora A	Pedagogia	02	44 anos	21 anos	11 anos
Professora B	Pedagogia	03	41 anos	18 anos	08 anos

Fonte: A autora.

A Professora “A” com 44 anos, graduada e atuante há 21 anos no magistério e 11 na escola dessa pesquisa, vê a questão da alimentação infantil como *“algo extremamente relevante para as crianças e essencial para o seu desenvolvimento, inclusive acadêmico”*, ressalta.

Quando questionada sobre a forma como tem colaborado para a promoção da alimentação saudável no ambiente escolar ela afirmou que aborda o tema em suas aulas, *“na maioria das vezes, na forma de projetos ou atividades desenvolvidas em sala de aula embasadas por alguma história e ser discutido em termos do que eles entenderam e da relevância da alimentação”*. Disse ainda que não se lembra de ter desenvolvido algum projeto direcionado de forma direta para a temática da alimentação saudável.

Em relação à professora “B”, com 41 anos, graduada em Pedagogia e atuando no magistério a 18 anos, dos quais 08 anos na referida escola, a mesma disse que procura, *“nas aulas direcionadas a essa temática, abordar de forma criativa e lúdica para que a criança entenda a importância de uma alimentação saudável dentro e fora do ambiente escolar”*. Fora isso afirmou que, na forma de projetos, são raros os projetos desenvolvidos na escola com essa temática.

A identificação das necessidades percebidas e das barreiras existentes ao comportamento alimentar saudável, assim como a contribuição dos alunos, contribui para o desenvolvimento adequado de qualquer programa com foco no

desenvolvimento de bons hábitos alimentares. Grande parte dos relatos indica a falta de disponibilidade, variedade e inconsistência no sabor das refeições como principais barreiras para o aumento do consumo de frutas e vegetais. A importância de tornar as mensagens nutricionais adequadas ao desenvolvimento e fornecer conselhos comportamentais específicos para ajudar as crianças a fazer escolhas alimentares informadas é fundamental para o sucesso da mudança dos hábitos alimentares junto aos alunos (TREMBLAY et al., 2010).

Ambas as professoras afirmaram que realizaram cursos de capacitação, mas não nos últimos dois anos. E que tanto a professora “A” quanto a professora “B”, se especializaram na área da Educação Infantil e em Alfabetização e Letramento. Mas que nenhuma delas realizou algum curso com foco na temática da nutrição infantil.

Quando questionada sobre a forma como ela tem colaborado para promover a alimentação saudável no ambiente escolar, “A” respondeu que:

[...] na medida do possível, e através das explicações nas suas aulas quando está trabalhando um tópico que condiz com a questão alimentar, eu abordo sim, e de forma séria, a importância de estar sempre cuidando da alimentação, de procurar abandonar o vício de estar comendo fora de hora esses alimentos processados que, infelizmente, sempre tem em nossas cantinas.

Sacchetti et al. (2015) explica que é essencial o planejamento de ações integradas e multisetoriais em programas escolares para promover hábitos alimentares e motores corretos e para o controle do peso corporal. Nessa perspectiva, a escola torna-se um cenário crucial para se alcançar mudanças no comportamento relacionado à obesidade e induzir efeitos positivos sobre hábitos alimentares, nível de atividade física e comportamentos sedentários nas crianças. Além disso, ressalta Khambalia et al. (2012), o ambiente escolar também oferece uma possibilidade válida de aprendizagem de forma adequada pois, como as crianças costumam consumir uma ou duas refeições por dia na escola, pode muito bem promover o consumo adequado de alimentos.

Para a professora “A”, em relação à importância de se desenvolver estratégias no ambiente escolar com foco na alimentação saudável e na mudança de hábitos dos alunos, de todos os benefícios que poderiam ser listados, ela destaca o combate à obesidade como o mais importante de todos:

[...] como escola entendo que precisamos fazer alguma coisa para deter esses hábitos alimentares totalmente desequilibrados que eles têm. É muita

coisa processada. Biscoitos recheados, balas e chicletes e todo tipo de salgado quando tem. Essas crianças precisam aprender a comer bem, diferente de comer muito. E como passam muito tempo conosco e temos acesso à sua alimentação na escola, devemos agir pra mudar essa realidade para desenvolver bons hábitos alimentares.

Uma grande dificuldade para promover uma alimentação saudável entre os alunos é que a maioria deles considera a alimentação saudável enfadonha e desagradável. Os hábitos alimentares dos adolescentes são moldados por diferentes fatores, incluindo as influências dos pais, dos colegas e da mídia. Além de preparar suas refeições, os pais servem como modelos na tomada de decisões dietéticas (CHAN et al., 2009a).

A professora declara ter noção da importância da alimentação na vida do aluno, da nutrição, um dos aspectos mais importantes da vida, que se não for adequada, impede o corpo humano de prosperar e expõe o indivíduo a doenças e enfermidades - e com o avanço dos alimentos processados, as crianças tem perdido a noção da quantidade e qualidade adequada da alimentação adequada.

Schaeffbauer et al. (2015) alerta que é em decorrência desse fenômeno que a obesidade infantil tem atingindo índices alarmantes, crescendo e desenvolvendo em crianças e adolescentes distúrbios graves como hipertensão, colesterol alto e diabetes - daí a importância de uma alimentação saudável através da ingestão de alimentos de boa qualidade nessa faixa etária.

Nesse sentido é válido lembrar que a alimentação escolar ao mesmo tempo em que deve atrair as crianças, também deve ser saudável e cheia de nutrientes, caso contrário, alimentos ricos em gordura e calorias continuarão contribuindo para o agravamento da obesidade e de posteriores problemas de saúde nesses alunos pelo consumo de mais calorias do que o necessário para o crescimento e a atividade.

Em relação à professora “B”, quando questionada, ela destaca os impactos benéficos da educação nutricional como:

[...] de grande importância para a educação e que deve ser discutida com foco no fornecimento de uma alimentação saudável e nas estratégias que sejam mais eficazes para desenvolver na criança a vontade de se alimentar bem dentro e fora do ambiente escolar - algo que deve ultrapassar a sala de aula e envolver não somente os professores, mas a comunidade e a família.

A obesidade infantil tornou-se um novo desafio para os profissionais de saúde. Sua prevalência está aumentando em todo o mundo. Suas causas são pouco

compreendidas e continuam a ser debatidas e estudadas. O aumento do consumo de alimentos mais densos em energia e pobres em nutrientes, com altos níveis de açúcar e gorduras saturadas, combinados com a redução da atividade física, levou a altas taxas de obesidade entre as crianças e sua prevalência está aumentando a um ritmo alarmante. Em 2007 cerca de 22 milhões de crianças menores de 5 anos já estavam acima do peso em todo o mundo. Em 2019 esse número saltou para 38,3 milhões de crianças com sobrepeso ou obesidade (WHO, 2020).

A obesidade infantil é afetada pelo comportamento do estilo de vida. Os hábitos de jogo da maioria das crianças estão centrados no computador, televisão, Smartphones, tablets e outros dispositivos eletrônicos que diminuem a atividade física. A adoção de um estilo de vida, caracterizado pela diminuição da atividade física e alta ingestão calórica, está contribuindo para um padrão epidemiológico alarmante em muitas sociedades em desenvolvimento. Portanto, avaliações de saúde e intervenções em nível de atenção primária são muito necessárias para combater as taxas crescentes de obesidade infantil e adolescente (HERMANS et al., 2018).

Tremblay et al. (2010) destaca que, curiosamente, a prática regular de atividade física e o nível relativo de aptidão física de crianças e adolescentes diminuíram nas últimas décadas. Portanto, explica Llargues et al. (2011), a prevenção do sobrepeso e da obesidade deve exigir uma intervenção combinada para controlar todos os fatores modificáveis que contribuam para a obesidade infantil e adolescente. Intervenções educativas para a obtenção de mudanças nos hábitos de vida durante a idade escolar podem ser uma estratégia fundamental, uma vez que é mais difícil estabelecer hábitos saudáveis durante a vida adulta do que durante a infância.

Segundo “B” é preciso inserir a temática ambiental não apenas no Ensino Fundamental I, mas já nos anos iniciais *“pelo comportamento das crianças em relação ao convívio familiar”*. Nesse sentido Chaudhary et al. (2020) explica em seu estudo que a aplicação de intervenções multicomponentes (estratégias ambientais, educacionais e físicas) juntamente com o envolvimento dos pais e de iniciativas de longo prazo pode ser promissora para melhorar os hábitos alimentares e outras doenças relacionadas à infância entre crianças do ensino fundamental.

Quando questionadas sobre terem realizado no ano de 2020 ou em 2021 algum tipo de intervenção alimentar como forma de se promover a alimentação

saudável junto aos alunos, ambas afirmaram que não. A professora “A” falou da dificuldade de intervir nesse sentido na escola:

“É bem complicado a gente agir dessa forma porque parece que estamos interferindo em um programa que já é estabelecido pela escola que é a alimentação. Eu fico limitada a dar sugestões e falar com as crianças sobre isso. Como é que a gente pode, por exemplo, mudar o tipo de merenda que a escola dá? Porque a criança vai para o recreio e sua merenda já está pronta. A gente acompanha muitas vezes para ajudar que elas comam verduras e legumes ou coisas nutritivas e saudáveis de que não gostem muito”.

Nesse sentido a professora “B” pensa da mesma forma e também acredita que não é da sua “competência” desenvolver intervenções alimentares junto às crianças na escola.

Eu entendo que é dever da gente direcionar as crianças e ensinar a importância de uma boa alimentação dentro e fora da escola. Por isso que conversamos sobre isso em sala de aula quando abordamos esse tema da alimentação. Mas, em relação à merenda, como podemos mudar isso? A gente chega no refeitório e a comida já está pronta. Na maioria das vezes nem sabemos o que terá de merenda. Não tem como dizer ou interferir no que a escola fornece como alimentação para as crianças. Isso é uma questão de gestão escolar.

Nesse caso o tema é abordado em suas aulas nas oportunidades de desenvolvimento de atividades que tenham relação com a alimentação e a importância que possui na vida desses alunos. Em relação à aplicabilidade na sua prática de ensino, a professora “B” disse realizar “*projetos com pouca frequência*” seja pela “*falta de incentivo do setor pedagógico ou mesmo pela carência de materiais que serão utilizados no seu desenvolvimento*”.

Quando perguntadas sobre a existência na escola de algum tipo de ação ou projeto desenvolvido que englobe a importância de uma alimentação saudável como instrumento para mudança de postura e hábitos alimentares dos alunos, a professora “B” afirmou:

[...] pelo menos uma vez por ano a escola promove alguns projetos temáticos com as séries iniciais envolvendo, desenhos presentes nos livros didáticos, e que abordam a questão da alimentação saudável. Eu aproveito a questão lúdica e confecciono cartazes com animações em formato de alimentos para incentivar as crianças a uma alimentação saudável.

Para Blaine et al. (2017), as intervenções baseadas na escola destinadas à qualidade de vida através de uma alimentação mais saudável, para limitar o

sobrepeso e a obesidade, podem ter efeito limitado quando há falta de motivação e compromisso entre os líderes escolares e professores. Muitas intervenções escolares nesse sentido, com foco no combate à obesidade, apesar de terem alcançado resultados desejáveis em curto prazo, revelaram efeitos que não eram sustentáveis (SHUKRI et al., 2019).

Nesse sentido a professora “B” explica:

[...] Não só na nossa escola como em muitas outras, a gente percebe que se o professor não se posicionar e usar a criatividade para desenvolver algum projeto relacionado à alimentação, ele não acontece. A gente tem que se virar da forma que pode com os poucos materiais que a escola fornece e criar a parte das brincadeiras, dos cartazes, desenhos e da parte lúdica para fortalecer essa questão da alimentação.

Dessa forma, enfatiza “B”, *“acho que é preciso fazer mais, nos aprofundar nesse tema para desenvolver na criança a vontade de comer alimentos mais saudáveis e diminuir, por exemplo, a rejeição que muitos têm pelos vegetais e frutas”*, que são, segundo ela, *“facilmente trocados”* pelos alimentos processados (biscoitos recheados, refrigerantes, doces industrializados, etc.).

Chaudhary et al. (2020) explica que para melhorar ou diminuir doenças infantis, como sobrepeso e obesidade e outros aspectos da saúde, muitos documentos de políticas têm exigido o desenvolvimento de estratégias eficazes entre crianças e adolescentes no ambiente escolar.

Os impactos positivos e as evidências tem sido encontradas nessas intervenções escolares, e, apesar de visarem principalmente à prevenção do sobrepeso e da obesidade, em muitos casos, tinham um escopo mais amplo com objetivo de alcançar a qualidade de vida através de uma alimentação mais saudável. No entanto, a união dessas evidências às políticas de saúde pública deve considerar fatores como sustentabilidade, contexto e custo-benefício, assim como garantir políticas escolares e ambientais que incentivem a atividade física e uma alimentação saudável (CHAUDHARY et al., 2020).

Por fim, quando foram se buscou saber sobre a participação e envolvimento da gestão escolar referente à elaboração de projetos ou ações para intervenções alimentares e nutricionais saudáveis na escola, ambas disseram esperar mais da gestão pelo pouco envolvimento nesse sentido. De acordo com a professora “A”:

A iniciativa sempre vem da gente. Nós como professoras precisamos pensar sozinhas e buscar algumas ideias pra dar vida a todos os projetos

que envolvem as crianças, sejam relacionados à alimentação ou qualquer outro. A direção da escola nunca se nega a ajudar, mas a atitude sempre vem da gente.

Para a professora “B” a direção é peça fundamental nesse sentido:

A gente fica sempre buscando ideias pra desenvolver algum projeto dentro das limitações que temos de material e estrutura da escola. Na maioria das vezes é assim, independente da escola as vezes falta material e a gente procura se virar como pode. Apesar da direção sempre apoiar nossas ideias para trabalhar com as crianças, acho que poderia ser feito muito mais nesse sentido.

Procter et al. (2008) lembra que a escola exerce influência direta na alimentação da criança e na prevenção do sobrepeso e obesidade infantil, tendo esse papel reconhecido por constituírem-se como um ambiente favorável para medidas de prevenção e intervenção em casos de obesidade e devido ao fato de as crianças passarem boa parte do seu tempo no ambiente escolar.

Para Schmitz et al. (2008) a escola é parte crítica do meio social que modela a alimentação e o padrão de atividade física das crianças. Assim torna-se promotora de saúde e, como tal, propícia à aplicação de programas de educação em saúde em larga escala, incluindo programas de educação nutricional.

Diante dessa relevância do ambiente escolar na promoção de uma alimentação saudável na educação infantil, não foi difícil perceber, do conteúdo das entrevistas que ambas as professoras sujeitas da pesquisa participaram, que elas têm a percepção da importância de se fazer uma reflexão sobre a importância da educação nutricional, com foco no desenvolvimento de uma alimentação saudável.

Essa visão das docentes está em sintonia com os resultados do estudo de Kipping et al. (2014) quando destacou que baixos níveis de atividade física na infância, rastreamento até a idade adulta, combinados com uma dieta não correta (especialmente, frutas e vegetais de baixo consumo) estão associados a desfechos adversos à saúde, incluindo maior adiposidade, aumento dos fatores de risco cardiometabólicos, mineralização óssea mais pobre, problemas comportamentais, baixa autoestima e, pior desempenho acadêmico.

Elas acreditam que é preciso se trabalhar com essa temática, de forma criativa, seja com projetos ou atividades criativas para que os alunos não apenas entendam a importância de uma alimentação saudável, mas saibam do que se trata e possam ter acesso a ela no ambiente escolar.

Gallotta et al. (2016) destacam a importância de se implementar dicas para uma alimentação saudável na escola: coordenar práticas de alimentação saudável e atividade física por meio da gestão escolar e coordenação pedagógica; usar uma abordagem sistemática para desenvolver, implementar e monitorar práticas de alimentação saudável e atividade física; incentivar o consumo de alimentos variados de diferentes grupos alimentares nas quantidades recomendadas para um crescimento e desenvolvimento saudáveis; colocar fotos de porções de comida nas cantinas escolares para ajudar as crianças a comer porções do tamanho certo para manter um peso corporal ideal; e incentivar o consumo de frutas e vegetais em vez de alimentos de alto valor energético (doces ou bebidas açucaradas) durante os intervalos escolares no meio da manhã e/ou da tarde, substituindo os alimentos processados com alto valor calórico e refrigerantes por suco de frutas naturais.

Apesar das limitações que enfrentam nas escolas, pela falta de incentivo ou mesmo de materiais na prática diária, o tema, sempre que possível, é abordado em suas aulas na forma de projetos e atividades criativas com foco no processo de alimentação. É nesse sentido que essa pesquisa buscou intervir numa problemática que explorou de que forma a alimentação saudável no ambiente escolar pode impactar na mudança de postura dos alunos da EMEIEF “Vilmo Ornelas Sarlo” em relação à mudança de hábitos alimentares.

Assim, se discutiu a produção do conhecimento nessa escola no que se refere a forma como é abordada a temática da educação nutricional no Ensino Fundamental I e foi possível entender como se materializa seu processo de aprendizagem nas práticas educativas, como possibilidade de uma melhor reflexão sobre a importância de uma alimentação saudável dentro e fora do ambiente escolar.

A participação das crianças se deu na entrevista presencial semiestruturada onde também houve a aplicação de um questionário que se pautou em saber a opinião delas sobre a importância da escola oferecer uma alimentação saudável para os alunos.

Foram ao todo 20 (vinte) alunos sendo 10 (dez) do 3º ano e 10 (dez) do 4º ano do quarto ano do Ensino Fundamental I, parte das séries iniciais.

Ao serem questionados sobre o fato de acharem importante a escola oferecer uma alimentação saudável para os alunos, e porque a escola deve fazer isso, os alunos do 3º ano tiveram opiniões bem semelhantes sobre isso.

O aluno “1” disse que *“é importante a escola falar sobre nossa comida porque a gente aprende aquilo que é importante comer”*. Outro aluno, o “2”, afirmou que *“a escola é lugar da gente aprender sobre comida também”*. O aluno “3” lembrou que *“as professoras ensinam pra gente sobre as vitaminas que a gente precisa comer pra ficar mais forte também”*. Já o aluno “4” disse que *“a gente também come em casa, mas é na escola que a gente aprende o que faz bem pra saúde, aquilo que esta nos livros”*.

Em relação ao 4º ano, o aluno “a” disse que *“é importante que a escola fale sobre a nossa comida por que a gente começa a aprender sobre as comidas importantes aqui mesmo”*. O aluno “b” lembrou que *“como a gente não sabe nada sobre as vitaminas que o corpo da gente precisa, tem que ser na escola mesmo pra gente começar a aprender”*. O aluno “c” acha que *“é importante ajudar a gente a entender sobre as coisas saudáveis, que fazem bem pra saúde. E as Tias sabem disso mais do que a gente”*. Para o aluno “d” não tem outro lugar como a escola pra gente aprender sobre tudo, *“se a gente não aprender sobre as comidas boas e saudáveis aqui, a gente não aprende em nenhum outro lugar”*.

Quando as crianças foram abordadas sobre projetos ou aulas que a escola oferece para trabalhar com eles a importância de uma alimentação saudável, a maioria delas disse desconhecer.

O aluno “1” do 3º ano disse que *“a gente só vê elas falarem sobre isso nas aulas de ciências e a gente estuda aquilo que está nos livros”*. O aluno, o “2”, disse que *“às vezes a professora faz uns cartazes e pendura na sala pra falar sobre a importância das frutas e verduras”*. O aluno “3” falou que *“as professoras não dão nada sobre isso durante o ano, além do que ensinam nas aulas sobre a importância dos alimentos. Elas falam muito sobre verduras e frutas porque dizem que são saudáveis”*. Já o aluno “4” falou que *“a gente não vê nada na escola no ano sobre comida. A professora explica e faz uma aula legal em sala de aula apenas com o que tem nos livros. A gente lê e vê os desenhos e cartazes”*.

O aluno “a” do 4º ano disse que *“não vi nada de legal que a gente pudesse participar envolvendo as comidas. Só nas aulas mesmo”*. Para o aluno “2” *“o que a gente vê é feito dentro da sala de aula. A professora explica direitinho e a gente aprende a comer o que é bom pra saúde”*. O aluno “3” disse que *“fora da sala de aula a gente ainda não estudou nada sobre nossa alimentação. Mas na sala de aula a gente aprender sim e é bem legal”*. Outro aluno, o “4” disse que *“tudo que a gente*

vê nos livros a professora explica em sala de aula. E a gente já fez cartazes também sobre alimentos. Mas fora da sala não teve nada”.

Nesse ponto ficou claro que é preciso que os docentes deem mais foco à importância da alimentação saudável no ambiente escolar, uma vez que são mediadores que são dentro do processo de ensino e aprendizagem.

Em seu estudo sobre a educação nutricional no ensino público fundamental em São Paulo, Gaglianone et al. (2006) destaca que, apesar das vantagens bem estabelecidas de incentivar hábitos alimentares saudáveis na infância, bem como do importante papel das escolas brasileiras na promoção da qualidade de vida, o desenvolvimento desses programas de base escolar enfrenta barreiras em nível individual e estrutural.

Os esforços para a educação nutricional podem ter um impacto pequeno, mas positivo, na base de conhecimento e nas preferências dos alunos, bem como mudanças positivas no conhecimento e na atitude dos professores em relação ao desenvolvimento de currículos sobre a alimentação saudável nas escolas. Maiores efeitos positivos poderiam ser alcançados por esforços adicionais na compreensão das crenças e atitudes dos professores em relação ao seu papel na promoção da saúde, assim como atributos positivos devem ser reforçados, como a adequação do conteúdo e da abordagem pedagógica da educação nutricional ao currículo regular (GAGLIANONE et al. (2006).

Para Tremblay et al. (2010) a eficácia dos diferentes programas de educação alimentar se deve à combinação com uma intervenção nutricional multidisciplinar que possibilite às crianças desenvolver hábitos saudáveis, que afetem positivamente seus padrões de alimentação e atividade física.

Para Aoun et al. (2019) essa intervenção nutricional é por demais importante devido às mudanças dramáticas ocorridas no mundo, incluindo industrialização, urbanização e melhorias econômicas que resultaram em amplas mudanças em muitos aspectos da vida, incluindo estilo de vida. Entre estas, no estilo de vida, os hábitos nutricionais vêm mudando nas últimas décadas, caracterizados por um aumento da ingestão de gordura, principalmente saturada, juntamente com uma diminuição no consumo de cereais, frutas, legumes e verduras com ritmo de vida acelerado.

Dessa forma, a intervenção nutricional vem fazer frente e combater condições como a obesidade, fatores socioeconômicos, estado emocional, etc., que, juntos,

acabam afetando o nível do desempenho escolar entre alunos do ensino fundamental com idade entre 6 e 12 anos.

Logo, mais esforços devem ser feitos para melhorar os hábitos alimentares das crianças em idade escolar, educando também seus pais ou cuidadores por meio da conscientização da importância da educação nutricional dentro e fora do ambiente escolar para seus filhos.

Ao serem questionados sobre o que acham da alimentação oferecida pela escola, e se gostam dela, a maioria deles (70%) disse que sim. O aluno “1” do 3º ano disse que *“a merenda é boa. Eu como todos os dias. Só acho que podia ter mais carne. Porque é bom”*. Já segundo o aluno “2”, *“às vezes eles fazem frango e eu como, mas não gosto muito. Mas a comida é boa sim”*. O aluno “3” falou que *“tudo que é merenda que eles fazem na escola é boa. Eu gosto de tudo, de carne e de verduras também porque sei que são saudáveis”*. Para o aluno “4” *“nem sempre eles fazem uma comida que a gente gosta. Eu não como peixe. E nem carne de porco. Mas o refo é uma delícia”*.

O aluno “a” do 4º ano disse *“nunca vi uma merenda aqui na escola que não fosse legal. É tudo sempre bom”*. Para o aluno “2” *“Eu vejo várias comidas diferentes na escola. Tem carne, frango e até peixe. E tem verduras também. E isso é bem legal porque você pode comer de tudo um pouco”*. O aluno “3” disse que *“a gente come aquilo que a gente quiser, porque tem várias coisas na merenda. Além de carne tem verduras e sucos também às vezes. E isso é muito bom”*. Outro aluno, o “4” disse que *“eu gosto muito da merenda da escola, principalmente porque tem muitas coisas gostosas que a gente só come aqui na escola. Por isso que gosto da merenda”*.

No entanto, a maioria das crianças de ambas as turmas (100%) disse que seria bem legal se o refeitório da escola perguntasse a comida que eles mais gostam de comer. Essa opinião pode ser vista também como um reflexo da disparidade entre o que é servido e o que a criança gostaria de comer nas refeições da escola.

Na visão de Adab et al. (2018) muitos programas de promoção da saúde adotam uma abordagem de comunicação autoritária, de cima para baixo e de mão única na transmissão de mensagens de saúde - o que os torna com eficácia limitada no ambiente escolar. Além disso, explica Anderson et al. (2018), a abordagem de cima para baixo ignora as diversas características, habilidades e crenças dos

adolescentes, deixando de atender às suas necessidades individuais e de contextualizar adequadamente o que uma dieta saudável pode significar nas suas vidas.

No entanto, ao questionar sobre a frequência com que eles comem a comida oferecida no refeitório da escola, 80% disse que “merenda todos os dias”, um ponto positivo que reflete o fato de que, apesar de sugerirem anteriormente sobre uma melhora no cardápio da escola, eles também gostam do que é ofertado. Em relação aos alimentos favoritos, 100% ainda preferem as carnes (boi, porco ou frango) e 80% disse que os que menos gostam ainda são as verduras e algumas frutas.

4.2 O PRODUTO EDUCATIVO

O produto educacional trata de uma proposta de sugestões e ações, na forma de uma cartilha digital, a serem implementadas nas escolas do município de Presidente Kennedy-ES, com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos. O conteúdo, permeado de textos e ilustrações, visa reconceituar os métodos alimentares utilizados nas escolas públicas de Ensino Fundamental.

O norte para a realização desse projeto veio da ideia de apresentar uma proposta à Secretaria Municipal de Educação de Presidente Kennedy-ES, no formato digital, para auxiliar os profissionais da educação, no desenvolvimento de estratégias voltadas para mudança da postura dos alunos em relação aos hábitos alimentares.

Verifica-se no município a necessidade de se discutir de forma mais profunda os impactos de uma alimentação saudável no ambiente escolar como forma de promoção da qualidade de vida e saúde do aluno.

A justificativa para o desenvolvimento desse produto educativo vem do crescimento alarmante de crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade, propensos, por sua vez, ao desenvolvimento de distúrbios graves como hipertensão, colesterol alto e diabetes. Daí a importância desses alunos aprenderem sobre os benefícios de uma boa alimentação e, com uma mudança de mentalidade começarem a ingerir alimentos de boa qualidade para uma vida mais saudável através da nutrição adequada e diminuição das taxas de obesidade.

4.3 OBJETIVOS

4.3.1 Objetivo Geral

Desenvolver, através da pesquisa participante e colaborativa, um produto educativo, na forma de cartilha digital, destinada aos profissionais da educação com sugestões de atividades para serem utilizadas na promoção de uma alimentação saudável no ambiente escolar como forma de mudar a postura dos alunos em relação aos hábitos alimentares.

4.3.2 Objetivos específicos

- Servir como base para o desenvolvimento de ações/estratégias que ajudem na mudança da postura dos alunos em relação aos hábitos alimentares;
- Compreender os impactos de uma alimentação saudável no ambiente escolar como forma de promoção da qualidade de vida e saúde do aluno;

4.4 METODOLOGIA

A partir dessa ideia foi elaborado todo o processo que contou com a ajuda de alguns educadores do município, sujeitos dessa pesquisa através de ideias retiradas de conversas informais realizadas de forma presencial.

A ideia inicial, que era de uma formação continuada, passou para uma cartilha digital explicativa por entender que se tratava de um processo que conseguiria atingir os objetivos almejados e ainda permanecer dentro dos protocolos de segurança para esta pesquisadora e os sujeitos da pesquisa.

Houve, a princípio, uma troca de ideias com algumas das professoras sobre o desenvolvimento da pesquisa e a criação deste produto educativo, os objetivos, benefícios e riscos – o que foi muito bem aceito por todas elas por considerarem a proposta importante para o fortalecimento da promoção de uma alimentação saudável e seus impactos no ambiente escolar.

Quanto ao financiamento deste produto educativo, todo ele foi desenvolvido com recurso próprio contando com o apoio financeiro apenas da família desta autora.

A expectativa é que haja uma boa aceitação e utilização eficaz pela Secretaria Municipal de Educação fazendo dele um recurso para agregar valores e ampliar os horizontes sobre a promoção de uma alimentação saudável entre crianças no ambiente escolar.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Identificando as estratégias utilizadas, ou mesmo sua inexistência, foi possível discutir as possibilidades de aperfeiçoar as ações relacionadas à alimentação escolar, se estão sendo devidamente implementadas e se tem sido eficazes no propósito de promover hábitos alimentares saudáveis entre os alunos.

Em relação às duas professoras, sujeitos da pesquisa, sua percepção foi levantada através da aplicação de um questionário por meio de uma entrevista realizada para o levantamento de informações e discussão sobre pontos que contribuíram com o norte da pesquisa, permitindo verificar o contexto real da eficácia da alimentação saudável nas escolas, nas práticas pedagógicas diárias, e sua relação com os resultados de saúde, com base em evidências científicas.

No processo de contextualização pôde-se perceber a importância substancial das estratégias de incentivo à alimentação escolar saudável pela relevância das refeições como uma parte importante da rotina diária das docentes e dos alunos do 3º ano do Ensino Fundamental I, discutindo formas de se estabelecer hábitos alimentares saudáveis que provavelmente as acompanharão por toda a vida.

Observou-se ainda na pesquisa que as docentes se esforçam, mesmo com o desafio de se trabalhar com poucos recursos e incentivos, para desenvolver estratégias criativas e motivadoras na busca por despertar nos alunos a motivação e o prazer por uma alimentação mais saudável, para que eles entendam o objetivo de se alimentar bem e possam por si mesmos cultivarem esse hábito.

Assim, ao buscar responder ao objetivo geral desse estudo que foi analisar a percepção de professores e alunos de uma escola da rede pública do município de Presidente Kennedy-ES, sobre a importância da educação nutricional no ambiente escolar, ficou claro que as docentes tem um efeito potencializador nesse processo com o desenvolvimento de estratégias focadas nos bons hábitos alimentares.

Por isso a defesa dessa pesquisa de que os professores desenvolvam cada vez mais ferramentas criativas e motivadoras para incentivar os alunos no caminho de uma alimentação saudável durante as refeições na escola.

Como produto educativo se propôs o desenvolvimento de uma cartilha digital que funcione como um guia didático com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos. O conteúdo, tanto textual como ilustrativo, visa

reconceituar os métodos alimentares utilizados nas escolas públicas de Ensino Fundamental.

Na entrevista com as crianças participantes da pesquisa, foram feitos questionamentos sobre a importância de se promover, no ambiente escolar, uma alimentação saudável, e de forma isso pode mudar a sua postura em relação aos hábitos alimentares. Assim, percebeu-se que eles acreditam que é importante a escolar oferecer uma alimentação saudável - embora todos disseram não se lembrar de projetos que tenham sido desenvolvidos em relação a isso na prática diária.

Nos dados da pesquisa percebeu-se que a totalidade das crianças (100%) gostaria que o refeitório da escola servisse a comida que eles gostam de comer, sendo que 100% ainda preferem as carnes (boi, porco ou frango) e 80% disse gostar menos de verduras e algumas frutas. No entanto, ainda assim, 80% disse que “merenda todos os dias”.

Por fim, no diálogo com as professoras participantes da pesquisa, quanto à importância de se desenvolver uma alimentação saudável nas escolas para promoção de um comportamento saudável das crianças dentro das práticas pedagógicas, se destaca a consciência das docentes envolvidas nesse processo e os projetos que, mesmo com muita dificuldade, são desenvolvidos na escola, que é parte essencial nessa engrenagem da educação alimentar do aluno.

Dessa forma, foi possível depreender dos resultados alcançados nessa pesquisa que a eficácia de uma intervenção alimentar escolar adequada pode melhorar os hábitos alimentares dos alunos. Para maior eficácia da intervenção no ambiente escolar e alcance de mudanças alimentares significativas, sustenta-se aqui a necessidade de um envolvimento congruente da comunidade e famílias. Em particular, o envolvimento dos pais parece ser essencial para estabelecer, controlar, manter e reforçar padrões de práticas alimentares saudáveis, conhecimento nutricional e incentivar ainda a prática de atividade física diária para a manutenção de hábitos saudáveis, de forma a impactar no estilo e na qualidade de vida das crianças.

REFERÊNCIAS

- ADAB, P; PALLAN, M. J; LANCASHIRE, E. R. et al. Effectiveness of a childhood obesity prevention programme delivered through schools, targeting 6 and 7 year olds: Cluster randomised controlled trial (WAVES study). **BMJ** 2018, 360, k211.
- ALVES, M. D. F. C; SANTOS, C. W. G; OLIVEIRA CASTRO, A. J. **Transtornos alimentares em obesos atendidos em um hospital universitário**. RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, 12(70), 182-189, 2018.
- AMINI, M; DJAZAYERY, A; MAJDZADEH, R. et al. (2016) **A school-based intervention to reduce excess weight in overweight and obese primary school students**. Biological Research for Nursing 18(5): pp.531–540.
- ANDERSON, M. L; GALLAGHER, J; RITCHIE, E. R. School meal quality and academic performance. **J. Public Econ.** 2018, 168, pp.81–93.
- AOUN, C; BOU DAHER, R; EL OSTA, N. et al. Reproducibility and relative validity of a food frequency questionnaire to assess dietary intake of adults living in a Mediterranean country. **PLoS One** 2019; 14:e0218541.
- BAER, T. E; SCHERER, E. A; FLEEGLER, E. W ET al. Food insecurity and the burden of health-related social problems in an urban youth population. The **Journal of Adolescent Health**, 57(6), 2015, pp.601-607. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.08.013>. PMID:26592328.
- BANDEIRA, L. M. **Formação à distância para conselheiros de alimentação escolar: elaboração, aplicação e avaliação**. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana) – Universidade de Brasília, Brasília – DF, 2012.
- BATALHA, M. A; FRANÇA, A. K; CONCEIÇÃO, S. I. et al. Processed and ultra-processed food consumption among children aged 13 to 35 months and associated factors. **Cad Saude Publica** 33, 2017. pp.1–16.
- BELL, J; ROGERS, V. W; DIETZ, W. H et al. **Rodadas principais do CDC: Obesidade infantil**. Relatório Semanal de Morbidade e Mortalidade, 60 (2), p.42-46, 2011.
- BENTON, D. The influence of dietary status on the cognitive performance of children. **Mol Nutr Food Res** 2010; 54: pp.457-70.
- BLAINE, R. E; FRANCKLE, R. L; GANTER, C. et al. (2017) **Using school staff members to implement a childhood obesity prevention intervention in low-income school districts: The Massachusetts Childhood Obesity Research Demonstration (MA-CORD Project)**, 2012–2014. Preventing Chronic Disease: 14(E03). Published online 2017 Jan 12. Doi: 10.5888/pcd14.160381. Acesso em agosto de 2021.

BLAINE, R. E; FRANCKLE, R. L; GANTER, C. et al. Using school staff members to implement a childhood obesity prevention intervention in low-income school districts: The Massachusetts Childhood Obesity Research Demonstration (MA-CORD Project), 2012–2014. **Preventing Chronic Disease**: 14(E03). Published online 2017 Jan 12. doi: 10.5888/pcd14.160381

BRASIL, Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução nº 01, 16 jan. 2003. **Estabelece critérios para o repasse dos recursos financeiros à conta do PNAE - previstos na medida provisória nº 2, de agosto de 2001**. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/pnae/index.html>>. Acesso em 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para crianças menores de 02 anos. Organização Pan-Americana da Saúde**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2005, 152p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. 2. ed. 1. Reimp-Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)**. Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da Alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola. Diário Oficial da União. Seção 1, p. 2, 2009.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**. Ministério da Educação. Disponível em:<<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-apresentacao>>. 2009. Acesso em 2021.

BRASIL. Ministério da Educação. Cartilha Nacional da Alimentação Escolar. Brasília: Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação, 2014.

BOYLAND, E. J; WHALEN, R. Food advertising to children and its effects on diet: review of recent prevalence and impact data. **Pediatr Diabetes** 16, 2015. pp.331–337.

BUNDY, D; BURBANO, C; GROSH, M; GELLI, A; JUKES, M; DRAKE, L. **Rethinking school feeding: social safety nets, child development, and the education sector**. Washington (DC): The World Bank; 2009. (Directions in development. Human development, vol. 48742). Disponível em: <http://www-wds.worldbank.org/external/2009/101Oficial1.pdf>. Acesso em 2021.

CHAN, K; PRENDERGAST, G; GRONHOJ, A. et al. (2009a) Adolescents' perceptions of healthy eating and communication about healthy eating. *Health Education* 109(6): pp.474–490. Chan K, Prendergast G, Gronhoj, A, et al. (2009b) Communicating healthy eating to adolescents. **Journal of Consumer Marketing** 26(1): pp.6–14.

CHAUDHARY, A; SUDZINA F; MIKKELSEN, B. E. Promoting Healthy Eating among Young People: A Review of the Evidence of the Impact of School-Based Interventions. **Nutrients**, 2020, 12, 2894. Doi: 10.3390/nu12092894.

CIRINO, A. C. L; DE VARGAS, Z. R; GIGANTE, D. P. Consumption of foods with voluntary fortification of micronutrients in southern Brazil: prevalence and associated factors. **Public Health Nutr** 17, 2014. pp.1555–1564.

CORNWELL, B; VILLAMOR, E; MORA-PLAZAS, M. et al. Processed and ultra-processed foods are associated with lower-quality nutrient profiles in children from Colombia. **Public Health Nutr** 21, 2018. pp.142–147.

CUNHA, D. B; DE SOUZA, B. S. N; PEREIRA, R. A et al. **Eficácia de uma intervenção escolar randomizada envolvendo famílias e professores para prevenir o ganho excessivo de peso entre adolescentes no Brasil**. PLoS ONE 2013, 8, e57498.

DALLAZEN, C; SILVA, S. A; GONÇALVES, V. S. S. et al. (2018) Introduction of inappropriate complementary feeding in the first of life and associated factors in children with low socioeconomic status. **Cad Saude Publica** 34, 2016. pp.1–13.

DUTRA, F. B. S. **Encontros e desencontros entre conceito e prática da alimentação saudável e o papel da escola na educação alimentar**. Rio de Janeiro, 2014. Tese de Doutorado – Instituto de Bioquímica Médica Leopoldo de Meis, Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2014.

ESPEJO, F; BURBANO, C; GALLIANO, E. Home-Grown School Feeding: A Framework to Link School Feeding with Local Agricultural Production. Rome: World Food Programme (WFP); 2009.

FAM, A. C. V. **A educação alimentar e nutricional na sala de aula: desenvolvimento de material pedagógico para aplicação por professores em uma escola do município de Feira de Santana-BA**. [Dissertação de Mestrado] Universidade do Estado da Bahia – UNEB, Bahia, 2015.

FAO. Food and Agricultural Organization. **Alimentar o mundo, cuidar do planeta**. Montevideo: FAO, 2014.

FAO. Food and Agriculture Organization. **The State of Food Insecurity in the World: Eradicating World Hunger – Key to Achieving the Millenium Development Goals**. Rome: FAO; 2005.

FERREIRA, O. I. T. **Saúde Alimentar, Nutricional e Ambiental: um Desafio da Educação Escolar em Goiânia**. 68p. Dissertação de Mestrado. PONTIFÍCIA Universidade Católica de Goiás - Ciências Ambientais e Saúde, Goiás. 2011. Acesso em agosto de 2021.

FLORENCE, M. D; ASBRIDGE, M; VEUGELERS, P. J. **Diet Quality and Academic Performance**. J. Sch. Health 2008, 78, pp.209–215.

GAGLIANONE, C. P; TADDEI, J. A. A. C; COLUGNATI, F. A. B. et al. Nutrition education in public elementary schools of São Paulo, Brazil: the Reducing Risks of Illness and Death in Adulthood **Project. Rev. Nutr. Campinas**, 19(3): pp.309-320, maio/jun., 2006.

GALLOTTA, M. C; IAZZONI, S; EMERENZIANI, G. P. et al. Effects of combined physical education and nutritional programs on schoolchildren's healthy habits. **PeerJ**, 2016. DOI 10.7717/peerj.1880.

GIBNEY, M. J; FORDE, G; MULLALLY, D. et al. (2017) Commentary ultra-processed foods in human health: a critical appraisal. **Am J Clin Nutr** 106, pp.717–724.

GIDDENS, A. **A constituição da sociedade**. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2016.

GOLD, A; LARSON, M; TUCKER, J et al. Classroom Nutrition Education Combined With Fruit and Vegetable Taste Testing Improves Children's Dietary Intake. *J. Sch. Health* 2017, 87, pp.106–113. Acesso em agosto de 2021.

GONÇALVES, F. D. et al. **A promoção da saúde na educação infantil**. *Interface - Comunic., Saúde, Educ.*, v.12, n.24, p.181-92, jan./mar. 2008.

GRACIA, M. **Somos lo que comemos? Alimentos, significados e identidades?** *Revista Alimentos Hoy*, 20(22), 3-5, 2011.

HERMANS, R. C; VAN DEN BROEK, N; NEDERKOORN, C. et al. Feed the Alien! The Effects of a Nutrition Instruction Game on Children's Nutritional Knowledge and Food Intake. **Games Health J.** 2018, 7, pp.164–174.

IULIANO, B. A. **Atividades de promoção de Alimentação saudável em escolas de ensino fundamental no município de Guarulhos, SP**. Dissertação de mestrado: Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2008.

KHAMBALIA, A. Z; DICKINSON, S; HARDY, L. L. et al. Synthesis of existing systematic reviews and meta-analyses of school-based behavioral interventions for obesity control and prevention. **Comments on obesity** 2012. 13: pp.214-233.

KAUFMAN-SHRIQUI, V; FRASER, D; FRIGER, M. et al. Effect of a School-Based Intervention on Nutritional Knowledge and Habits of Low-Socioeconomic School Children in Israel: A Cluster-Randomized Controlled Trial. *Nutrients* 2016, 8, 234.

KIPPING, R. R; HOWE, L. D; JAGO, R. et al. Effect of intervention aimed at increasing physical activity, reducing sedentary behavior and increasing fruit and vegetable consumption in children: active to year 5 of life (AFLY5) randomized controlled trial. **British Medical Journal** 2014. 348: g3256.

KRISTJANSSON, E; ROBINSON, V; PETTICREW, M. **School feeding for improving the physical and psychosocial health of disadvantaged students.** *Cochrane Database Syst Rev.* 2006;1. doi:10.4073/csr.2006.

LARSEN, A. L; ROBERTSON, T; DUNTON, G. **RE-AIM analysis of a randomized school-based nutrition intervention among fourth-grade classrooms in California.** *Transl. Behav. Med.* 2015, 5, pp.315–326.

LAWLOR, D. A; JAGO, R; NOBLE, S. M. et al. The Active for Life Year 5 (AFLY5) school-based cluster randomised controlled trial: Effect on potential mediators. *BMC Public Health* 2016, 16, 68.

LLARGUES, E; FRANCO, R; RECASENS, A. et al. Evaluation of a school intervention on eating habits and physical activity in school-age children: the AVall study. *Journal of Epidemiology and Community Health* 2011. 65: pp.896-901.

LOUZADA, M. L; RICARDO, C. Z; STEELE, E. M et al. (2018) The share of ultra-processed foods determines the overall nutritional quality of diets in Brazil. *Public Health Nutr* 21, pp.94-102.

MACHADO, L. M. O; MEDEIROS, M. R. A. **O exercício do controle social da política de assistência social em municípios do Rio Grande do Sul: um desafio a ser enfrentado pela sociedade civil.** In: PEDRINI, D. M.; ADAMS, T.; SILVA, V. R. da. (Org.). *Controle social de políticas públicas: caminhos, descobertas e desafios.* São Paulo: Paulus. 2007. p.113-132.

MARIN, T. et al. **Educação Nutricional e Alimentar: por uma correta formação dos hábitos alimentares.** *Revista F@pciência, Apucarana-PR, ISSN 1984-2333, v.3, n. 7, pp.72-78, 2009.*

MATURANO, E. M; LOUREIRO, S. R. **O desenvolvimento socioemocional e as queixas escolares.** Em: A. Del Prette, Z. A. P. Del Prette. (Orgs.), *Habilidades Sociais, desenvolvimento e aprendizagem: Questões conceituais, avaliação e intervenção.* p.257. Campinas: Alínea, 2003.

MICHA, R; KARAGEORGOU, D; BAKOGIANNI, I et al. **Effectiveness of school food environment policies on children's dietary behaviors: A systematic review and meta-analysis.** *PLoS ONE* 2018, 13, e0194555.

MONTEIRO, C. A; CANNON, G; LAWRENCE, M. et al. *UltraProcessed foods, diet quality, and health using the NOVA Classification System.* Rome: **FAO**, 2019.

MUSHER-EIZENMAN, D. M; HOLUB, S. (2007). **Comprehensive feeding practices questionnaire: Validation of a new measure of parental feeding practices.** *Journal of Pediatric Psychology*, 32(8), pp.960-972, 2007.

PÉREZ-ESCAMILLA, R; SEGURA-PÉREZ, S; LOTT M (2017) Feeding guidelines for infants and young toddlers: a responsive parenting approach. *Nutr Today* 52, 2017. pp.223–231.

PITTMAN, D. W; PARKER, J. S; GETZ, B. R et al. Cost-free and sustainable incentive increases healthy eating decisions during elementary school lunch. **International Journal of Obesity**, 2012, 36(1): pp.76–79.

RELVAS, G. R. B; BUCCINI, G; VENANCIO, S. I. Consumo de alimentos ultraprocessados entre bebês na atenção primária à saúde em uma cidade da região metropolitana de São Paulo, Brasil. **J Pediatr** 95, 2019. pp.584-592.

SACCHETTI, R; DALLOLIO, L; MUSTI, M. A. et al. Effects of a school intervention to promote healthy habits in children aged 8 to 11 years, living in the floodplain area of the Local Health Unit of Bologna. **Annali di Igiene: Preventive Medicine and Community** 2015. 27: pp.432-446.

SAHOO, K; SAHOO, B; CHOUDHURY, A. K. Obesidade infantil: causas e consequências. **J Fam Med Prim Care** 4, 2015. pp.187-192.

SANTOS, L. A. S. et al. O nutricionista no programa de alimentação escolar: avaliação de uma experiência de formação a partir de grupos focais. **Revista de Nutrição**. Campinas, 25(1): pp.107-117, jan./fev., 2012.

SANTOS, L. A. S. **O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão**. Revista Ciência & Saúde Coletiva da Associação Brasileira de Pós-graduação em Saúde Coletiva. Rio de Janeiro, 2010.

SCAGLIONI, S; ARRIZZA, C; VECCHI, F. et al. (2011) **Determinants of children's eating behaviour**. The American Journal of Clinical Nutrition, 2011, 94(6): 2006S–2011S.

SCARPARO, A. L. S. **Crenças sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar**. Tese submetida ao Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da vida e saúde, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS, Porto Alegre, 2017.

SCHNEIDER, M. J. **A participação da agricultura familiar na defesa do direito à alimentação escolar saudável no Município de Missal – Paraná**. Dissertação apresentada a Universidade Estadual do Oeste do Paraná como parte das exigências do Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Desenvolvimento Rural Sustentável, 2014.

SHUKRI, M; ZIN, Z; ZAINOL, K. et al. The effectiveness of a computer-based method to support eating intervention among economically disadvantaged children in Malaysia. **Health Education Journal**. First published Jan 9 2019. doi.org/10.1177/0017896918823325

SKINNER, B. F. **Ciência e comportamento humano** (18ª ed.). Tradução organizada por J. C. Todorov. R. Azzi. São Paulo: Martins Fontes, 2014.

SMETANINA, N; ALBAVICIUTE, E; BABINSKA, V et al. Prevalence of overweight/obesity in relation to dietary habits and lifestyle among 7–17 years old

children and adolescents in Lithuania. Smetanina et al. **BMC Public Health** (2015), 15:1001. DOI 10.1186/s12889-015-2340-y

SOUZA, P. **Dilemas e contradições para a promoção da alimentação saudável na percepção de mães de escolares com excesso de peso.** Dissertação (Mestrado - Programa de Pós-Graduação em Ensino em Saúde) apresentada à Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

SOUZA, R. M; ALMEIDA, L. M. C. **Análise das Efetividades Sociais do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) em Municípios Goianos: Inclusão Social e Formas Espúrias.** *Fronteiras: Journal of Social, Technological and Environmental Science*, v. 6, n. 4, p. 162-180, 31 dez. 2017.

SPANIOL; A. M; DA COSTA, T. H. M; SOUZA, A. S. et al. Early consumption of ultra-processed foods among children under 2 years old in Brazil. **Public Health Nutrition**: 24(11), pp.3.341–3.351, November 2020. doi:10.1017/S1368980020004759

SPARRENBERGER, K; ROGGIA, R; DIHL, M. et al. Ultraprocessed food consumption in children from a Basic Health Unit. **J Pediatr** 91,2015. pp.535–542.

STURION, G. L. **Programa de alimentação escolar: avaliação do desempenho em dez municípios brasileiros.** Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 2002. Disponível em: <http://www.fea.unicamp.br/alimentarium/verdoc>. Acesso em 2021.

TERENCE, M; DOVEY, P. A; STAPLES, E et al. **Neofobia alimentar e 'exigente/exigente' em crianças: uma revisão.** *Appetite* 50. p.181–193, 2008.

TREMBLAY, M. S; SHIELDS, M; LAVIOLETTE, M. et al. Canadian child and youth fitness: 2007-2009 results. Canadian survey of sanitary measures. **Health Reports**, 2010. 21: pp.7-20.

TRICHES, R. M; KILIAN, L. **Papel dos atores sociais na aquisição de produtos da agricultura familiar para alimentação escolar em Municípios Paranaenses.** *Redes (St. Cruz Sul, Online)*, v. 21, nº 3, p. 159 - 179, set./dez. 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.17058/redes.v21i3.7055>.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação.** São Paulo: Atlas, 1987.

VIEIRA, A. G; AERTS, D. R. G. C; CÂMARA, S. et al. **A escola enquanto espaço produtor da saúde de seus alunos.** *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, 12(2), 916-932, 2017.

VOS, M. B; KAAR, J. L; WELSH, J. A. et al. **Added sugars and cardiovascular disease risk in children.** *Circulation* 135, 2017. pp.1.017–1.034.

WITT, C. L. **Alimentação Saudável na Infância: as representações sociais de pais e/ou responsáveis e de escolares do primeiro ano do ensino fundamental.**

Dissertação (Mestrado - Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva) apresentada à Universidade do Vale do Rio dos Sinos – USININOS, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global overview child malnutrition**. 05/05/2021. Disponível em: <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/-child-malnutrition-estimates-unicef-who>. Acesso em 2021.

YIN, R. K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. 4. ed. Porto Alegre: Bookman, 2016.

YING-YU, C; YIP, J; ROSNER, D. et al. **Luzes, música, selos! Avaliando os materiais tangíveis das refeições para crianças em idade pré-escolar**. Nos Anais da Décima Terceira Conferência Internacional sobre Interação Tangível, Incorporada e Incorporada - TEI '19. p.127-134, 2019.

ZOBEL, E. H; HANSEN, T. W; ROSSING, P. et al. Global changes in food supply and the obesity epidemic. **Curr Obes Rep** 5, 2016. pp.449-455.

ZOTA, D; DALMA, A; PETRALIAS, A. et al. Promotion of healthy nutrition among students participating in a school food aid program: A randomized trial. **Int. J. Public Health** 2016, 61, pp.583–592. Acesso em agosto de 2021.

ALÊNDICES**APÊNDICE I: ROTEIRO DE ENTREVISTA PARA OS DOCENTES**

1. Qual o tempo de magistério nesta instituição de ensino?

2. É graduado (a) em qual(is) área(as)?

3. Realizou cursos de capacitação nos últimos dois anos? Quais?

() sim () não

Quais? _____

4. Como você vê a questão da promoção de uma alimentação saudável entre crianças no ambiente escolar?

5. Qual a importância de se desenvolver estratégias no ambiente escolar com foco na alimentação saudável e na mudança de hábitos dos alunos?

6. De que maneira você tem colaborado para promover a alimentação saudável no ambiente escolar?

() Através de projetos.

() Metodologias diversificadas nas aulas

Se sim, quais? _____

7. Desenvolveu no ano passado ou nesse ano algum tipo de intervenção alimentar como forma de se promover a alimentação saudável junto aos alunos?

() sim () não

Se sim, relate como foi essa experiência? _____

8. Existe na sua escola algum tipo de ação ou projeto desenvolvido que englobe a importância de uma alimentação saudável como instrumento para mudança de postura e hábitos alimentares dos alunos?

() sim () não

Se sim, qual? _____

9. Em relação à gestão escolar, você vê alguma tomada de decisão referente à elaboração de projetos ou ações para intervenções alimentares e nutricionais saudáveis na escola?

() Sim. Com o envolvimento de toda equipe escolar.

() Sim. Apenas envolvendo o corpo docente.

() Sim. Mas decide por conta própria.

() Não.

APÊNDICE II: ROTEIRO DE ENTREVISTA PARA OS ALUNOS

1. Em que série você está e quantos anos você tem?

2. Você acha importante a escola oferecer uma alimentação saudável para os alunos? Por que?

3. A escola oferece algum tipo de aula ou de projeto para trabalhar com vocês a importância de uma alimentação saudável?

Se sim, qual? _____

4. O que você acha da alimentação que é oferecida pela escola? Você gosta?

() sim () não

Se sim, por quê? _____

5. Existe na sua escola algum tipo de projeto desenvolvido que trabalhe com vocês a importância de uma alimentação saudável?

() sim () não

Se sim, qual? _____

6. Nas aulas que são dadas diariamente, você já presenciou alguma fala da professora sobre a importância de se ter uma alimentação saudável dentro ou fora da escola?

() Sim. Apenas uma vez.

() Sim. Várias vezes.

() Não. Nunca

APÊNDICE III: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE) (PROFESSORES)

Você está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar da pesquisa **“PROMOVENDO UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE CRIANÇAS: UMA ANÁLISE DO IMPACTO DOS HÁBITOS ALIMENTARES NO AMBIENTE ESCOLAR”**, conduzida pela pesquisadora MABILA DE SOUZA GOMES. Este estudo tem por Objetivo Geral investigar as evidências da eficácia das intervenções alimentares e nutricionais nas escolas, relacionadas a resultados de saúde. Como Objetivos Específicos a pesquisa pretende: 1) Compreender a finalidade das intervenções alimentares como forma de promoção de uma alimentação saudável; 2) Discutir sobre a eficácia das intervenções nas escolas, focadas na alimentação, e seus efeitos na mudança de hábitos dos alunos; 3) Discutir a importância de se estabelecer comportamentos alimentares saudáveis no ambiente escolar para redução do risco de problemas de saúde e 4) Produzir uma cartilha digital com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos.

Para este estudo adotaremos o(s) seguinte(s) procedimento(s): inicialmente serão explicitados os objetivos da pesquisa. Em seguida, por meio de uma entrevista semiestrutura você responderá algumas perguntas relacionadas ao tema em questão, permitindo verificar o contexto real das intervenções alimentares na escola como um meio eficaz e promissor para promover uma alimentação saudável e melhorar o comportamento alimentar dos alunos dentro e fora do ambiente escolar. Por fim, os dados dessa entrevista serão analisados, interpretados e organizados na forma de uma dissertação de mestrado.

Sua participação não é obrigatória. A qualquer momento, você poderá desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa, desistência ou retirada de consentimento não acarretará prejuízo.

Informamos ainda, que por se tratar de uma entrevista, a pesquisa oferece riscos aos participantes em tipos e gradações variadas. Podemos citar neste caso, risco de constrangimento ao responder os questionamentos, bem como algum tipo de desconforto. Lembramos ainda que, caso aconteça algum desconforto ou mal estar, os responsáveis pelo estudo encaminharão o participante para o serviço de atendimento médico mais próximo do local de realização da pesquisa.

Como benefícios, entendemos que a pesquisa é relevante na medida em que cria possibilidades de se desenvolver intervenções alimentares na escola que sejam capazes de afetar atitudes, conhecimento e comportamento dos alunos em relação à adoção de hábitos alimentares mais saudáveis, haja vista que, são poucos os estudos relacionados a esta temática que abordam uma orientação no que concerne à alimentação equilibrada.

A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido(a) pelo pesquisador que irá tratar a sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Você não será identificado em nenhuma publicação.

Você tem assegurado o direito a ressarcimento ou indenização no caso de quaisquer danos eventualmente produzidos pela pesquisa.

Os resultados estarão à sua disposição quando a pesquisa for finalizada. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a permissão do responsável por você. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão

arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 anos, e após esse tempo serão destruídos.

Caso você concorde em participar desta pesquisa, assine ao final deste documento, que possui duas vias, sendo uma delas sua, e a outra, do pesquisador responsável/coordenador da pesquisa.

Eu declaro ter conhecimento das informações contidas neste documento e ter recebido respostas claras às minhas questões a propósito da minha participação direta (ou indireta) na pesquisa e, adicionalmente, declaro ter compreendido o objetivo, a natureza, os riscos e benefícios deste estudo.

Após reflexão e um tempo razoável, eu decidi, livre e voluntariamente, participar deste estudo. Estou consciente que posso deixar o projeto a qualquer momento, sem nenhum prejuízo.

Este termo possui duas vias de igual teor onde uma ficará com o pesquisando e outra com o pesquisador.

RISCO EPIDEMIOLÓGICO E IMPLICAÇÕES DECORRENTES DA COVID-19

Em virtude da pandemia da COVID-19 (SARS-COV2), Informamos que todos os protocolos vigentes (municipais, estaduais e federais), elaborado pelos órgãos de saúde pública competentes, serão atendidos durante o contato com os sujeitos da pesquisa, no sentido de garantir o cumprimento das medidas sanitárias para prevenção, controle e contenção de riscos, danos e agravos decorrentes do surto de coronavírus.

Desta forma:

Atesto que fui devidamente informado e esclarecido, com linguagem clara e acessível, e estou plenamente ciente dos riscos a que estarei exposto(a) em razão de participar das entrevistas, referente a possível e eventual contaminação pelo COVID-19. Compreendo que esse risco advém do contato ou aproximação com outras pessoas infectadas, mesmo que assintomáticos e que poderão estar contaminados. Tenho ciência que eventual infecção com o COVID-19 poderá causar: cansaço, tosse seca, febre, dores musculares, distúrbios gastrointestinais, oftalmológicos, dificuldade respiratória, falso abdômen agudo, e insuficiência pulmonar (dentre outros ainda desconhecidos).

Nome

completo: _____

RG: _____ Data de Nascimento: ___/___/___ Telefone: _____

Endereço: _____

CEP: _____ Cidade: _____ Estado: _____

Assinatura: _____ Data: ___/___/___

Eu declaro ter apresentado o estudo, explicado seus objetivos, natureza, riscos e benefícios e ter respondido da melhor forma possível às questões formuladas.

Assinatura pesquisador: _____ Data: ___/___/___

(ou seu representante)

Nome completo: _____

Para todas as questões relativas ao estudo ou para se retirar do mesmo, poderão se comunicar com _____, via e-mail: _____ ou telefone: _____.

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, você poderá consultar:

CEP- Comitê de Ética e Pesquisa - FVC
SÃO MATEUS (ES) - CEP: 29933-415
Fone: (27) 3313-0028/ E-mail: cep@ivc.br

PESQUISADORA RESPONSÁVEL: Mabila de Souza Gomes
ENDEREÇO: Presidente Kennedy-ES
CEP: 29.350-000.
Fone: (28) 99902-1748/E-mail: mabila_gomes@hotmail.com

APÊNDICE IV: TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (ALUNO)

Você está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar da pesquisa **“PROMOVENDO UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE CRIANÇAS: UMA ANÁLISE DO IMPACTO DOS HÁBITOS ALIMENTARES NO AMBIENTE ESCOLAR”** conduzida pela pesquisadora MABILA DE SOUZA GOMES. Este estudo tem por Objetivo Geral investigar as evidências da eficácia das intervenções alimentares e nutricionais nas escolas, relacionadas a resultados de saúde. Como Objetivos Específicos a pesquisa pretende: 1) Compreender a finalidade das intervenções alimentares como forma de promoção de uma alimentação saudável; 2) Discutir sobre a eficácia das intervenções nas escolas, focadas na alimentação, e seus efeitos na mudança de hábitos dos alunos; 3) Discutir a importância de se estabelecer comportamentos alimentares saudáveis no ambiente escolar para redução do risco de problemas de saúde e 4) Produzir uma cartilha digital com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos.

Para este estudo adotaremos o(s) seguinte(s) procedimento(s): inicialmente serão explicitados os objetivos da pesquisa. Em seguida, por meio de uma entrevista semiestrutura você responderá algumas perguntas relacionadas ao tema em questão, permitindo verificar o contexto real das intervenções alimentares na escola como um meio eficaz e promissor para promover uma alimentação saudável e melhorar o comportamento alimentar dos alunos dentro e fora do ambiente escolar. Por fim, os dados dessa entrevista serão analisados, interpretados e organizados na forma de uma dissertação de mestrado.

Para participar deste estudo, o responsável por você deverá autorizar e assinar o TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE). Você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Você será esclarecido(a) em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se. O responsável por você poderá retirar o consentimento ou interromper a sua participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido(a) pelo pesquisador que irá tratar a sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Você não será identificado em nenhuma publicação.

Informamos ainda, que por se tratar de uma entrevista, a pesquisa oferece riscos aos participantes em tipos e gradações variadas. Podemos citar neste caso, risco de constrangimento ao responder os questionamentos, bem como algum tipo de desconforto. Lembramos ainda que, caso aconteça algum desconforto ou mal estar, os responsáveis pelo estudo encaminharão o participante para o serviço de atendimento médico mais próximo do local de realização da pesquisa.

Como benefícios, entendemos que a pesquisa é relevante na medida em que cria possibilidades de se desenvolver intervenções alimentares na escola que sejam capazes de afetar atitudes, conhecimento e comportamento dos alunos em relação à adoção de hábitos alimentares mais saudáveis, haja vista que, são poucos os estudos relacionados a esta temática que abordam uma orientação no que concerne à alimentação equilibrada.

Você tem assegurado o direito a ressarcimento ou indenização no caso de quaisquer danos eventualmente produzidos pela pesquisa.

Os resultados estarão à sua disposição quando a pesquisa for finalizada. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a permissão do responsável por você. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão

arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 anos, e após esse tempo serão destruídos. Este Termo de Assentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida a você.

RISCO EPIDEMIOLÓGICO E IMPLICAÇÕES DECORRENTES DA COVID-19

Em virtude da pandemia da Covid-19, informamos que todos os protocolos vigentes (municipais, estaduais e federais), elaborado pelos órgãos de saúde pública competentes, serão atendidos durante o contato com os sujeitos da pesquisa para garantir o cumprimento das medidas sanitárias de prevenção, controle e contenção de riscos, danos e agravos decorrentes do surto de coronavírus. Desta forma:

Atesto que fui devidamente informado e esclarecido, com linguagem clara e acessível, e estou plenamente ciente dos riscos a que estarei exposto(a) em razão de participar das entrevistas, referente a possível e eventual contaminação pelo COVID-19. Compreendo que esse risco advém do contato ou aproximação com outras pessoas infectadas, mesmo que assintomáticos e que poderão estar contaminados. Tenho ciência que eventual infecção com o COVID-19 poderá causar: cansaço, tosse seca, febre, dores musculares, distúrbios gastrointestinais, oftalmológicos, dificuldade respiratória, falso abdômen agudo, e insuficiência pulmonar (dentre outros ainda desconhecidos).

Eu, _____, portador (a) do documento de Identidade _____ fui informado(a) dos objetivos do presente estudo de maneira clara e detalhada e minhas dúvidas foram esclarecidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações, e o meu responsável poderá modificar a decisão de participar se assim o desejar. Tendo o consentimento do meu responsável já assinado, declaro que concordo em participar desse estudo. Recebi uma cópia deste TCLE e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Este termo possui duas vias de igual teor onde uma ficará com o pesquisando e outra com o pesquisador. Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, você poderá consultar:

CEP- Comitê de Ética e Pesquisa - FVC

SÃO MATEUS (ES) - CEP: 29933-415

Fone: (27) 3313-0028/ E-mail: cep@ivc.br

PESQUISADORA RESPONSÁVEL: Mabila de Souza Gomes

ENDEREÇO: Presidente Kennedy-ES

CEP: 29.350-000.

Fone: (28) 99902-1748/E-mail: mabila_gomes@hotmail.com

São Mateus, ____ de _____ de 2021.

Nome e assinatura do(a) participante

Nome e assinatura do(s) pesquisador(es)

APÊNDICE V: PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: PROMOVENDO UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE CRIANÇAS: UMA REVISÃO DAS EVIDÊNCIAS DO IMPACTO DAS INTERVENÇÕES ALIMENTARES NO AMBIENTE ESCOLAR

Pesquisador: MABILA DE SOUZA GOMES

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 53659221.0.0000.8207

Instituição Proponente: INSTITUTO VALE DO CRICARE LTDA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.131.372

Apresentação do Projeto:

De acordo com proponente, o estudo será desenvolvido por meio de uma pesquisa envolvendo professores e alunos. Será realizada uma entrevista semiestruturada, com questões abertas para 15 (quinze) alunos e 05 (cinco) professoras de uma escola municipal que pertençam ao Ensino Fundamental I, para o levantamento de informações e discussão sobre pontos que contribuirão com o norte da pesquisa, permitindo verificar o contexto real das intervenções alimentares na escola como um meio eficaz e promissor para promover uma alimentação saudável e melhorar o comportamento alimentar dos alunos dentro e fora do ambiente escolar, onde buscará investigar as evidências da eficácia das intervenções alimentares e nutricionais nas escolas, relacionadas a resultados de saúde, com base em evidências científicas.

Objetivo da Pesquisa:

A pesquisadora apresenta o seguinte objetivo Primário:

-Investigar as evidências da eficácia das intervenções alimentares e nutricionais nas escolas, relacionadas a resultados de saúde, com base em evidências científicas.

Objetivo Secundário:

- Compreender a finalidade das intervenções alimentares como forma de promoção de uma alimentação saudável;
- Discutir sobre a eficácia das intervenções nas escolas, focadas na alimentação, e seus efeitos na mudança de hábitos dos alunos;
- Identificar a importância de se estabelecer comportamentos alimentares saudáveis no ambiente escolar para redução do risco de problemas de saúde;
- O produto educativo resultou no desenvolvimento de uma cartilha digital com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

A proponente aponta os seguintes riscos:

Segundo a Resolução nº 466/2012, toda pesquisa que utiliza seres humanos em sua realização envolve risco em tipos e gradações variados. Nesta pesquisa, como desconforto e riscos em potenciais este estudo prevê que você possa sentir um constrangimento ao realizar o questionário. Para minimizar este constrangimento, será realizada uma conversa prévia com os professores que irá participar desta pesquisa, onde possa se sentir mais confortável e a vontade para realizar a entrevista. Sendo assim, em caso de algum desconforto, ou malestar, a pesquisadora do presente estudo irá encaminhar o participante para o serviço de atendimento médico mais próximo do local da residência.

Benefícios:

Espera-se, com esta pesquisa, demonstrar a importância das evidências da eficácia das intervenções alimentares e nutricionais nas escolas, relacionadas a resultados de saúde, com base em evidências científicas e Identificar a importância de se estabelecer comportamentos alimentares saudáveis no ambiente escolar para redução do risco de problemas de saúde e, a partir dos resultados obtidos, elaborar cartilha digital com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisadora aponta a necessidade de se desenvolver intervenções alimentares na escola que sejam capazes de afetar atitudes, conhecimento e comportamento dos alunos em relação à adoção de hábitos alimentares mais saudáveis, haja vista que, são poucos os estudos relacionados a esta temática que abordam uma orientação no que concerne à alimentação equilibrada.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

A pesquisadora apresentou os seguintes termos:

- TCLE do professor e aluno;
- Projeto Original do estudo proposto com os questionários e cronograma;
- Folha de rosto devidamente preenchida, assinada e carimbada;
- Termo de autorização da instituição coparticipante.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não houve pendências de documentos.

Considerações Finais a critério do CEP:

Ressalta-se que cabe ao pesquisador responsável encaminhar os relatórios parciais e final da pesquisa, por meio da Plataforma Brasil, via notificação do tipo "relatório" para que sejam devidamente apreciadas no CEP, conforme Norma Operacional CNS nº 001/13, item XI 2.d.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1839650.pdf	01/11/2021 18:47:56	MABILA DE SOUZA GOMES	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	termo_TEXTO_TEXTO_.doc	01/11/2021 18:47:37	MABILA DE SOUZA GOMES	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	termo_Testes_Testes_.docx	01/11/2021 18:38:59	MABILA DE SOUZA GOMES	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMO_LIVRE_testes_.docx	01/11/2021 18:31:28	MABILA DE SOUZA GOMES	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	termo_TERMO_TESTES_.docx	01/11/2021 18:15:31	MABILA DE SOUZA GOMES	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	termo_TEXTO_.pdf	01/11/2021 18:04:39	MABILA DE SOUZA GOMES	Aceito
Folha de Rosto	termo_testes_.pdf	01/11/2021 18:03:20	MABILA DE SOUZA GOMES	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SAO MATEUS, 26 de Novembro de 2021

Assinado por:

**José Roberto Gonçalves
de Abreu(Coordenador)**

APÊNDICE VI: PRODUTO EDUCATIVO



**FACULDADE VALE DO CRICARÉ.
MESTRADO 'STRICTO SENSU' EM CIÊNCIA, TECNOLOGIA E
EDUCAÇÃO.**



**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL
SEM RÓTULOS:
COMO DESENVOLVER
HÁBITOS ALIMENTARES NO
AMBIENTE ESCOLAR**

**MABILA DE SOUZA GOMES
GUILHERME BICALHO NOGUEIRA
2021**





APRESENTAÇÃO

Esta cartilha digital é um produto educativo desenvolvido com foco em oferecer sugestões e ações a serem implementadas na escola voltadas para o desenvolvimento de uma alimentação saudável dos alunos. O conteúdo, tanto textual como ilustrativo, visa reconceituar os métodos alimentares utilizados nas escolas públicas de Ensino Fundamental.



INTRODUÇÃO:

Alimentação e o comportamento social

A nível global a prevalência de sobrepeso e obesidade vem aumentando entre crianças e adolescentes e está associada a hábitos alimentares pouco saudáveis e falta de atividade física. A alimentação escolar tem sido cada vez mais apresentada como uma política para lidar com os padrões de alimentação pouco saudáveis entre eles.



A infância, um dos períodos críticos para uma boa saúde e desenvolvimento da vida, impõe uma necessidade fisiológica maior de nutrientes e uma dieta rica em qualidade nutricional é fundamental. Evidências científicas sugerem que o estilo de vida, padrões de

comportamento e hábitos alimentares nessa fase persistem pela vida adulta e influenciam de forma direta na saúde e bem-estar do indivíduo.



Nesse contexto as refeições, parte importante das rotinas diárias para as famílias e as escolas, devem oferecer oportunidades para a ingestão nutricional das crianças e estabelecer hábitos alimentares que as crianças provavelmente terão por toda a vida.

Logo, as intervenções alimentares na escola podem ser uma um meio eficaz e promissor para promover uma alimentação saudável, melhorar o comportamento alimentar e a atitude entre as crianças pelo potencial que as escolas tem de, como um sistema, fazer melhorias duradouras e garantir um ambiente escolar saudável para a melhoria da saúde das crianças a curto e longo prazo.



intervenções podem ser uma

crianças pelo sistema, fazer

Estudos de Terence (2008) mostram que as crianças começam a desenvolver seu apetite e preferências alimentares a partir dos dois anos de idade. Assim as refeições em família e nas escolas acabam se tornando um momento importante para desenvolver atitudes e comportamentos relacionados a alimentos a longo prazo. Essa importância levou pediatras, nutricionistas e acadêmicos para elaborar diretrizes e princípios gerais para os pais seguirem nas refeições com seus filhos pequenos.



No entanto, refeições com crianças pequenas também foram identificadas como fonte de estresse para muitos pais e impaciência por parte de alguns

profissionais de educação. A neofobia alimentar¹, por exemplo, e a escassez de alimentos são comuns entre crianças pequenas, e pesquisas indicam que os pais e professores sofrem estresse como resultado de birras relacionadas às refeições, pickiness, longos períodos de alimentação e sua necessidade de exercer sua autonomia (YING-YU, et al., 2019).

Os pais e professores também veem as refeições como uma parte importante e valiosa da alimentação de seus filhos e alunos, pela experiência diária que representam. Na visão de Allison et al. (2002) eles querem que as refeições sejam um momento em que as crianças aprendam boas maneiras e



praticam participando de conversas. Assim valorizam as refeições como oportunidades para o vínculo familiar e afetivo, juntos, e consideram a mesa de jantar como uma das configurações mais importantes para isso.

A educação nutricional, uma das necessidades básicas do indivíduo, principalmente no período pré-escolar, é muito importante para a saúde ao longo da vida, e as experiências nutricionais em tenra idade influenciam os hábitos nutricionais que persistirão na idade adulta.



Por esse motivo, a educação nutricional deve ser contínua, eficaz e direcionada a todos os membros da família (até mesmo porque os hábitos alimentares dos pais têm efeito direto ou indireto nos estilos alimentares dos filhos), e principalmente no ambiente escolar incluindo as seguintes etapas: oferta de educação, aquisição de conhecimento, formação de atitudes e desenvolvimento de comportamentos.

A escola é vista como um local promissor para a promoção da saúde devido à sua capacidade de atingir públicos-alvo importantes. Os alunos passam cerca de cinco

¹ Neofobia alimentar, considerada o medo de alimentos novos, é um comportamento caracterizado pela rejeição ou recusa de alimentos não familiares. Trata-se de uma resistência individual em comer e/ou experimentar "novos" alimentos, ou seja, alimentos diferentes do padrão habitual de consumo.

horas diárias por semana na escola, o que a torna, portanto, uma instituição-chave para sua socialização, inclusive no que diz respeito ao comportamento alimentar. Com o apoio da escola, o aluno pode manter exercícios e uma dieta saudável com mais facilidade, pois sua promoção da saúde pode fomentar normas e valores positivos entre os eles.

Alimentação: papel da escola na alimentação

O desenvolvimento de intervenções alimentares, com vistas à promoção de uma alimentação saudável entre crianças no ambiente escolar é vista como um recurso importante para uma maior qualidade de vida. Evidências de que as intervenções nas escolas podem ser eficazes na promoção de uma alimentação saudável são encontradas no trabalho de Amini et al. (2016) que trouxe dados positivos de uma intervenção na escola que incluiu educação nutricional e aumento da atividade física para incentivo e modificação do estilo de vida dos pais, e trouxe uma mudança nos alimentos vendidos nas cantinas das escolas e melhora significativa no índice de massa corporal (IMC) entre os alunos do ensino fundamental.

Em todo mundo as intervenções no ambiente escolar para promover uma nutrição mais saudável entre as crianças têm recebido considerável atenção dos pesquisadores nos



últimos anos - embora estejam longe de ser um consenso sobre quais são as maneiras mais eficazes de aproveitar ao máximo o potencial das escolas para contribuir para uma saúde melhor por meio

de ações baseadas na alimentação.

Mas é o ambiente que faz a diferença? É a educação ou a atenção geral dada à comida e à alimentação que desempenha o maior papel? As estratégias de intervenção alimentar e nutricional na escola têm testemunhado uma mudança gradual da orientação do conhecimento para a orientação comportamental e do foco no indivíduo para o ambiente alimentar.

Anderson et al. (2018) ressaltam que o ambiente alimentar desempenha um papel muito maior no comportamento do que se acreditava originalmente. As intervenções baseadas na escola podem, *a priori*, ser consideradas um método eficaz para promover uma alimentação melhor ao nível da população, pois as escolas alcançam um grande número de participantes em diversos grupos étnicos e não atinge apenas as crianças, mas também os funcionários da escola, familiares e também membros da comunidade.

Para Florence et al. (2008) as escolas podem ser consideradas locais protegidos onde certas regras se aplicam e onde políticas de prioridade pública podem ser implantadas com relativa facilidade. Além disso, são espaços profissionais onde a aprendizagem e a formação estão no centro das atividades e orientadas por uma equipa qualificada e profissional.

Como tal, representam um ambiente social poderoso com potencial de promover e fornecer educação e nutrição saudáveis. Além do potencial para criar saúde e comportamentos saudáveis, a boa nutrição na escola tem, de acordo com outros estudos, o potencial de aumentar os resultados educacionais e o desempenho académico (FLORENCE et al., 2008).

Assim, é necessária uma visão geral atualizada, bem como uma análise mais detalhada das iniciativas, a fim de desenvolver nossa compreensão da natureza dos mecanismos pelos quais a escola pode contribuir para a formação de um comportamento alimentar mais saudável entre crianças e adolescentes.

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR: PAPÉIS E PERSPECTIVAS NO DESENVOLVIMENTO DE BONS HÁBITOS ALIMENTARES

A literatura voltada para o processo alimentar sempre destacou que a nutrição é uma grande influência ambiental no crescimento e desenvolvimento físico e mental na infância. Os hábitos alimentares durante a infância podem influenciar as preferências e práticas na vida adulta e algumas evidências sugerem um rastreamento, de regular a moderado, dos hábitos alimentares nesse período até a adolescência (FERREIRA, 2013).

Existem medidas de política e educação que são muito úteis em ambientes específicos como locais de trabalho, hospitais, repartições públicas ou pontos

estratégicos para influenciar a mudança de atitudes em relação aos cuidados de saúde. No entanto, as escolas ainda são os lugares que fornecem a maneira mais eficaz e eficiente de atingir um grande segmento da população: crianças, adolescentes, jovens, funcionários, famílias e membros da comunidade (SANTOS et al., 2012).

As escolas são locais promissores para a promoção da saúde devido à sua capacidade de atingir públicos-alvo importantes. As crianças passam cerca de cinco horas de seus dias de semana na escola. As escolas, portanto, servem como uma instituição-chave para sua socialização, inclusive no que diz respeito ao comportamento alimentar. Com o apoio de suas escolas, os alunos podem manter exercícios e uma dieta saudável com mais facilidade (PITTMAN et al., 2012).

O trabalho de Amini et al. (2016), por exemplo, conseguiu demonstrar que uma intervenção na escola incluindo educação nutricional, aumento da atividade física e incentivo à modificação do estilo de vida dos pais, trouxe uma mudança nos alimentos vendidos nas cantinas das escolas e conduziu a uma melhora significativa na massa corporal índice (IMC) entre alunos do ensino fundamental.

No entanto, qualquer intervenção escolar destinada à promoção da saúde pode ter efeito limitado quando há falta de motivação e compromisso entre os gestores escolares e professores, até mesmo porque uma grande dificuldade para promover uma alimentação saudável entre crianças e adolescentes é que a maioria desses alunos considera a alimentação saudável enfadonha e desagradável (BLAINE et al., 2017).

Assim, explica Marin et al. (2009), pelo fato das estratégias educacionais incluírem esforços para aumentar a conscientização sobre a saúde, a comunicação e a construção de habilidades, elas devem ser relevantes para os objetivos do programa e levar em consideração o que as crianças já sabem e podem fazer.

Para Zota et al. (2008) a alimentação saudável não é apenas um fator da qualidade nutricional dos alimentos selecionados e consumidos, mas também o ambiente em que ocorre a seleção e o consumo. As escolhas alimentares não são feitas isoladamente, mas são influenciadas pelo ambiente e seus diversos contextos e influências.

Estudos de Gold et al. (2016) apontam que uma boa alimentação contribui para melhorar o bem-estar das crianças e seu potencial de aprendizagem, contribuindo para um melhor desempenho escolar. Crianças e jovens que aprendem hábitos alimentares saudáveis são estimulados a praticar atividades físicas, a evitar o tabagismo e a aprender a controlar o estresse, além de desenvolverem potencial para redução do impacto de doenças crônicas na vida adulta.

Dessa forma, afirma Cunha et al. (2013), a educação nutricional tornou-se um elemento chave para a promoção de uma alimentação saudável ao longo da vida e de comportamentos de exercício já nas primeiras fases da vida, pois as crianças pequenas não escolhem o que comem, mas seus pais decidem e preparam a comida para elas.

Porém, exemplifica Anderson et al. (2018), para ter sucesso, a educação nutricional precisa ser incorporada ao currículo escolar, envolvendo ativamente professores, familiares e outros profissionais da comunidade. Na escola a educação nutricional deve focar não apenas no fornecimento de informações nutricionais, mas também no desenvolvimento de habilidades e comportamentos relacionados a áreas como preparação, preservação e armazenamento de alimentos; aspectos sociais e culturais da alimentação e uma alimentação melhorada.

Assim, as intervenções ambientais, componentes importantes dos programas voltados para uma alimentação saudável no ambiente escolar, terão mais possibilidades de sucesso e mais possibilidades de mudanças no comportamento dos alunos e no fornecimento de alimentos e incentivos na estrutura relacionada à nutrição infantil.

Da mesma forma, explica Cunha et al. (2013), a implementação de um programa de alimentação saudável, um processo complexo e geralmente lento, depende das características dos professores, dos materiais educacionais disponíveis e do apoio fornecido pelos gestores, coordenadores e pedagogos que auxiliarão e fiscalizarão os passos da implementação dentro do currículo escolar.

Em relação ao componente família Cunha et al. (2013) ressalta que o envolvimento dos pais ajuda a aumentar a eficácia da implementação dos programas

para crianças mais novas. Os objetivos do componente família em programas de alimentação saudável no ambiente escolar se concentram em estimular a conscientização para estimular a variedade na dieta e a disponibilidade de alimentos saudáveis em casa.

A PONTE ENTRE A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E O PROJETO POLÍTICO PEDAGÓGICO (PPP)

O Projeto Político Pedagógico um instrumento que reflete a proposta educacional da escola, é um instrumento que também deve ser utilizado pela escola para se desenvolver um trabalho coletivo na direção de se construir uma mentalidade, cujas responsabilidades pessoais e coletivas deverão ser assumidas para execução dos objetivos estabelecidos em prol da comunidade escolar e população local.

Um bom exemplo disso é poder vinculá-lo a uma parceria entre os atores envolvidos no processo de se alcançar uma alimentação saudável através dos produtos da agricultura familiar (agricultores familiares, gestor escolar, membros do Conselho de Alimentação Escolar [CAE], professores, cozinheiras, alunos, poder público, nutricionistas), conduzindo-os ao diálogo, sabendo o que pensam esses diferentes atores sociais em relação ao processo da aquisição de alimentos da agricultura familiar para a alimentação escolar, após a implementação da Lei n. 11.947/09 que transformou a letra da lei em realidade (BRASIL, 2009).

Nesse sentido Triches e Kilian (2016) lembram que o processo de implementação do Artigo 14 da Lei nº 11.947/09 está estritamente relacionado à emergência de mudanças, de maneira que acaba por envolver as noções de interfaces, domínios e arenas, nos quais a consciência prática e discursiva dos atores é mobilizada para "impor" suas vontades e suas regras aos outros atores.

Logo, destaca Giddens (2009), no momento em que são estabelecidas interfaces entre os atores sociais, é possível se verificar os vários tipos de conhecimento existentes, os que surgem no encontro de horizontes, e como se efetiva a incorporação de nova informação e de novos marcos discursivos ou culturais.

O Ministério da Educação, através da criação das diretrizes que regem o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação e conseqüentemente o PNAE e o CAE

determina que o controle social venha ao encontro da necessidade de inovação, tornando-se para isso uma mudança na cultura política.

Trata-se de uma ação organizada, sistemática da sociedade civil sobre o Estado, de um direito público e subjetivo que não se limita ao atendimento dos direitos pessoais, cujo desenvolvimento do seu trabalho leva o controle social a uma luta constante contra o tradicionalismo de pessoas e setores - uma realidade presente em grande parte das fiscalizações no que se refere à aplicação de recursos públicos. Porém, é por meio deste rompimento e inserção de novas visões e interesses que se espera estar garantida a prática da cidadania com envolvimento e fiscalização (BRASIL, 2009).

Machado e Medeiros (2007) entende que através do controle social começa o processo de descentralização na gestão das escolas resultando numa maior aproximação das políticas e dos serviços públicos à população. Dessa forma, se evidenciar a atuação e pontos de vista de gestores, conselheiros e atores do processo de alcance de uma alimentação saudável através dos produtos da agricultura familiar, suas motivações, necessidades e interesses, dificuldades encontradas e estratégias utilizadas para implementação e execução do PNAE, é fundamental na medida em que são produzidos elementos para diminuir a distância e as diferenças que ainda existem na execução de programas e políticas públicas.



Após analisar os impactos de uma alimentação saudável no ambiente escolar como forma de promoção da qualidade de vida e saúde do aluno, desenvolvemos algumas sugestões de atividades que visam investigar as evidências da eficácia da promoção de uma alimentação saudável nas escolas, relacionadas a resultados de saúde, com base em evidências científicas.

A



Sugestões de atividades sobre alimentação para serem desenvolvidas com os alunos do ensino fundamental:

Lista de compras



PÚBLICO ALVO: 1º ao 5º ano, podendo ser adaptado para 6º ao 9º ano

OBJETIVOS DA ATIVIDADE: Avaliar os hábitos alimentares das crianças.

MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS: Figuras de alimentos (ou alimentos de plástico) que contemplem todos os grupos de alimentos (cereais, pães, raízes e tubérculos; frutas; hortaliças; leguminosas; carnes e ovos; leite e derivados; açúcares e doces e óleos e gorduras); Sacolas de plástico, papel para representar dinheiro com valores diferentes.

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE: Em um primeiro momento, as crianças devem receber orientações sobre os grupos de alimentos a serem apresentados nas figuras. Em seguida, solicitar às crianças que “comprem” os alimentos que mais comem no almoço e no lanche. Depois das compras feitas, as crianças juntamente com o educador discutem as escolhas feitas, com isso, o educador pode avaliar os hábitos alimentares das crianças e instruí-las acerca da importância de consumir alimentos saudáveis, como: você terá energia e força para brincar, estudar e crescer de forma saudável, além de orientar que não precisa gastar muito para comer bem e de forma saudável. Caso contrário, você pode ficar doente e fraco com facilidade, pela falta de vitaminas, fibras e minerais, emagrecer e não ter disposição para correr, brincar e pular.

Adaptado para o fundamental II: realizarem lista de compras para uma semana e organizar os cardápios diários, de acordo com os grupos de macronutrientes encontrados nos alimentos.

Oficina de sucos

PÚBLICO ALVO: Fundamental I e II

OBJETIVOS DA ATIVIDADE: Estimular o aumento do consumo de sucos naturais no dia-a-dia das crianças.

MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS: Frutas, liquidificador, faca, açúcar, copos.

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE: Primeiramente, solicitar às crianças



que traga uma fruta para o dia da oficina, de forma que as meninas tragam uma fruta e os meninos outra. Os sucos serão preparados com o auxílio de alguns alunos. Durante o preparo, as crianças receberão explicações sobre a higienização das frutas antes do preparo e quanto à importância de consumir sucos naturais de frutas e verduras exemplificando algumas delas: Laranja – é rica em vitamina C, um nutriente essencial ao organismo, pois sua ausência pode levar a uma doença (Escorbuto) que leva ao enfraquecimento dos ossos e gengivas, provocando até a queda dos dentes. Ela contém grande quantidade de fibras que ajudam no bom funcionamento do intestino. Cenoura – possui excelentes quantidades de vitamina C, k e A, que é importante para proteger a visão de doenças graves. Na sua carência, podem aparecer alguns sintomas, como, a pele seca, fissura nos lábios, entre outras. De modo geral, os sucos de frutas e verduras são bebidas importantes, pois além de fornecer água e nutrientes para o corpo eles possuem baixas calorias quando não adoçados.

Alimentação Saudável



PÚBLICO ALVO: Fundamental II

OBJETIVOS DA ATIVIDADE: Mostrar a importância de realizar todas as refeições no dia.

MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS: Folha A4, lápis.

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE: Entregar uma folha em branco para cada adolescente e pedir que escrevam tudo o que comeram no dia anterior. Se não tiver realizado alguma refeição, deixar em branco o espaço. Explicar a importância de realizar todas as refeições diariamente com horários preestabelecidos. Após a explicação, pedir aos participantes que analisem suas refeições do dia e com a ajuda do educador, visualizar quais as possíveis opções de substituição e no caso de ter pulado as refeições, incluir uma opção saudável, como uma porção de fruta, um iogurte, uma porção de suco natural. REFERÊNCIAS PARA A ATIVIDADE (fontes de conteúdo, publicações ou sites): Acesso em: 22 Fev.2015. Acesso em: 22 Fev. 2015. ATIVIDADE 10 Exemplo um cardápio saudável: Café da manhã : Leite, Pão integral com manteiga, uma porção de mamão; Lanche da manhã: Iogurte natural ou de frutas; Almoço: Salada de Couve e tomate, Carne cozida, Cenoura e Abóbora refogadas, Arroz, Feijão, Banana como sobremesa; Lanche da tarde: Sanduíche natural (pão, alface, tomate, queijo, cenoura e frango desfiado com requeijão, Suco natural de laranja; Jantar: Salada de acelga e tomate, Omelete com espinafre, purê de batata, Arroz, Feijão, maçã como sobremesa.

Oficina de Culinária regional

PÚBLICO ALVO: Fundamental I e II

OBJETIVOS DA ATIVIDADE: Disseminar o conhecimento de variedades de frutas e hortaliças específicas da região Centro Oeste.

MATERIAIS DE APOIO NECESSÁRIOS:

Ingredientes das receitas escolhidas pelos alunos.

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE: Primeiramente, o educador apresentará a turma exemplos de frutas regionais da região Centro-Oeste. Selecionar e discutir receitas propostas nos sites de referências abaixo.

Realizar uma gincana dividindo a turma em dois grupos,

cada grupo deverá apresentar uma proposta de uma receita que contenha pelo menos um ingrediente que seja um alimento regional. Marcar um dia para cada grupo desenvolver sua receita na cozinha da escola juntamente com as manipuladoras de alimentos da escola a fim de ensiná-las a receita. Ao final de cada preparação, realizar uma votação para a escolha da melhor receita que posteriormente será desenvolvida pelas manipuladoras para servir como lanche da escola.



REFERÊNCIAS

ALLISON, F; DRUIN, F; CHIPMAN, G. et al. **Quão jovens podem ser nossos parceiros de design de tecnologia?** PDC (2002), p.272-277, 2002.

AMINI, M; DJAZAYERY, A; MAJDZADEH, R. et al. (2016) **A school-based intervention to reduce excess weight in overweight and obese primary school students.** Biological Research for Nursing 18(5): pp.531-540.

ANDERSON, M. L; GALLAGHER, J; RITCHIE, E. R. **School meal quality and academic performance.** J. Public Econ. 2018, 168, pp.81-93.

BANDEIRA, L. M. **Formação à distância para conselheiros de alimentação escolar: elaboração, aplicação e avaliação.** Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana) – Universidade de Brasília, Brasília – DF, 2012.

BELL, J; ROGERS, V. W; DIETZ, W. H et al. **Rodadas principais do CDC: Obesidade infantil.** Relatório Semanal de Morbidade e Mortalidade, 60 (2), p.42-46, 2011.

BLAINE, R. E; FRANCKLE, R. L; GANTER, C. et al. (2017) **Using school staff members to implement a childhood obesity prevention intervention in low-income school districts: The Massachusetts Childhood Obesity Research Demonstration (MA-CORD Project)**, 2012–2014. *Preventing Chronic Disease*: 14(E03). Published online 2017 Jan 12. Doi: 10.5888/pcd14.160381. Acesso em agosto de 2021.

BRASIL. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)**. Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da Alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola. *Diário Oficial da União*. Seção 1, p. 2, 2009.

BUNDY, D; BURBANO, C; GROSH, M; GELLI, A; JUKES, M; DRAKE, L. **Rethinking school feeding: social safety nets, child development, and the education sector**. Washington (DC): The World Bank; 2009. (Directions in development. Human development, vol. 48742). Disponível em: <http://www-wds.worldbank.org/external/2009/1010ficial1.pdf>. Acesso em 2021.

CUNHA, D. B; DE SOUZA, B. S. N; PEREIRA, R. A et al. **Eficácia de uma intervenção escolar randomizada envolvendo famílias e professores para prevenir o ganho excessivo de peso entre adolescentes no Brasil**. *PLoS ONE* 2013, 8, e57498.

FERREIRA, O. I. T. **Saúde Alimentar, Nutricional e Ambiental: um Desafio da Educação Escolar em Goiânia**. 68p. Dissertação de Mestrado. PONTIFÍCIA Universidade Católica de Goiás - Ciências Ambientais e Saúde, Goiás. 2011. Acesso em agosto de 2021.

FLORENCE, M. D; ASBRIDGE, M; VEUGELERS, P. J. **Diet Quality and Academic Performance**. *J. Sch. Health* 2008, 78, pp.209–215.

GIDDENS, A. **A constituição da sociedade**. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

GOLD, A; LARSON, M; TUCKER, J et al. Classroom Nutrition Education Combined With Fruit and Vegetable Taste Testing Improves Children's Dietary Intake. *J. Sch. Health* 2017, 87, pp.106–113. Acesso em agosto de 2021.

KRISTJANSSON, E; ROBINSON, V; PETTICREW, M. **School feeding for improving the physical and psychosocial health of disadvantaged students**. *Cochrane Database Syst Rev*. 2006;1. doi:10.4073/csr.2006.

MARIN, T. et al. **Educação Nutricional e Alimentar: por uma correta formação dos hábitos alimentares**. *Revista F@pciência*, Apucarana-PR, ISSN 1984-2333, v.3, n. 7, pp.72-78, 2009.

MATURANO, E. M; LOUREIRO, S. R. **O desenvolvimento socioemocional e as queixas escolares**. Em: A. Del Prette, Z. A. P. Del Prette. (Orgs.), *Habilidades Sociais*,

desenvolvimento e aprendizagem: Questões conceituais, avaliação e intervenção. p.257. Campinas: Alínea, 2003.

MUSHER-EIZENMAN, D. M; HOLUB, S. (2007). **Comprehensive feeding practices questionnaire: Validation of a new measure of parental feeding practices.** Journal of Pediatric Psychology, 32(8), pp.960-972, 2007.

PITTMAN, D. W; PARKER, J. S; GETZ, B. R et al. Cost-free and sustainable incentive increases healthy eating decisions during elementary school lunch. **International Journal of Obesity**, 2012, 36(1): pp.76-79.

SANTOS, L. A. S. et al. O nutricionista no programa de alimentação escolar: avaliação de uma experiência de formação a partir de grupos focais. **Revista de Nutrição**. Campinas, 25(1): pp.107-117, jan./fev., 2012.

SCHNEIDER, M. J. **A participação da agricultura familiar na defesa do direito à alimentação escolar saudável no Município de Missal - Paraná.** Dissertação apresentada a Universidade Estadual do Oeste do Paraná como parte das exigências do Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Desenvolvimento Rural Sustentável, 2014.

SKINNER, B. F. **Ciência e comportamento humano** (11^a ed.). Tradução organizada por J. C. Todorov. R. Azzi. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

SOUZA, P. **Dilemas e contradições para a promoção da alimentação saudável na percepção de mães de escolares com excesso de peso.** Dissertação (Mestrado - Programa de Pós-Graduação em Ensino em Saúde) apresentada à Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

TERENCE, M; DOVEY, P. A; STAPLES, E et al. **Neofobia alimentar e 'exigente/exigente' em crianças: uma revisão.** Appetite 50. p.181-193, 2008.

TRICHES, R. M; KILIAN, L. **Papel dos atores sociais na aquisição de produtos da agricultura familiar para alimentação escolar em Municípios Paranaenses.** Redes (St. Cruz Sul, Online), v. 21, nº 3, p. 159 - 179, set./dez. 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.17058/redes.v21i3.7055>.

YING-YU, C; YIP, J; ROSNER, D. et al. **Luzes, música, selos! Avaliando os materiais tangíveis das refeições para crianças em idade pré-escolar.** Nos Anais da Décima Terceira Conferência Internacional sobre Interação Tangível, Incorporada e Incorporada - TEI '19. p.127-134, 2019.

ZOTA, D; DALMA, A; PETRALIAS, A. et al. Promotion of healthy nutrition among students participating in a school food aid program: A randomized trial. **Int. J. Public Health** 2016, 61, pp.583-592. Acesso em agosto de 2021.