

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

LÍVIA FRANÇA COSTA

**QUALIDADE NUTRICIONAL E ACEITABILIDADE DA MERENDA
ESCOLAR NAS ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DE UM
MUNICÍPIO DO INTERIOR DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**

SÃO MATEUS-ES

2021

LÍVIA FRANÇA COSTA

QUALIDADE NUTRICIONAL E ACEITABILIDADE DA MERENDA
ESCOLAR NAS ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DE UM
MUNICÍPIO DO INTERIOR DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

Projeto apresentado ao Programa de Pós-Graduação Stricto Senso, Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação da Faculdade Vale do Cricaré, como parte dos requisitos para obtenção do Título de Mestre.

Orientador(a): Luciana Barbosa Firmes Marinato

SÃO MATEUS-ES

2021

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

Faculdade Vale do Cricaré – São Mateus – ES

C837q

Costa, Lívia França.

Qualidade nutricional e aceitabilidade da merenda escolar nas escolas de educação infantil de um município do interior do estado do Espírito Santo / Lívia França Costa – São Mateus - ES, 2021.

70 f.: il.

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

Orientação: prof^a. Dr^a. Luciana Barbosa Firmes Marinato.

1. Educação infantil. 2. Merenda escolar. 3. Segurança alimentar. 4. Crianças - Nutrição. I. Marinato, Luciana Barbosa Firmes. II. Título.

CDD: 371.716

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

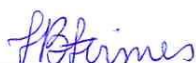
LIVIA FRANÇA COSTA

**QUALIDADE NUTRICIONAL E ACEITABILIDADE DA MERENDA
ESCOLAR NAS ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DE UM
MUNICÍPIO DO INTERIOR DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciência, Tecnologia e Educação da Faculdade Vale do Cricaré (FVC), como requisito parcial para obtenção do título de Mestra em Ciência, Tecnologia e Educação, na área de concentração a Ciência, Tecnologia e Educação.

Aprovada em 17 de novembro de 2021.

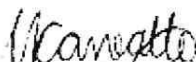
COMISSÃO EXAMINADORA



Profa. Dra. Luciana Barbosa Firmes Marinato
Faculdade Vale do Cricaré (FVC)
Orientadora



Prof. Dr. Daniel Rodrigues Silva
Faculdade Vale do Cricaré (FVC)



Profa. Dra. Mayara Medeiros de Freitas Carvalho
Centro Universitário de Caratinga (UNEC)

RESUMO

Os maus hábitos alimentares respondem por uma proporção significativa da carga global de doenças, contribuindo para o sobrepeso e a obesidade e para o risco de doenças não transmissíveis. A escola é essencial não apenas no processo de aprendizagem, tendo em vista o compromisso que possui perante a sociedade de proporcionar aos educandos um desenvolvimento em todas as áreas, cognitiva e principalmente afetiva, pois o aluno que é desenvolvido saudavelmente apresenta mais maturidade e tem um aproveitamento de aprendizagem superior àqueles que apresentam dificuldades no desempenho das atividades escolares. Nesse sentido, este estudo tem por objetivo investigar a qualidade nutricional e aceitabilidade da merenda escolar em um município do interior do estado do Espírito Santo. Ao final da pesquisa, foi proposta uma cartilha destinada aos pais com material educativo sobre a bons hábitos alimentares. Este estudo foi desenvolvido por meio de entrevistas à nutricionista e merendeiras da rede de escolas municipais do município de Presidente Kennedy-ES. Constatou-se que os cardápios oferecidos no município são elaborados respeitando as faixas etárias, a cultura local e os costumes alimentares das crianças, sendo organizados mensalmente e, sempre que alimentos novos são inseridos nas refeições, são realizados testes de aceitabilidade, pra que não ocorra rejeição por parte dos alunos e que os alunos aceitam muito bem a alimentação oferecida nas escolas, consumindo frutas, verduras e legumes frescos diariamente, desde o berçário, considerando-a deliciosa. Assim, estas crianças são estimuladas ao consumo de alimentos nutritivos desde muito pequenas, criando hábitos saudáveis que, provavelmente, perdurarão ao longo de toda a vida. Concluiu-se que os hábitos de nutrição para toda a vida e as lições que as crianças adquirem nos programas de alimentação escolar não terminam com uma alimentação melhor. Um currículo de sistemas alimentares deve promover a compreensão sobre a origem dos alimentos e os ciclos naturais que os produzem. A maneira como as refeições são servidas faz parte do currículo oculto que diz aos alunos o que a escola realmente acredita sobre a comida. Por fim, um programa nutricional de sucesso também precisa envolver os pais, além de motivar as crianças com aulas de culinária para que cultivem ou preparem os alimentos que comem, tornando esses alimentos mais atraentes, o que tem sido feito na rede municipal.

Palavras-chave: Educação Infantil, Alimentação Escolar, Segurança Alimentar.

ABSTRACT

Poor eating habits account for a significant proportion of the global disease burden, contributing to overweight and obesity and the risk of non-communicable diseases. The school is essential not only in the learning process, given the commitment it has to society to provide students with development in all areas, cognitive and especially affective, because the student who is developed healthily presents more maturity and has a learning achievement superior to those who have difficulties in performing school activities. In this sense, this study aims to investigate the quality and acceptability of school meals in a city in the interior of the state of Espírito Santo. At the end of the research, a booklet for parents with educational material on good eating habits will be proposed. This study will be developed through interviews with nutritionist and lunch ladies from the municipal school network in the city of Presidente Kennedy-ES. It was found that the menus offered in the city are prepared respecting the age groups, the local culture and the children's eating habits, being organized monthly and, whenever new foods are included in the meals, acceptability tests are carried out, so that they do not occur rejection by students and that students accept very well the food offered in schools, consuming fresh fruits, vegetables and vegetables daily, from the nursery, considering it delicious. Thus, these children are encouraged to consume nutritious foods from an early age, creating healthy habits that will probably last throughout their lives. It was concluded that lifelong nutrition habits and the lessons children learn from school feeding programs do not end with better eating. A food systems curriculum should promote an understanding of the origin of foods and the natural cycles that produce them. How meals are served is part of the hidden curriculum that tells students what the school really believes about food. Finally, a successful nutritional program also needs to involve parents, in addition to motivating children with cooking classes to grow or prepare the foods they eat, making these foods more attractive, which has been done in the municipal network.

Keywords: Child Education, School Feeding, Food Security.

LISTA DE SIGLAS

CAISAN	Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional
CONSEA	Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
FNDE	Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
IMC	Índice de Massa Corporal
OMS	Organização Mundial da Saúde
PNAE	Programa Brasileiro de Alimentação Escolar

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
1.1 OBJETIVOS	9
1.1.1 Objetivo geral	9
1.1.2 Objetivos específicos	9
1.2 JUSTIFICATIVA	10
2 REFERENCIAL TEÓRICO	12
2.1 SEGURANÇA ALIMENTAR: DESNUTRIÇÃO E OBESIDADE	12
2.2 EDUCAÇÃO NUTRICIONAL	14
2.3 A ESCOLA E A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL	18
2.5 IMPORTÂNCIA DA NUTRIÇÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL	20
3 METODOLOGIA	26
3.1 TIPO DE ESTUDO	26
3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA	26
3.3 COLETA DE DADOS	27
3.4 ANÁLISE DOS DADOS	27
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	29
4.1 O PROCESSO DE ELABORAÇÃO DOS CARDÁPIOS PELAS NUTRICIONISTAS	29
4.2 ACEITABILIDADE DA ALIMENTAÇÃO OFERECIDA NAS ESCOLAS	36
5 PRODUTO EDUCACIONAL	41
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	43
REFERÊNCIAS	45
APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	50
APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO NUTRICIONISTAS	53
APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO MERENDEIRAS	54
APÊNDICE D – PRODUTO EDUCACIONAL	55
ANEXO A – CARTA DE ANUÊNCIA	66
ANEXO B – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA	67

1 INTRODUÇÃO

O desenvolvimento biopsicossocial humano abrange variadas conotações, incluindo aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais. Assim, o desenvolvimento humano refere-se ao desenvolvimento mental, ao crescimento orgânico e os aspectos que o envolvem: físico-motor, que diz respeito ao crescimento orgânico; à maturação neurofisiológica; o intelectual, que é a capacidade de pensamento, raciocínio; o afetivo-emocional, que é a forma particular do indivíduo integrar as suas experiências, e, por fim, o aspecto social, que é como o indivíduo reage diante das situações que envolvem outras pessoas (MONTEIRO, 2016).

Apesar da proliferação de programas e sites sobre culinária e alimentação saudável, altos níveis de comportamento alimentar abaixo do ideal têm sido comuns, com baixos níveis de ingestão de frutas e vegetais, ingestão inadequada de nutrientes importantes e alta ingestão de alimentos pobres em nutrientes com alta densidade energética em todas as faixas etárias (NASCIMENTO; GABE; JAIME, 2019).

O comportamento alimentar menos saudável é um fator importante subjacente à alta prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, incluindo doenças cardiovasculares e diabetes mellitus e taxas crescentes de obesidade. Os primeiros sinais dessas doenças crônicas e fatores de risco estão cada vez mais sendo identificados em crianças e adolescentes, enfatizando a importância de promover e apoiar o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis desde a infância (CERVATO-MANCUSO et al., 2013).

No Brasil, de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde, em 2019, 60,3% dos adultos apresentam excesso de peso (Índice de Massa Corporal – IMC >25 Kg/m²), não havendo diferença significativa entre os indivíduos que vivem na cidade ou no campo. As mulheres apresentam maior prevalência, com 62,6%, enquanto nos homens a porcentagem está em torno de 57,5%. Entre crianças e adolescentes, apresentam excesso de peso 28,1% das crianças com idade entre 5 e 9 anos; 14,8% de crianças com idade inferior a 5 anos; e 28% dos adolescentes (IBGE, 2019).

Os maus hábitos alimentares respondem por uma proporção significativa da carga global de doenças, contribuindo para o sobrepeso e a obesidade e para o risco de doenças não transmissíveis. A prevalência de doenças crônicas atinge

especialmente grupos com baixo nível socioeconômico e, segundo Soares et al. (2018), a desigualdade social está associada a uma menor qualidade da dieta.

Para Nascimento, Gabe e Jaime (2019), permitir que todas as crianças estabeleçam hábitos alimentares saudáveis precocemente e proporcionar um ambiente favorável para uma dieta equilibrada é, portanto, fundamental para a promoção da saúde pública. Nesse contexto, a merenda escolar pode atingir crianças de todas as classes socioeconômicas e representar uma proporção considerável do consumo alimentar infantil durante um longo e crítico período de crescimento, apresentando, portanto, um grande potencial para contribuir com a promoção de hábitos alimentares saudáveis em todas as crianças, reduzindo as desigualdades sociais na saúde em longo prazo.

A escola é essencial não apenas no processo de aprendizagem, tendo em vista o compromisso que possui perante a sociedade de proporcionar aos educandos um desenvolvimento em todas as áreas, cognitiva e principalmente afetiva, pois o aluno que é desenvolvido saudavelmente apresenta mais maturidade e tem um aproveitamento de aprendizagem superior àqueles que apresentam dificuldades no desempenho das atividades escolares (MARTINEZ, 2010).

Segundo Soares et al. (2018), a escola representa um ambiente eficaz para intervenções voltadas a influenciar as escolhas alimentares das crianças em um momento em que os hábitos alimentares são desenvolvidos e continuam a seguir uma trajetória estabelecida ao longo da vida. As crianças consomem em média 40% da quantidade total de energia durante o horário escolar e muitas vezes os tipos de alimentos consumidos são ricos em gordura saturada, açúcar e sal (leite com chocolate, bolos e salsichas). Entretanto, esse tipo de alimentos e bebidas prejudica as diretrizes dietéticas e encoraja a noção de que podem ser consumidos todos os dias, em vez de ocasionalmente.

A alimentação das crianças é determinada por muitos fatores socioeconômicos e culturais, incluindo o ambiente doméstico e escolar. A merenda escolar desempenha um papel importante na segurança alimentar de crianças, especialmente daquelas socioeconomicamente menos favorecidas e a alimentação oferecida nas escolas contribui significativamente para a ingestão geral de alimentos saudáveis (ROSSI et al., 2019).

A ênfase no papel da família na promoção de uma alimentação saudável é sustentada por uma compreensão do contexto social e cultural que molda o preparo,

o compartilhamento e a ingestão de alimentos. De acordo com Moreira et al. (2012), mudanças saudáveis nos padrões alimentares de uma criança são reforçadas se a família também compartilhar as mesmas influências e modelar as mudanças de comportamento. A questão que isso coloca é como influenciar os padrões alimentares da família. Apesar do papel importante que as mulheres tradicionalmente desempenham na preparação de alimentos, pais e filhos também têm demonstrado um impacto importante nas escolhas alimentares da família.

Reis et al. (2011) defendem que um envolvimento mais eficaz dos pais em programas envolvendo atividades físicas e estratégias de dieta em escolas e ambientes domésticos e comunitários têm maior probabilidade de produzir melhorias sustentáveis e prevenção da obesidade infantil.

Assim, um dos principais desafios é como apoiar e envolver as famílias para fazer mudanças sustentáveis para uma alimentação mais saudável, apesar dos desafios colocados na sociedade contemporânea. Nesse contexto, as escolas são cada vez mais centrais na vida familiar, sendo ambientes amplamente utilizados em programas que visam melhorar a ingestão alimentar de crianças, desde idades menores. Tais programas de nutrição incluem a reintrodução e expansão de uma alimentação escolar adequada, promoção de estilo de vida saudável, melhoria na merenda escolar, com restrições à disponibilidade de alimentos menos saudáveis nas escolas (COSTA; SILVA; RIBEIRO, 2008).

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo geral

Investigar a qualidade nutricional e aceitabilidade da merenda escolar em um município do interior do estado do Espírito Santo.

1.1.2 Objetivos específicos

Verificar, junto aos nutricionistas da secretaria municipal de educação, os fatores considerados no processo de elaboração dos cardápios escolares no município;

Investigar a aceitabilidade da merenda escolar oferecida nas escolas municipais;

Propor uma cartilha com material educativo sobre bons hábitos alimentares, direcionada às famílias dos estudantes.

1.2 JUSTIFICATIVA

A insegurança alimentar está associada à má qualidade da dieta, diminuição do consumo de carnes, frutas e vegetais e aumento do consumo de alimentos processados com alto teor de açúcar e gordura. Segundo Soares et al. (2018), muitos alunos consomem alimentos não saudáveis de *fast food* pelo menos uma vez por semana e, apesar de muitas estarem acima do peso, há um grande percentual de estudantes anêmicos. A insegurança alimentar, combinada com a coexistência de múltiplas formas de desnutrição, pode levar a vários resultados adversos de desenvolvimento, comportamento, emocional e educacional em crianças.

Nessa conjuntura, a disponibilidade de alimentos nas escolas contribui significativamente para a qualidade da dieta das crianças ao aumentar a ingestão de frutas e vegetais, reduzir a ingestão de açúcar e bebidas adoçadas e, subsequentemente, conter o aumento de múltiplas formas de desnutrição entre as crianças, atuando como uma rede de segurança social para diminuir a fome. Ao fornecer uma alimentação saudável, as escolas podem contribuir para limitar a experiência de insegurança alimentar nas famílias, pois no Brasil, as refeições escolares para muitos alunos é a principal refeição diária, impactando positivamente na diversidade da dieta, peso, altura, frequência escolar e desempenho acadêmico (NASCIMENTO; GABE; JAIME, 2019).

Os padrões de nutrição visam fornecer opções mais saudáveis aos alunos durante o dia escolar, em um esforço para combater as taxas consistentemente altas de sobrepeso e obesidade na infância, entendendo que, quando as políticas de alimentação saudável incluem disposições fortes e obrigatórias, os alunos tendem a se beneficiar ao obter acesso a alimentos e bebidas mais saudáveis (REIS et al., 2018).

No Brasil, a política voltada à alimentação escolar exige que os alimentos contenham nutrientes essenciais em níveis que estão minimamente alinhados com os padrões estabelecidos pelas autoridades de saúde pública e as políticas de

aquisição de alimentos especificam detalhes sobre a compra de alimentos e bebidas e estão integralmente vinculadas à implementação bem-sucedida de fortes padrões de nutrição. Vale destacar que as políticas de aquisição de alimentos abordam a compra de produtos cultivados localmente ou aspiram a padrões de nutrição mais saudáveis (ROSSI et al., 2019).

Este estudo se justifica diante do interesse crescente em políticas destinadas a estabelecer as escolas como ambientes promotores de saúde, incluindo educação em saúde no currículo escolar e como locais para uma alimentação saudável, entendendo que os alimentos consumidos em ambientes educacionais contribuem significativamente para a dieta total das crianças e políticas, orientações e regulamentações neste campo tem um potencial considerável de impacto sobre a ingestão alimentar dos alunos.

Também se justifica diante do interesse desta pesquisadora, que atua no setor de nutrição escolar e entende a importância de oferecer uma alimentação não somente nutritiva, mas que possua boa aceitabilidade por parte dos estudantes.

Outro ponto importante se refere à merenda escolar fornecer um elevado percentual das necessidades diárias de nutrientes, reforçando ainda mais a necessidade de uma alimentação escolar saudável. Juntamente com isso, existe uma alta prevalência de obesidade entre crianças e jovens e a influência crítica que as escolas podem exercer no apoio a uma vida ativa, dietas saudáveis e peso corporal e, apesar das muitas iniciativas e políticas governamentais de nutrição com base na escola, incluindo a adoção de padrões nutricionais para as refeições escolares, a eficácia depende de sua implementação.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 SEGURANÇA ALIMENTAR: DESNUTRIÇÃO E OBESIDADE

O mundo está passando por uma rápida transição epidemiológica e nutricional caracterizada por deficiências nutricionais persistentes, evidenciada pela prevalência de baixa estatura, anemia e deficiências de ferro e zinco. Concomitantemente, há um aumento progressivo na prevalência de doenças crônicas relacionadas à nutrição, como obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares e algumas formas de câncer. A obesidade atingiu níveis epidêmicos em países desenvolvidos, onde as maiores taxas de prevalência de obesidade infantil têm sido observadas; no entanto, sua prevalência também está aumentando em países em desenvolvimento (ALBUQUERQUE et al., 2016).

Segundo Coutinho, Gentil e Toral (2008), a desnutrição tem sido associada a um estado de insegurança alimentar, ocasionada principalmente pela pobreza, que leva os indivíduos a terem uma dieta pobre ou inadequada. No entanto, um paradoxo tem sido observado, também considerado no contexto da insegurança alimentar, que é a obesidade ou o estado de supernutrição. Essa condição paradoxal existe porque muitas dietas possuem quilocalorias adequadas para atender ou exceder suas necessidades de energia, mas carecem da qualidade dietética necessária para promover a saúde ideal e prevenir doenças crônicas. Como resultado, o conceito de desnutrição foi expandido para incluir duas subcategorias, a subnutrição e supernutrição, reconhecendo que ambas as condições podem surgir de um suprimento alimentar inadequado

A obesidade infantil é um dos mais sérios desafios de saúde pública do século XXI. O problema é global e está afetando continuamente muitos países de baixa e média renda, especialmente em áreas urbanas. A prevalência aumenta em uma taxa alarmante e, globalmente, estima-se que milhões de crianças e adolescentes possuem excesso de peso. Embora a definição de obesidade e sobrepeso tenha mudado ao longo do tempo, ela pode ser definida como excesso de gordura corporal, não havendo consenso sobre um ponto de corte para excesso de gordura ou sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes (BRASIL, 2014).

Os comportamentos que influenciam o ganho de peso em excesso incluem a ingestão de alimentos e bebidas com alto teor calórico e baixo teor de nutrientes,

uso de medicamentos e rotinas de sono. Não praticar atividade física suficiente e gastar muito tempo em atividades sedentárias, como assistir televisão ou outros dispositivos eletrônicos também pode contribuir para o ganho de peso (BERTIN et al., 2010).

Em contraste, consumir alimentos saudáveis e ser fisicamente ativo pode ajudar as crianças a crescerem e manterem um peso saudável. Equilibrar a energia ou as calorias consumidas de alimentos e bebidas com as calorias queimadas durante a atividade desempenha um papel na prevenção do ganho de peso em excesso. Além disso, a ingestão de alimentos saudáveis e ser fisicamente ativo ajuda a prevenir doenças crônicas, como diabetes tipo 2, alguns tipos de câncer e doenças cardíacas (BRASIL, 2012).

As preferências alimentares das crianças, assim como atividades físicas, são práticas influenciadas diretamente pelos hábitos dos pais, que persistem frequentemente na vida adulta, o que reforça a hipótese de que os fatores ambientais são decisivos na manutenção ou não do peso saudável. A informação genética também se constitui em uma causa suficiente para determinar sobrepeso e obesidade, mas, nem sempre necessária, sendo possível controlar a obesidade através de modificações no micro e macro ambiente em que vivem as pessoas (COUTINHO, 1999).

Embora apareçam na extremidade oposta do espectro, Souza et al. (2014) afirmam que estar acima do peso e desnutrido (e, portanto, abaixo do peso) são características em comum, pois ambas as condições aumentam o risco das crianças de desenvolver doenças graves. Ambas as condições também podem afetar negativamente o desenvolvimento físico, emocional e social.

A desnutrição e a obesidade podem coexistir em todas as regiões do mundo, países e até mesmo em comunidades e famílias menores, sendo referida como dupla carga de desnutrição. No entanto, é importante ressaltar que o acúmulo de gordura e a obesidade também podem induzir distúrbios nutricionais adicionais nos indivíduos afetados, tanto diretamente, por meio de alterações metabólicas e da composição corporal, quanto indiretamente, por doenças agudas e crônicas com impacto negativo no estado nutricional (BRASIL, 2014).

Assim, o monitoramento dos comportamentos alimentares é importante para a identificação precoce de problemas nutricionais entre as crianças, sendo essencial a

educação nutricional, com informações adequadas para um crescimento e desenvolvimento e para o estabelecimento de hábitos alimentares saudáveis.

2.2 EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

A educação nutricional pode ser definida como o conjunto de experiências de aprendizagem destinadas a facilitar a adoção voluntária de alimentação e outros comportamentos relacionados à nutrição que conduzam à saúde e ao bem-estar.

A educação nutricional tem uma visão ampla que engloba estratégias educacionais e apoios ambientais para encorajar a adoção de escolhas e padrões alimentares mais saudáveis e sustentáveis. Vai além de fornecer informações para promover o pensamento crítico, a mudança de atitude e habilidades práticas, bem como ações integradas para facilitar e permitir comportamentos e ambientes alimentares conducentes à saúde, ocorrendo em vários ambientes, tendo como alvo diferentes grupos da população e utilizando uma variedade de canais, ferramentas e materiais (RIGO et al., 2010).

Para Cervato-Mancuso et al. (2013), a promoção da nutrição é uma ferramenta acessível e eficaz no desenvolvimento de práticas e hábitos alimentares saudáveis, levando os indivíduos a atuarem como agentes de mudança para outros segmentos da população, havendo quatro grupos de determinantes que podem ser reconhecidos nessas ações: atitudes, influências sociais percebidas, autoeficácia e auto-representação.

As atitudes são baseadas em uma avaliação subjetiva das consequências ou resultados positivos e negativos esperados do comportamento. Construções intimamente relacionadas são: equilíbrio decisório, expectativas de resultados e ameaça percebida. Mas quais resultados esperados são importantes para a maioria das pessoas ao tomar uma decisão equilibrada sobre o que ingerir? (NASCIMENTO; GABE; JAIME, 2019).

De acordo com Bezerra (2018), sabor, saciedade e prazer são de grande importância para a maioria das pessoas, que comem o que gostam e descartam os alimentos que não gostam. Certas preferências de sabor são inatas, como gostar de doces e não gostar de amargo, no entanto, as preferências de sabor podem ser aprendidas e desaprendidas. A saciedade é um forte reforçador e, portanto, aprende-se rapidamente a gostar e apreciar alimentos com alto teor de energia, mas

o fato de que muitas pessoas gostam do sabor do café e da cerveja ilustra que se pode esquecer a antipatia inata pelos sabores amargos.

O aprendizado de sabores nutritivos significa que as pessoas aprendem facilmente a gostar de alimentos que levam à agradável sensação de saciedade, exemplo de condicionamento operante. Os psicólogos da evolução afirmam que isso faz muito sentido, dado o fato de que aprender a gostar desses alimentos densos em energia aumentou as chances de sobrevivência na longa história da evolução, na qual os tempos de escassez de energia eram muito mais prováveis do que os tempos de abundância. Como a maioria das frutas e vegetais tem baixa densidade energética, as preferências por esses alimentos não são aprendidas tão facilmente (MANÇO; COSTA, 2004).

Duas outras estratégias de aprendizagem de preferência alimentar são exemplos de condicionamento clássico e são referidas como aprendizagem de sabor e aprendizagem de ambiente de sabor. Se um gosto novo e desconhecido for combinado com um gosto pelo qual já existe uma preferência, as pessoas aprenderão mais facilmente a gostar do novo sabor. Quase todos os amantes do café preto e do chá aprenderam a gostar do sabor começando com bebidas açucaradas. Da mesma forma, os sabores aos quais as pessoas são expostas em ambientes físicos e/ou sociais agradáveis também são mais facilmente aprendidos (MANÇO; COSTA, 2004).

Feferbaum et al. (2012) afirmam que as expectativas ou crenças de resultados relacionados à saúde também são importantes na escolha dos alimentos. Saúde geralmente vem em segundo lugar, depois de sabor, quando pessoas são questionadas sobre o que acham importante em sua dieta e escolha de alimentos. Além disso, na prática, as expectativas de saúde podem influenciar significativamente as escolhas alimentares da maioria das pessoas quando se espera que as consequências para a saúde sejam em breve, graves e fáceis de reconhecer. As pessoas podem, portanto, desenvolver rapidamente atitudes negativas em relação aos alimentos aos quais são alérgicas ou intolerantes, ou seja, que literalmente as deixam doentes.

A influência social percebida é a segunda categoria de determinantes e inclui normas subjetivas e normas descritivas. Normas subjetivas são expectativas sobre o que os outros querem que seja feito. Se, por exemplo, alguém espera que seu parceiro e filhos queiram que ela faça uma dieta rica em frutas e vegetais, essa

pessoa ficará mais motivada para isso. As normas descritivas são baseadas no comportamento observado de outras pessoas importantes. Se o parceiro e os filhos de uma pessoa fizerem dietas ricas em frutas e vegetais, é mais provável que ela se sinta motivada a fazê-la (RAMOS; SANTOS; REIS, 2013).

A autoeficácia, ou controle comportamental percebido, é a terceira categoria determinante e se refere à percepção ou confiança nas próprias habilidades para se envolver em determinado comportamento. Uma pessoa que está confiante de que pode reduzir a ingestão de gordura saturada estará mais motivada para fazê-lo. O controle percebido é específico do comportamento e do contexto. Uma pessoa pode, por exemplo, ter grande confiança para se alimentar com menos gordura, mas não para aumentar a ingestão de vegetais; e a confiança para reduzir a gordura pode ser alta para refeições regulares preparadas em casa, mas não para se alimentar fora (BEZERRA, 2018).

Finalmente, as auto-reapresentações ou auto-identidade refletem o que uma pessoa pensa como características importantes e estáveis de si mesma. Essas representações podem influenciar de forma importante a escolha dos alimentos se estiver relacionado aos valores e normas morais pessoais de cada um. As pessoas podem se ver, por exemplo, como preocupadas com a saúde, com o meio ambiente ou amigas dos animais. Essas normas pessoais podem induzir hábitos alimentares específicos, como alimentação saudável, escolha de alimentos cultivados organicamente ou adoção de dieta vegetariana (BEZERRA, 2018).

De acordo com Ramos, Santos e Reis (2013), quando se inicia a educação alimentar desde bem cedo, os resultados são eficazes com a criança, sendo possível reduzir o índice de sobrepeso e a obesidade, além de diminuir as complicações que futuramente possam surgir por conta da doença. A constituição dos hábitos alimentares na infância sofre influência de vários fatores, entre eles os fisiológicos e ambientais. Observa-se que a experiência com diferentes alimentos dá-se desde a gestação e a lactação, mas é a partir dos seis meses de idade que é indicada a introdução de uma alimentação bem variada, sendo aconselhável a oferta de diferentes tipos de alimentos saudáveis, a fim de facilitar a aceitação dos novos alimentos.

A boa nutrição depende de uma dieta regular e equilibrada, ou seja, é necessário fornecer às células do corpo não só a quantidade como também a variedade adequada de substâncias importantes para seu bom funcionamento. O

fracionamento deve ser entre quatro a seis refeições diárias. A consistência deve ser de acordo com a preferência da criança, mas a oferta precisa ser dirigida para os vegetais crus e as frutas com casca e bagaço. Deve-se sempre oferecer líquidos nos intervalos das refeições (LACERDA et al., 2005).

A prevenção da obesidade ocorre pela conscientização dos indivíduos, pela força de vontade de rejeitar diversos tipos de comidas calóricas como doces, frituras entre outras. Entretanto, não basta diminuir as calorias, mas auxiliar que nenhum nutriente falte na alimentação, que associada a uma dieta equilibrada e às práticas de atividade física, auxiliam na redução de peso (DE ANGELIS, 2005).

A modificação de determinados comportamentos na infância e adolescência promove a redução dos riscos de doenças que se manifestam na maturidade. Toral e Slater (2017) afirmam que, para as crianças, a saúde ainda é um conceito bastante abstrato. A educação nutricional deve basear-se em fundamentos concretos, introduzindo cardápios e sugestões criativas e nutritivas. As mudanças devem ser estimuladas, sem imposições. Proibir a ingestão de lanches, geralmente substitutos do jantar, pode ser uma atitude infrutífera. As propostas de educação nutricional, quando incluem atividades práticas, permitem que as crianças estabeleçam contato com o alimento e se tornem responsáveis pelos seus hábitos. Inicialmente, o aconselhamento nutricional pode visar minimizar erros alimentares, apresentando opções mais saudáveis para cardápios e lanches.

A abordagem deve ser multidisciplinar, com equipe de atendimento formada por pediatra, nutricionista, psicólogo e professor de educação física, de forma que o tratamento seja orientado em todos os aspectos que envolvem essa patologia tão complexa e de grande disseminação. É importante realizar, junto às terapêuticas, medidas importantes para o controle, no sentido de um envolvimento único e diferenciado da família e do paciente (VALENTE, 2010).

Com um programa de alimentação equilibrado, montado com orientação médica, crianças não se privarão de ingerir o que gostam e estarão ingerindo todos os nutrientes necessários ao seu desenvolvimento, na medida certa: carboidratos, proteínas, lipídios (gordura), ferro, cálcio, etc. Sob a orientação de profissionais qualificados, serão orientados a fazer atividades físicas adequadas à sua faixa etária e estrutura corporal e perderão peso de maneira compatível com sua altura e sua massa muscular e óssea. E, com a ajuda dos psicólogos, trabalharão sua

autoestima e sua defesa contra a discriminação de que porventura forem vítimas (HALPERN, 2009).

2.3 A ESCOLA E A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

Quando se trata da promoção da nutrição entre os jovens, as escolas podem desempenhar um papel importante na mudança dos hábitos alimentares. Quando as crianças vão para a escola, o controle dos pais na dieta diminui e a alimentação fornecida nas escolas, além da influência dos colegas tornam-se mais importantes. Além disso, o ambiente alimentar escolar é cada vez mais reconhecido como tendo uma influência significativa sobre os comportamentos alimentares das crianças devido à quantidade de tempo em que permanecem neste espaço e ao grande percentual de ingestão de alimentos ali consumidos (BEZERRA, 2018).

Um benefício potencial adicional da promoção da nutrição escolar é que, ao melhorar a nutrição e a saúde das crianças em idade escolar, seu desempenho educacional e de aprendizagem podem ser aprimorados, criando um ambiente de apoio que permite que as crianças façam escolhas alimentares saudáveis que, em última análise, irão reduzir a morbidade e mortalidade futuras associadas ao sobrepeso e obesidade (RAMOS; SANTOS; REIS, 2013).

Abordagens incorporadas em um modelo de escola promotora de saúde estão cada vez mais sendo endossadas como uma forma eficaz de promover a nutrição e a saúde no ambiente escolar em ações que têm sido fortemente apoiadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Além de promover a adoção de um currículo no qual a saúde está especificamente integrada, reconhece a importância das políticas de saúde baseadas na escola, vínculos com os serviços de saúde e parcerias entre escola, família e comunidade (REIS et al., 2011).

As escolas têm a oportunidade de ensinar aos jovens sobre alimentação e nutrição e podem demonstrar a importância de uma dieta balanceada para a saúde futura, proporcionando opções saudáveis na merenda escolar e trabalhando em parceria com os pais e a comunidade em geral. Nesse sentido, as políticas públicas voltadas para a saúde e o ambiente escolar têm grande importância no controle da prevalência da obesidade infantil e melhora das condições nutricionais da população em geral, integrando um campo de ação que consiste em organizar as funções de

cada política, promovendo a recuperação do perfil nutricional de cada indivíduo (REIS et al., 2011).

Em 2006, a Portaria Interministerial nº 1.010, instituiu diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas, direcionada para a Educação Básica (Educação Infantil, Ensino Fundamental e Médio), no qual se baseiam por ações que buscam o estímulo dentro das escolas à produção de hortas, controle do perfil nutricional dos escolares e a restrição do comércio de alimentos com alto teor de açúcar, sal e gorduras trans e incentivo de hortaliças e frutas (REIS et al., 2011).

Todavia, não bastam estas ações quando no próprio ambiente escolar a alimentação das cantinas comercializa produtos industrializados, com excesso de gordura, sal e açúcar, expondo o público escolar ao consumo inadequado e excessivo de alimentos altamente calóricos. Sendo assim, a alimentação escolar oferecida na escola é essencial e importante para a contribuição da alimentação saudável e prevenção de doenças crônicas. Dada a complexidade da situação, as intervenções de ações no âmbito das políticas públicas devem destacar a participação de atividade física, fiscalizar a influência da mídia e fortalecer a prática de alimentos saudáveis, tanto no ambiente escolar como familiar (BARBOSA, 2012).

Locais como creches e escolas podem afetar a dieta e a atividade por meio dos alimentos e bebidas que oferecem e das oportunidades de atividade física que proporcionam. Através da necessidade de se desenvolver um trabalho preventivo com as crianças e adolescentes, no intuito de promover um estilo de vida saudável a escola aparece como um ambiente facilitador. Neste ambiente se inserem jovens em pleno desenvolvimento físico e intelectual, o que possibilita uma educação permanente com práticas relacionadas a melhores condições de saúde e comportamento para uma alimentação saudável, evitando-se, assim, o surgimento de fatores de risco para doenças crônicas na fase adulta (SANTOS, 2012).

O ambiente escolar propicia um espaço de aprendizagem, onde o aluno pode passar até duas décadas de sua vida nele. Com a promoção e discussão de conteúdos em educação nutricional no currículo escolar, juntamente à prática regular de atividade física, este estímulo pode influenciar positivamente na manutenção de hábitos saudáveis ao longo de sua trajetória.

É importante que se faça a prevenção em crianças que apresentam vários fatores de risco como: pais obesos, atividade física diminuída, fatores genéticos, psicológicos, ambientais e sociais. Essa educação alimentar deve iniciar com os pais

obesos e ser estimulada desde cedo com os filhos para diminuir o excesso de peso e até mesmo prevenir a obesidade (CÉSAR; SOARES, 2006).

2.5 IMPORTÂNCIA DA NUTRIÇÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

A primeira infância é o estágio de desenvolvimento em que ocorre o crescimento e os comportamentos relacionados à dieta e à saúde, sendo importante destacar que a formação de um comportamento alimentar não saudável, como maior consumo de lanches ricos em energia, super ou subnutrição e preferências alimentares na primeira infância afetam a saúde por toda a vida (MARREIRO; ZEMINIAN, 2019).

Este período é considerado por Carmo e Castro (2014), como o momento ideal para desenvolver comportamentos que auxiliam os padrões de alimentação saudáveis ao longo da vida. Os hábitos e as preferências alimentares estão se estabelecendo nos anos pré-escolares e a primeira infância é caracterizada por alta plasticidade e transições rápidas que podem efetuar mudanças comportamentais. Os pais e responsáveis têm um alto grau de controle sobre o ambiente alimentar da criança e o padrão e os comportamentos são, portanto, mais fáceis de influenciar do que dos mais velhos e adultos.

As famílias são um ambiente social fundamental para o desenvolvimento de padrões e preferências alimentares e vários comportamentos estão positivamente associados a uma dieta saudável na primeira infância, como tomar café da manhã, se alimentar juntos em família, exemplos positivos dos pais, estímulo ao equilíbrio e a variedade, não assistir televisão ou usar celulares durante a alimentação, dentre outras atitudes. Os comportamentos relacionados à nutrição estão inseridos no contexto socioeconômico da família e são influenciados pelos recursos disponíveis (OLIVEIRA; SAMPAIO; COSTA, 2014).

Para crianças com ambientes de nutrição domiciliar não ideais, a educação infantil fora de casa pode oferecer uma oportunidade de melhorar ou atenuar as preferências e comportamentos aprendidos em família. Como a maioria das crianças estão matriculadas em creches ou nas escolas, esses ambientes da Educação Infantil se tornaram um componente importante da alimentação e nutrição infantil (KOCK; LEITE, 2014).

Crianças pequenas, cujos cérebros estão se desenvolvendo rapidamente, precisam de uma dieta rica em nutrientes para ajudá-las enquanto processam o mundo ao seu redor. Sem os nutrientes certos, podem ter dificuldades para desenvolver as habilidades de manter a concentração, o que se torna cada vez mais importante à medida que envelhecem. Como já afirmado anteriormente, as escolhas alimentares pobres em nutrientes e o desenvolvimento excessivo de gordura na primeira infância estão associados a um maior risco de doenças não transmissíveis a longo prazo, incluindo obesidade (MARREIRO; ZEMINIAN, 2019).

A alimentação saudável é crucial na educação infantil, não apenas pelos benefícios saudáveis necessários, mas também por causa de seus muitos benefícios acadêmicos, entendendo que uma nutrição adequada tem um impacto direto no desempenho acadêmico, na memória e em outros comportamentos positivos de aprendizagem (CARMO; CASTRO, 2014).

Além dos benefícios cognitivos de uma dieta saudável, os benefícios físicos durante a primeira infância são muitos. Segundo Caroba (2002), discussões em sala de aula sobre alimentação e nutrição representam um espaço efetivo para a realização de ações educativas. Em relação à atividade física, deve-se enfatizar a importância das atividades desenvolvidas na escola, constituindo o programa público mais apropriado para promover atividade física, oferecendo oportunidades destinadas ao combate do sedentarismo. Ao transmitir conhecimentos, possibilita-se ao escolar a oportunidade para que possa analisar e reorientar seus hábitos alimentares.

Portanto, a Educação Infantil constitui ambientes de cuidados e educação na primeira infância que oferecem inúmeras oportunidades para promover uma alimentação saudável em uma idade jovem, quando os hábitos alimentares estão se formando.

2.6 O PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

O Programa Brasileiro de Alimentação Escolar (PNAE) teve início em 1954 como um programa de ajuda alimentar voltado para o combate à desnutrição e aos baixos níveis de educação. Embora ao longo dos anos tenha se concentrado em melhorar a alimentação dos alunos, seus objetivos específicos, configuração

institucional e normas e regulamentos evoluíram significativamente ao longo do tempo (ELIAS et al., 2019).

O PNAE é um modelo de programa que prioriza a expansão da alimentação escolar e seus objetivos consistem em contribuir para o desenvolvimento biopsicossocial e a realização educacional dos alunos, atendendo às suas necessidades nutricionais em sala de aula e apoiando a formação de hábitos saudáveis por meio da educação alimentar e nutricional. O programa também promove a agricultura familiar local (BRASIL, 2009a).

Segundo Martinz e Pinho (2016), o programa também é exemplar em seu alcance, atingindo milhões de alunos, entendendo que a alimentação escolar é um direito universal dos alunos matriculados na educação básica pública e dever do Estado, garantido pela Constituição. O PNAE abrange todas as escolas públicas e comunitárias da rede de ensino fundamental, desde creches, pré-escolas, ensino fundamental e médio até a educação de jovens e adultos.

O PNAE é uma das estratégias mais importantes da política de segurança alimentar e nutricional do Brasil e sua ampla cobertura e design inovador atuam no fortalecimento da agricultura familiar e na promoção do acesso à alimentação adequada e saudável em todas as escolas públicas. O cumprimento do Direito Humano à Alimentação Adequada, garantido na Emenda Constitucional nº 64/2010 continua a ser um desafio. Uma prevalência crescente de doenças relacionadas à alimentação, incluindo sobrepeso, obesidade, hipovitaminose A e anemia coexiste com insegurança alimentar e desnutrição em populações que ainda têm problemas de acesso a alimentação adequada, como comunidades quilombolas, povos indígenas e os grupos mais pobres (BRASIL, 2010).

A Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional, Lei nº 11.346/2006, foi um marco na política que estabeleceu um sistema de segurança alimentar e nutricional. O sistema compreende uma Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (CAISAN) com dezenove ministérios, um Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) e câmaras e conselhos intersetoriais em todos os níveis de governo (BRASIL, 2006).

Essas arenas reuniam organizações da sociedade civil e diferentes setores do governo para coordenar e integrar programas e ações de segurança alimentar e nutricional. Em 2011, a CAISAN, em consulta com esses órgãos, formulou o Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, que previa ações de promoção da

produção, fortalecimento da agricultura familiar, abastecimento de alimentos e alimentação saudável (BRASIL, 2011).

Nesse contexto, as escolas surgiram como uma arena para o desenvolvimento de iniciativas que vinculem o acesso a uma alimentação adequada e saudável, incluindo hortaliças e frutas; promoção da pequena agricultura familiar e seus produtos; regulamentação da alimentação escolar e educação em saúde e nutrição, por exemplo, por meio de hortas escolares. O PNAE foi significativamente redesenhado como parte do enfoque integral de segurança alimentar e nutricional e se tornou um exemplo de integração da educação, agricultura, saúde e proteção social para promover o acesso à alimentação saudável na escola e fortalecer a agricultura familiar (BRASIL, 2009a).

A adoção da Lei 11.947/2009, conhecida como Lei da Alimentação Escolar, foi um marco em âmbito federal. Enquanto a Constituição de 1988 garantiu o direito universal à alimentação escolar gratuita para os alunos matriculados em escolas públicas de ensino fundamental, a lei de 2009 estendeu-a a todos os alunos matriculados na educação básica a partir dos 6 meses de idade. Para atingir todos os alunos, inclusive os mais marginalizados, incluiu escolas filantrópicas e comunitárias, educação especial e alunos que frequentam a educação de jovens e adultos (BRASIL, 2009a).

A implementação do PNAE é fortemente regulamentada. A alimentação escolar é de responsabilidade do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), estrutura vinculada ao Ministério da Educação. A Resolução FNDE nº 38/2009 estabeleceu as regras administrativas e normas técnicas para a implementação da Lei de Alimentação Escolar (BRASIL, 2009a).

A qualidade nutricional da alimentação não é uma preocupação nova: o Plano Nacional de Educação de 2001 definiu pela primeira vez os níveis mínimos de energia e proteína por idade a serem fornecidos pela alimentação escolar e uma portaria interministerial de 2006 estabeleceu novas diretrizes sobre o perfil nutricional dos merenda escolar (BRASIL, 2006). No entanto, as especificações nutricionais detalhadas na Resolução nº 38/2009 aumentou a proporção das necessidades nutricionais diárias a serem atendidas pela merenda escolar: em média, as refeições deveriam suprir pelo menos 20% das necessidades nutricionais diárias dos alunos matriculados no ensino fundamental de meio período que recebem somente uma refeição; e pelo menos 30% das necessidades nutricionais

diárias quando são oferecidas duas ou mais refeições e em escolas localizadas em comunidades indígenas e quilombolas. O valor subiu para 70% para as crianças matriculadas no ensino fundamental em período integral onde, além das 4 horas da escolaridade obrigatória, os alunos permanecem na escola para atividades complementares, com um total de 8 horas na escola (BRASIL, 2009b).

Mais significativamente, em linha com o objetivo de promover hábitos alimentares saudáveis, a Resolução estabelece normas para a composição do cardápio: respeito às práticas tradicionais e às preferências alimentares locais; valores máximos recomendados para adição de açúcar, gordura, gordura saturada e sal; inclusão obrigatória de frutas e hortaliças (no mínimo três porções ou 200g por aluno por semana); e restrição de alimentos processados com alto teor de sódio e gorduras saturadas. A aquisição de refrigerantes com recursos do FNDE é proibida. No entanto, não existem padrões sobre o conteúdo máximo de energia. Além disso, a Resolução estabelece que as escolas devem promover e garantir a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem (BRASIL, 2009b).

A existência de uma forte estrutura legal com regulamentos operacionais apóia a entrega de serviços consistentes e de alta qualidade. Cada unidade executora deve ter um nutricionista, que se responsabiliza pela elaboração dos cardápios de acordo com as normas nutricionais.

A conexão entre alimentação escolar e agricultura é outra conquista importante da lei. Desde sua adoção, em 2009, 30% dos recursos financeiros repassados pelo FNDE devem ser destinados à aquisição de alimentos de agricultores familiares e empresas familiares rurais, com prioridade para produtos orgânicos ou ecológicos. Trata-se de uma estratégia que não só apóia a agricultura familiar, ao conectar os agricultores a um mercado garantido, com preços pré-negociados, mas também aumenta a quantidade de produtos frescos locais disponíveis na alimentação escolar (LOPES, 2017).

A participação da sociedade civil na formulação da legislação sobre alimentação escolar foi forte e, de fato, fundamental para sua aprovação no Congresso Nacional. Por meio do CONSEA, representantes de diferentes setores do governo e de organizações da sociedade civil (incluindo organizações não governamentais, universidades e organizações sociais) se reuniram para expressar suas opiniões sobre a alimentação escolar (BURLANDY; ANJOS, 2007).

A execução do programa foi progressivamente descentralizada e os órgãos executores (municípios e Secretarias Estaduais de Educação) são responsáveis por receber e complementar os recursos do governo federal para a implementação do programa. O exemplo do programa brasileiro de alimentação escolar mostra que é possível articular a produção de alimentos, a merenda escolar e a educação nutricional por meio de programas e políticas integradas. Mostra também que a melhoria do acesso a alimentos mais saudáveis, como frutas e hortaliças, e o respeito às culturas regionais, aos hábitos alimentares e às necessidades nutricionais específicas da população podem ser tratados com sucesso como objetivos integrados (ELIAS et al., 2019).

3 METODOLOGIA

3.1 TIPO DE ESTUDO

Este estudo foi desenvolvido por meio de uma pesquisa exploratória, de natureza qualitativa. A pesquisa exploratória gera percepções iniciais sobre a natureza de um problema e desenvolve questões a serem investigadas por estudos mais extensos.

Os estudos exploratórios consistem em coletar, analisar e interpretar observações sobre projetos, sistemas ou modelos conhecidos, ou ainda sobre teorias ou assuntos abstratos. Esses estudos são em grande parte um processo indutivo para obter compreensão. Estudos exploratórios observam fenômenos específicos para procurar padrões e chegar a uma teoria geral e sua ênfase está na avaliação ou análise de dados, na perspectiva e importância relativa (GIL, 2010).

As características da pesquisa qualitativa incluem indução, descoberta, exploração, geração de teoria/hipótese e o pesquisador como o principal instrumento de coleta de dados. Também se preocupa em formar impressões e entendimentos únicos de eventos, em vez de generalizar as descobertas (YIN, 2010).

Os métodos qualitativos permitem a compreensão e descrição das experiências, sendo um processo evolutivo que aborda o fenômeno que está sendo investigado, devendo mostrar uma conexão com a questão ou questões que estão sendo exploradas. Dentro dessa abordagem, a coleta e a análise de dados geralmente levam a perguntas ou descobertas adicionais (YIN, 2010).

3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população do estudo foi composta pelas nutricionistas e merendeiras¹ das escolas de Educação Infantil da rede municipal de Presidente Kennedy-ES, que possui 20 escolas para atender estudantes da pré-escola ao segundo segmento do Ensino Fundamental, sendo três Centros Municipais de Educação Infantil em tempo integral, três Escolas Polo, quatro Escolas Pluridocentes e dez voltadas às Escolas de Campo.

¹ Essas profissionais são contratadas como serventes, mas atuam como merendeiras, termo utilizado neste estudo, por ser mais usual.

O município possui 3 nutricionistas, mas somente uma é responsável pelo cardápio escolar. Assim, a amostra foi composta por uma nutricionista. Das 20 merendeiras, 17 aceitaram participar da pesquisa.

3.3 COLETA DE DADOS

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi uma entrevista com a nutricionista, onde se buscou identificar de que forma, com que periodicidade os cardápios são organizados e se os mesmos são diferenciados por faixa etária, bem como o tipo de alimentos oferecidos, verificando se são realizadas ações educativas junto aos alunos.

A entrevista realizada com as merendeiras buscou verificar de que forma os alimentos são oferecidos, se há uma boa aceitabilidade por parte dos alunos, se estas profissionais recebem capacitação e se ocorrem ações educativas nas escolas.

As entrevistas foram previamente agendadas com as profissionais, levando em conta o melhor dia e local para a sua realização. Com a nutricionista, a entrevista ocorreu de forma presencial e, entre as merendeiras, somente 4 ocorreram de forma remota, através do Google Meet. A fim de não se perder nenhuma informação fornecida, as mesmas foram gravadas e posteriormente transcritas. No caso das entrevistas presenciais, estas seguiram os protocolos exigidos pela Covid-19, com uso de máscaras, distanciamento e uso de álcool gel.

3.4 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA

Para o desenvolvimento deste estudo, primeiramente este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Vale do Cricaré, por meio do Parecer nº 4.853.922. Em seguida, a pesquisa foi autorizada pela secretaria municipal de educação, através da assinatura da Carta de Aceite.

Os participantes da pesquisa, após serem esclarecidos sobre os objetivos, assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes do início das entrevistas, que foram realizadas individualmente, de forma presencial, por telefone ou chamada de vídeo, em horário e local da conveniência do entrevistado.

3.4 ANÁLISE DOS DADOS

Os dados obtidos nas entrevistas foram tratados utilizando a análise narrativa, que se concentra em utilizar as histórias e experiências compartilhadas pelas pessoas para responder às perguntas da pesquisa.

A premissa da análise narrativa é que as histórias têm um propósito funcional, auxiliando a dar sentido ao mundo. Portanto, ao analisar as histórias e as maneiras como são contadas, o pesquisador desvenda as maneiras pelas quais as pessoas lidam, enfrentam e dão sentido à realidade. A análise narrativa pode ser utilizada para explorar 'como' algo está sendo feito e a capacidade de lidar com uma situação (JOVCHELOVITCH; BAUER, 2008).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Uma meta importante do Programa Nacional de Alimentação Escolar é servir refeições nutritivas e que atendam aos requisitos do padrão de alimentação do programa e sejam bem aceitos pelos alunos, como já explicitado anteriormente neste estudo. Para ajudar a atingir esse objetivo, existem várias políticas relacionadas à alimentação escolar que os provedores de cuidados infantis devem cumprir, a fim de garantir que cada refeição servida contenha alimentos nas quantidades e com o valor nutricional indicados para a faixa etária apropriada e que a educação nutricional seja encorajada.

Assim, este estudo buscou focar a qualidade da alimentação escolar, por meio de entrevistas com a nutricionista responsável pela elaboração dos cardápios utilizados na rede municipal de educação, bem como a aceitabilidade desses alimentos pelos alunos, por meio das entrevistas com as merendeiras das escolas.

4.1 O PROCESSO DE ELABORAÇÃO DOS CARDÁPIOS PELAS NUTRICIONISTAS

A nutricionista participante da pesquisa informou possuir 14 anos de atuação como nutricionista, onde 12 deles foram dedicados à atuação na merenda escolar. Afirmou também que, para a elaboração do cardápio escolar, segue a Lei nº 11.947/2009 e a Resolução PNDE nº 6/2020 (BRASIL, 2009; 2020).

Observa-se que a profissional já atua há bastante tempo na alimentação escolar, possuindo vasta experiência neste setor, seguindo as determinações legais do FNDE e PNAE para o fornecimento de alimentos saudáveis para os alunos da rede pública municipal.

Segundo Corrêa et al. (2017), o nutricionista é um profissional com formação técnica e científica para resolver problemas relativos à nutrição humana, devendo, para isso, possuir uma formação sólida e adaptada às necessidades da população com a qual atua. A constante atualização dos programas curriculares permite a formação desses profissionais com conhecimentos, competências e habilidades para funcionar de forma socialmente útil nas diferentes áreas de trabalho, adaptando-se às mudanças que estão ocorrendo no meio ambiente.

Planos e programas nacionais incorporaram componentes da Educação Alimentar e Nutricional (EAN), expresso quase sempre na forma de comportamentos saudáveis para promover a saúde e prevenir doenças, além das campanhas comunicacionais que são desenvolvidas, tendendo à divulgação de conteúdos sobre alimentação saudável. No Brasil, o manual de Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional, ressalta as deficiências e contradições em treinamento e práticas educacionais, por entender que:

O grupo que desenvolve ações relacionadas à alimentação e nutrição em um determinado espaço não deve ser entendido como um conjunto de nutricionistas que ensinarão sobre como se alimentar, ou um agregado de pessoas que apresentam diferentes saberes compartimentalizados. Na verdade, é extremamente importante que ocorra a articulação entre diferentes setores, secretarias, profissionais e saberes, para que as ações que fomentam e fortalecem a promoção da alimentação adequada e saudável sejam efetivadas, considerando as especificidades de cada local (BRASIL, 2018, p. 26).

Assim, a EAN deve ser articulada entre todos os profissionais da escola, envolvendo os alunos e suas famílias para que não ocorra falta de informação e problemas de comunicação entre a nutricionista e as unidades escolares nas questões relacionadas à alimentação escolar (LOCATELLI; CANELLA; BANDONI, 2018).

Questionada sobre como são elaborados os cardápios das escolas, afirmou que estes *“são feitos em conformidade com as normas do PNAE, trimestralmente, e de acordo com a faixa etária e/ou nível de ensino e que estes oferecem porções diárias de frutas e hortaliças nas refeições”*.

De acordo com a entrevistada, *“os cardápios escolares excedem as diretrizes federais de nutrição e enfatizam a oferta de frutas e vegetais, apresentando uma variedade de produtos frescos, saladas e opções à base de vegetais diariamente. Nossos menus incluem receitas preparadas pelas merendeiras usando muitos ingredientes cultivados localmente”*.

Para Souza et al. (2017), os programas de nutrição nas escolas devem obedecer às políticas federais que determinam padrões compulsórios baseados em nutrientes para as refeições escolares e que exigem que as sirvam refeições balanceadas e nutritivas que estejam em conformidade com as diretrizes dietéticas. Assim, as escolas devem servir refeições que forneçam pelo menos um terço da ingestão diária de nutrientes recomendados de acordo com a faixa etária e

que atendam às necessidades específicas de macronutrientes e micronutrientes e incluam uma variedade de alternativas de carnes, grãos inteiros, frutas, vegetais e opções de laticínios com baixo teor de gordura.

De acordo com a profissional, *“é importante fornecer alimentos que não só sejam saborosos, mas também tenham baixo teor de gordura e sódio. Novos alimentos são testados periodicamente com grupos de alunos e, se os resultados forem positivos, são introduzidos nos cardápios de todos os alunos”*.

“Às vezes, alimentos, como grãos inteiros, não são particularmente aceitáveis pelos alunos, mas são reconhecidos como altamente benéficos e saudáveis. Nesses casos, experimentamos diferentes formas do produto, acreditando que, com o tempo, os alunos ficarão mais acostumados a ter esses alimentos como parte regular da sua dieta”.

A nutricionista afirmou também que o cardápio elaborado é cumprido integralmente, *“pois a secretaria se incumbem de fornecer os produtos necessários para que este não tenha que ser adaptado ou substituído”*. Em relação às visitas nas escolas, estas ocorrem mensalmente e são realizados testes de aceitabilidade sempre que alimentos novos são introduzidos no cardápio.

Segundo Soares et al. (2015), a composição dos cardápios deve ser realizada com a inclusão de produtos e preparações cujas características devem estar de acordo com os processos de desenvolvimento, incluindo testes de aceitabilidade e funcionalidade, entendendo que a logística para a entrega dos produtos e a infraestrutura da escola para o seu armazenamento devem ser fatores determinantes na seleção dos cardápios.

Nesse sentido, foi apresentado um cardápio utilizado nas escolas de educação infantil, para que a pesquisadora pudesse observar os alimentos oferecidos, de acordo com a faixa etária atendida.

Tabela 1 – Cardápio para a Educação Infantil – berçário, em Presidente Kennedy-ES

Dia	Desjejum	Almoço	Sobremesa	Lanche	Jantar
Segunda	Mamadeira de mucilagem	Macarrão bem cozido Molho de carne moída	Suco de acerola	Pêra raspada	Canja de legumes com frango Caldo de feijão
Terça	Mamadeira de creme de arroz	Risoto de peixe (papa) Legumes cozidos amassados Caldo de feijão	Suco de maracujá	Mamão raspado	Papinha de legumes com ovo cozido amassado Caldo de feijão
Quarta	Mamadeira de mucilagem	Sopa de legumes com frango desfiado Caldo de feijão	Suco de abacaxi	Melancia amassada	Purê de aipim Moela ao molho Caldo de feijão
Quinta	Mamadeira de maisena (mingau)	Angu Carne desfiada ao molho Caldo de feijão	Suco de laranja	Banana da terra cozida amassada	Sopa de macarrão com legumes e frango desfiado Caldo de feijão
Sexta	Mamadeira de mucilagem	Purê de legumes Carne desfiada Caldo de feijão	Suco de melão ou água de coco	logurte	Angu Molho de carne moída Caldo de feijão

Ao se analisar o cardápio do berçário, é possível observar que são oferecidos alimentos energéticos, proteínas, gorduras, ferro e vitaminas necessárias para o desenvolvimento das crianças. O cardápio do berçário leva em conta que as preferências gustativas são formadas durante os primeiros anos de vida, por isso, são utilizados diversos tipos de legumes e frutas, com refeições diárias saudáveis, balanceadas e nutritivas.

A nutrição nos primeiros anos desempenha um papel fundamental na saúde, no desenvolvimento, no crescimento e no bem-estar das crianças, que fazem ali a maior parte das refeições dos dias da semana e, portanto, o que é servido é muito importante. Segundo Paiva et al. (2016), em seus primeiros anos, as crianças começam a construir relacionamentos com os alimentos. Para muitas crianças, as refeições do berçário, como são alimentadas, o ambiente da refeição e a perspectiva da equipe do berçário sobre alimentação e alimentação desempenham um papel importante em suas experiências alimentares.

Tabela 2 – Cardápio para a Educação Infantil – creches, em Presidente Kennedy-ES

Dia	Desjejum	Almoço	Sobremesa	Lanche	Jantar
Segunda	Pão de leite com manteiga Leite com chocolate	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de legumes cozidos	Melão	Iogurte com salada de frutas	Espaguete ao sugo Iscas de carne Tutu
Terça	Pão de coco com manteiga Suco de goiaba	Arroz Feijão Carne de porco picadinha Abobora refogada Angu	Mamão	Biscoito de sal com suco de abacaxi	Risoto de frango Jardineira de legumes Feijão
Quarta	Pão careca com manteiga Vitamina de maracujá	Arroz Feijão Frango ensopado com legumes Farofa	Banana cozida	Melancia	Angu Molho de carne moída Feijão
Quinta	Pão francês com queijo Suco de acerola	Arroz Feijão Carne ensopada com inhame Salada de repolho e tomate	Melancia	Biscoito de sal com suco de manga	Sopa de legumes com frango Caldinho de feijão
Sexta	Pão careca com manteiga Café com leite	Arroz Feijão Frango desfiado Vinagrete	Maçã	Biscoito de sal com suco de maracujá	Canjiquinha Carne moída Feijão

O cardápio das creches busca inserir novos tipos de alimentos, além daqueles oferecidos no berçário, bem como alimentos sólidos. Vale destacar que em todas as modalidades há um planejamento de forma equilibrada, com variedade de alimentos suficientes para suprir as necessidades dietéticas dos alunos.

Também são levadas em conta as texturas, sabores e cores, sempre dando preferência aos alimentos da época, oferecendo diariamente carboidratos, frutas e vegetais, feijão, leguminosas, peixe, ovos, carne e outras proteínas e laticínios. Não são oferecidos doces processados e frituras e todas as sobremesas são à base de frutas e iogurtes.

Esse período, além da demanda por um suprimento adequado de energia e nutrientes para garantir um bom estado nutricional, é também uma etapa decisiva para estabelecer hábitos e comportamentos alimentares que perduram no tempo e

se mantêm na vida adulta. Neste sentido, a alimentação escolar desempenha uma função educativa e deve servir para promover uma alimentação variada e equilibrada, bem como promover a diversidade gastronômica, cuidando da textura e apresentação dos pratos, favorecendo assim a sua aceitação entre os mais pequenos (PPROENÇA, 2018).

Tabela 3 – Cardápio para a Educação Infantil, Ensino Fundamental e EJA, em Presidente Kennedy-ES

Dia	Desjejum	Almoço	Sobremesa	Lanche
Segunda	Pão careca com manteiga Leite com café	Macarrão ao cheiro verde Molho de carne moída Feijão	Pêra	Pão careca com manteiga Leite com café
Terça	Pão de milho com queijo Leite com chocolate	Risoto de peixe Feijão Salada de alface e tomate	Banana	Pão de milho com queijo Leite com chocolate
Quarta	Pão de beterraba com manteiga Vitamina de banana	Arroz Feijão Bife de frango Tabule	Melancia	Pão de beterraba com manteiga Vitamina de banana
Quinta	Pão francês com manteiga Leite com chocolate	Arroz Feijão Carne ao molho Couve refogada Angu	Laranja	Pão francês com manteiga Leite com chocolate
Sexta	Pão de batata com manteiga Suco de manga	Arroz Feijão Isclas de carne Purê de batata	Salada de frutas ou água de coco	Pão de batata com manteiga Suco de manga

A dieta dos alunos nesta modalidade é ajustada para a ingestão adequada de energia e nutrientes, sempre levando em conta que, para que cumpra sua função, deve ser ingerida e, para isso, deve ser aceita e adaptada, na medida do possível, às preferências e gostos desse grupo populacional. Para tanto, sempre que um novo alimento é inserido no cardápio, as nutricionistas fazem testes de aceitabilidade, como recomendado pelo PNAE, a fim de oferecer uma alimentação que tenha boa aceitação entre os estudantes.

O objetivo é que a criança consiga realizar uma alimentação saudável e diária, oferecendo-lhe pratos bem apresentados, atraentes e saborosos. Para evitar o ganho de peso, as porções são ajustadas de acordo com a faixa etária a que se destina o cardápio, evitando, assim, um consumo excessivo de energia.

O cálculo do valor nutricional destas refeições não é feito devido à insuficiência de recursos humanos ou dificuldade de atendimento às necessidades de alguns micronutrientes. Para contornar a dificuldade de determinação do valor nutricional das refeições, as nutricionistas buscam seguir outras recomendações do PNAE sobre a composição do cardápio, por exemplo, evitando o uso de alimentos industrializados, para não ultrapassar os limites máximos de açúcares simples, gorduras e sódio impostos pela legislação.

Os hábitos alimentares e a aceitação dos alunos são fatores importantes que orientam o planejamento do cardápio pelos nutricionistas. Os critérios estão relacionados, pois os alunos tendem a aceitar alimentos que sejam compatíveis com os hábitos alimentares locais.

A qualidade dos produtos alimentícios fornecidos pelo programa de alimentação escolar deve ser determinada com base na sua adequação ao uso e na satisfação das necessidades dos escolares que os consomem, e inclui, além da segurança e proteção, alguns aspectos importantes, dentre as quais a quantidade (peso), o valor nutricional (proteína e energia) e sensorial (sabor, cheiro, textura e cor); ressaltando que a preparação e a apresentação também fazem parte dessas propriedades.

De acordo com Soares et al. (2015), os refeitórios são locais de aprendizagem onde os alunos são expostos a novos alimentos por meio do programa de alimentação escolar, veem como são as refeições balanceadas e podem ser incentivados a experimentar novos alimentos, por meio de instruções verbais da equipe de nutrição da escola ou testes de sabor.

Assim, o menu semanal deve se concentrar em refeições adequadas, incentivando os alunos a experimentarem mais proteínas de origem vegetal (como feijão e leguminosas), bem como frutas. Nos refeitórios das escolas, a educação alimentar vai além do que se come, para incorporar também como se come.

Perguntada se a equipe de nutrição desenvolve ações de incentivo e/ou educativas à alimentação e hábitos saudáveis nas escolas, respondeu que sim e, ao ser indagada sobre como essas ações ocorrem, afirmou que esta ocorre por meio de palestras, preparo de alimentos junto aos alunos, mas que são esporádicas, em geral somente uma vez ao ano.

Torna-se importante destacar que as atividades de educação nutricional devem ser desenvolvidas também junto aos professores e pais. Junto aos docentes

devem ter por objetivo promover o desenvolvimento de competências para que estes transfiram os conhecimentos adquiridos aos alunos, através de estratégias inovadoras, que posteriormente sejam verificadas através de atividades recreativas. Os conteúdos que são reforçados fazem parte do currículo escolar incluindo alimentos e nutrientes, grupos de alimentos, alimentação saudável, combinações e substituições de alimentos, higiene e manuseio, cardápio saudável, café da manhã, doenças de origem alimentar, entre outros. A promoção de hábitos alimentares saudáveis nas crianças e seus familiares deve ser feita por meio de estratégias educativas que incorporam o lúdico.

As atividades de educação nutricional dirigidas aos pais devem consistir de palestras dinâmicas que incluam a preparação de receitas saudáveis. Os cursos de educação alimentar e nutricional têm se voltado para temas específicos, como o preparo de receitas ricas em ferro, devido à prevalência dessa patologia na população escolar. Desta forma, o conteúdo é fortalecido, eles aprendem técnicas culinárias e preparações econômicas e nutricionais, que irão complementar a alimentação da família e, ao mesmo tempo, contribuir para melhorar a segurança alimentar.

Segundo Rossi et al. (2019), o processo da educação em saúde e, portanto, a EAN como fenômeno social, é construído a partir da intencionalidade dos sujeitos, os pressupostos do educador, posicionamento do aluno, as consequências na sua formação e na prática profissional com a comunidade. Por isto, as estruturas explicativas de onde é compreendido o trabalho educativo do nutricionista, se separam em primeira instância, da estrutura de significados e práticas resultantes da interação entre alunos, professores e o currículo.

Esta pesquisadora concorda com a concepção de Rigo et al. (2010) sobre o papel do nutricionista como educador, constituindo, nesta prática, um início possível para uma compreensão mais completa do problema estabelecido neste trabalho.

Entende-se também que um programa de alimentação escolar deve ser considerado uma contribuição para o processo de desenvolvimento humano em um contexto educacional e, portanto, suas repercussões na saúde, higiene e saneamento, atividade física, socialização e formação de bons hábitos também devem ser consideradas. O programa deve ir além da simples entrega de alimentos, passando a ser a prestação de um serviço que permita o alcance dos objetivos educacionais e nutricionais, tanto durante o processo educativo quanto na vida dos

alunos. Esses elementos devem necessariamente incluir os aspectos de educação para a produção de alimentos, educação alimentar e nutricional e vigilância alimentar e nutricional.

Nesse contexto, de acordo com Kock e Leite (2014), a razão pela qual um país tem um programa de alimentação e nutrição escolar atende a uma necessidade social que não só facilita a disponibilidade, o acesso e o consumo de alimentos e garante a segurança alimentar local ou nacional, mas também contribui, sobretudo, para reduzir a fome das crianças. Esse objetivo deve ser assumido como responsabilidade da sociedade.

Por fim, ao planejar e implementar um programa de alimentação escolar, uma meta nutricional razoável deve ser definida. No entanto, deve-se ter em mente que o seu objetivo principal não é exclusivamente nutricional, nem que sua função é substituir, mas complementar a dieta domiciliar. Entende-se que a eficácia dos programas escolares relacionados à nutrição pode ser aumentada com a educação nutricional para pais/família, especialmente para escolas em áreas menos desenvolvidas economicamente.

4.2 ACEITABILIDADE DA ALIMENTAÇÃO OFERECIDA NAS ESCOLAS

Para ser oferecida aos alunos, a alimentação escolar é preparada e distribuída pelas merendeiras que, devido ao contato direto com os alunos, podem identificar a aceitabilidade do cardápio oferecido, podendo, portanto, contribuir com as nutricionistas na elaboração dos cardápios, auxiliando para que não haja desperdício de alimentos devido à não aceitabilidade dos mesmos.

Por entender a importância desses profissionais no preparo dos alimentos para que estes sejam atrativos, além de serem incentivadores do consumo, conhecendo os gostos dos alunos, foram convidadas a fazer parte da amostra 20 merendeiras que atuam nas unidades escolares da rede municipal de educação. Entretanto, três se recusaram a participar, sendo a amostra composta por 17 profissionais. O tempo de atuação na função variou entre 14 e 21 anos, com tempo médio de 17,7 anos atuando com alimentação escolar.

Por exercerem esta função durante tanto tempo, as merendeiras demonstraram conhecer as preferências dos alunos quase que de forma individual. Ao serem perguntadas se consideram que o cardápio oferecido na escola está

adequado ao público-alvo, no que se refere à idade, região onde mora e cultura, todas responderam afirmativamente. De acordo com alguns depoimentos, as frutas e verduras são sempre frescas, pois são compradas de produtores locais e já fazem parte da dieta das crianças em suas casas, por isso não rejeitam quando é oferecida na escola.

É importante que a promoção da alimentação saudável considere os hábitos alimentares culturais de cada região e promova melhor aceitação da merenda escolar pelos estudantes para que possa alcançar o seu objetivo. Nesse sentido, as compras de gêneros alimentícios da agricultura familiar local é considerada uma estratégia importante, pois incentiva os pequenos produtores, além de estimular o desenvolvimento econômico e sustentável dos municípios (LOPES, 2017).

Por meio da Lei nº 11.947/2009 foi definido que do total dos recursos financeiros no âmbito do PNAE, no mínimo 30,0% devem ser utilizados na aquisição de gêneros alimentícios diretamente da agricultura familiar o que tornou possível oferecer alimentos frescos e regionais, que já fazem parte da alimentação familiar (BRASIL, 2009).

Questionadas se a secretaria de educação ofereceu/oferece cursos quanto ao preparo da merenda, todas responderam que sim, que a gestão municipal oferece cursos todos os anos.

De acordo com Chaves (2011), os gestores municipais devem planejar a implementação de um programa de desenvolvimento profissional para funcionários dos serviços de nutrição, incluindo nutricionistas e merendeiras, entendendo que é um investimento direto e crítico. Novos cardápios baseados na culinária local exigem que esses profissionais aprendam novas habilidades. Os cardápios que se pretende servir dirão quais habilidades a equipe precisa adquirir. Também é verdade que o trabalho se torna mais recompensador e satisfatório quando é menos rotineiro e exige uma execução habilidosa.

Assim, é por meio do desenvolvimento profissional que a equipe de serviços de nutrição adquire essas habilidades, que podem qualificá-la para oferecer alimentos nutritivos e saborosos e que agradam ao paladar dos alunos.

Indagadas sobre as principais reclamações que os alunos costumam fazer da merenda, todas afirmaram que não costuma ocorrer nenhuma reclamação dos alunos, mas que alguns se recusam a ingerir legumes e verduras. Ao serem

perguntadas sobre quais os principais elogios que os alunos costumam fazer à merenda, as respostas foram:

“Gostei tanto que vou repetir”.

“A comida está uma delícia”.

“Eles são muito sinceros em dizer que está uma delícia”.

Muitos hábitos alimentares e gostos são estabelecidos durante a idade escolar, especialmente nos primeiros anos. Assim, Fernandes (2012) entende que este é o momento perfeito para experimentar novos alimentos, já que as crianças geralmente estão dispostas a ingerir uma variedade maior de alimentos. Ao mesmo tempo, elas podem enfrentar novos desafios em relação às escolhas e hábitos alimentares. As decisões sobre o que ingerir são parcialmente determinadas pelo que é fornecido na escola, em casa, pelas influências dos amigos na escola e pela mídia, especialmente a televisão.

Os alunos que comem refeições completas e balanceadas todos os dias têm maior probabilidade de ter um melhor desempenho acadêmico e comportamental. Frequentemente, a alimentação fornecida pela escola é a melhor maneira das crianças obterem a nutrição de que precisam para se concentrarem na sala de aula, por isso, é essencial que sejam oferecidos alimentos saudáveis e que as crianças gostem dos mesmos (MELGAÇO, 2021).

Ao serem perguntadas se costumam receber a visita do nutricionista e com qual frequência, todas responderam que a nutricionista faz visita mensal à escola. Questionadas sobre a existência de ações de incentivo/educativas à alimentação e hábitos saudáveis na escola, todas responderam que sim, uma vez ao ano e que estas são desenvolvidas por meio de palestras e atividades envolvendo os alunos e as nutricionistas.

Nesse sentido, Leal (2011) salienta que é importante trabalhar coletivamente para promover uma alimentação saudável na escola, fornecendo aos alunos nutrição de melhor qualidade e ajudando as crianças a criar hábitos para a vida toda e que conectam os alimentos que comem com sua saúde. Para isso, deve haver um trabalho integrado entre nutricionistas e merendeiras, para que os objetivos sejam alcançados.

Nas escolas, as visitas dos nutricionistas têm por objetivo avaliar as condições gerais do serviço de alimentação escolar quanto ao cumprimento do cardápio, porções, combinações, condições de higiene e manuseio. Inclui a

supervisão das instalações, o reforço do serviço de alimentação e a formação das merendeiras.

De acordo com uma merendeira, nas visitas, *“a nutricionista acompanha a preparação dos alimentos e se os cardápios estão sendo seguidos de forma correta. Também acompanham se as crianças estão aceitando bem a comida que é servida”*.

Ao comentar sobre as ações que a nutricionista realiza anualmente na escola, outra merendeira afirmou que *“acho que as crianças aprendem com a experiência, por isso elas gostaram muito quando fizeram uma salada de frutas com a nutricionista”*.

Outra merendeira afirmou que *“seria bom se as crianças pudessem cultivar alguns alimentos da merenda na escola ou visitarem alguns sítios para entender um pouco sobre como são plantados. Acho que as crianças não sabem como os alimentos que comem são produzidos, especialmente as crianças da cidade ”*.

O desenvolvimento e a avaliação de atividades e intervenções culinárias nas escolas, portanto, têm o potencial de dar uma importante contribuição aos esforços atuais para melhorar o comportamento alimentar e os resultados nutricionais das crianças. As interações e intervenções são essenciais para o processo e o ambiente da escola deve ser utilizado para a educação alimentar.

Portanto, as escolas podem oferecer um ambiente ideal para promover hábitos alimentares saudáveis e comportamentos de estilo de vida saudável para um grande número de crianças por meio de educação nutricional, com atividades nos refeitórios e em sala de aula, e oferta de refeições nutritivas. Dessa forma, torna-se importante integrar intervenções que incluam componentes educacionais de nutrição e saúde para complementar o fornecimento de alimentos nutritivos, a fim de melhorar o estado de micronutrientes das crianças.

5 PRODUTO EDUCACIONAL

As experiências com os sabores dos alimentos começam muito cedo. O feto se familiariza com os sabores da dieta materna durante a gravidez e o bebê amamentado experimenta a dieta do leite materno. Essa experiência inicial fornece uma “ponte de sabor” que pode promover a aceitação dos alimentos da dieta materna. À medida que as crianças fazem a transição para a dieta adulta modificada de sua cultura, as preferências alimentares refletem os alimentos que estão disponíveis e acessíveis a elas e, nesse sentido, a familiaridade com os alimentos desempenha um papel importante no desenvolvimento de suas preferências.

Os primeiros cinco anos de vida são uma época de rápido crescimento e mudanças físicas e são os anos em que se desenvolvem os comportamentos alimentares que podem servir de base para os padrões futuros. Durante esses anos, as crianças estão aprendendo o que, quando e quanto ingerir, com base na transmissão de crenças, atitudes e práticas culturais e familiares em relação à comida e à alimentação.

As crianças decidem o que gostam e não gostam e associam os sabores dos alimentos aos contextos sociais e a tendência é de rejeitarem inicialmente novos alimentos e as preferências e aceitação aumentam com a exposição repetida a esses alimentos, em um ambiente não coercitivo, podendo ser necessário oferecer diversas vezes antes que ocorra a aceitação. A consciência desse curso normal de aceitação é importante para que os pais não tirem conclusões prematuras sobre a preferência de seus filhos por alimentos após poucas exposições.

Os pais moldam poderosamente as primeiras experiências das crianças com alimentos e seus padrões alimentares se desenvolvem nas primeiras interações sociais em torno da alimentação, aprendendo a ingerir a dieta adulta de sua cultura. Sua capacidade de aprender a aceitar uma ampla variedade de alimentos é grande, especialmente devido à diversidade de padrões alimentares entre grupos culturais. Os pais selecionam os alimentos da dieta familiar, servem como modelos de alimentação que as crianças aprendem a imitar e usam práticas alimentares para encorajar o desenvolvimento de padrões e comportamentos alimentares culturalmente apropriados nas crianças.

Assim, as preferências e os padrões de ingestão das crianças são em grande parte um reflexo dos alimentos que se tornam familiares a elas e, na medida em que

frutas e vegetais estão presentes e prontamente disponíveis e acessíveis em casa, elas aprendem a consumi-las.

Nesse contexto, por entender que as crianças aprendem sobre comida por meio da experiência direta de se alimentar e observando o comportamento alimentar dos outros, entendeu-se importante preparar um material educativo direcionado aos pais, para que estes possam desenvolver atitudes que incentivem uma alimentação saudável e nutritiva. O material está disponível no Apêndice D desta dissertação.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As escolas são um cenário fundamental para alcançar um grande número de crianças por um período prolongado de tempo. A criação de um ambiente escolar pode influenciar positivamente os comportamentos de estilo de vida, por meio da implementação de políticas, currículos e atividades extracurriculares complementares que visem à educação nutricional.

As escolas têm a capacidade de impactar a saúde pública futura, promovendo o conhecimento e as habilidades para ajudar os alunos a se relacionarem com a comida de maneira positiva e saudável, pois os ambientes educacionais fornecem experiências iniciais importantes que ajudam a desenvolver o gosto das crianças pela comida, sua compreensão dos contextos sociais nos quais a alimentação ocorre e sua capacidade de fazer escolhas saudáveis à medida que se tornam jovens adultos.

Por entender a importância deste tema ser problematizado à luz das percepções, experiências, trajetórias institucionais e contextos dos atores sociais envolvidos nos processos em que ocorrem essas práticas, este estudo buscou verificar, junto à nutricionista da secretaria municipal de educação, os fatores considerados no processo de elaboração dos cardápios escolares no município.

Constatou-se que os cardápios oferecidos no município são elaborados respeitando as faixas etárias, a cultura local e os costumes alimentares das crianças, sendo organizados mensalmente e, sempre que alimentos novos são inseridos nas refeições, são realizados testes de aceitabilidade, pra que não ocorra rejeição por parte dos alunos.

A literatura tem associado continuamente a boa nutrição à prontidão para a aprendizagem, ao desempenho acadêmico e à diminuição dos problemas emocionais. Isso significa que é preciso conectar a saúde, por meio da educação nutricional, a todo o currículo, incluindo a alimentação escolar nestas ações, entendendo que tudo começa com a comida no prato das crianças.

Mas não basta que a alimentação escolar seja nutritiva. Refeições saudáveis não farão diferença para a saúde dos alunos se estes as rejeitarem ou as jogarem fora. A comida precisa ser atraente e apelativa para as crianças e jovens. Felizmente para os educadores de nutrição, alimentos frescos de boa qualidade costumam ter um sabor melhor e quando os alunos experimentam alimentos frescos, às vezes

pela primeira vez, muitas vezes descobrem que gostam e passam a consumi-lo com maior regularidade. Assim, entendendo que o preparo desses alimentos influencia sobre a aceitabilidade dos mesmos, este estudo investigou, junto às merendeiras, a aceitabilidade da merenda escolar oferecida nas escolas.

Constatou-se que os alunos aceitam muito bem a alimentação oferecida nas escolas, consumindo frutas, verduras e legumes frescos diariamente, desde o berçário, considerando-a deliciosa. Assim, estas crianças são estimuladas ao consumo de alimentos nutritivos desde muito pequenas, criando hábitos saudáveis que, provavelmente, perdurarão ao longo de toda a vida.

Apesar de não fazer parte do escopo desta pesquisa, constatou-se que grande parte das frutas, legumes e hortaliças são comprados localmente, para serem preparados e servidos frescos, o que ajuda os agricultores e a economia local, pois as escolas representam uma demanda confiável e estável de produtos, permitindo que estabeleçam melhores controles de plantio, colheita e comercialização. Comprar localmente também reduz os custos dos alimentos, reduzindo o transporte de alimentos por longas distâncias.

Os hábitos de nutrição para toda a vida e as lições que as crianças adquirem nos programas de alimentação escolar não terminam com uma alimentação melhor. Um currículo de sistemas alimentares deve promover a compreensão sobre a origem dos alimentos e os ciclos naturais que os produzem. A maneira como as refeições são servidas faz parte do currículo oculto² que diz aos alunos o que a escola realmente acredita sobre a comida. Por fim, um programa nutricional de sucesso também precisa envolver os pais, além de motivar as crianças com aulas de culinária para que cultivem ou preparem os alimentos que comem, tornando esses alimentos mais atraentes, o que tem sido feito na rede municipal.

² Currículo oculto refere-se às lições, valores e perspectivas não escritas, não oficiais e muitas vezes não intencionais que os alunos aprendem na escola. Enquanto o currículo "formal" consiste nos cursos, aulas e atividades de aprendizagem das quais os alunos participam, bem como no conhecimento e nas habilidades que os educadores ensinam intencionalmente aos alunos, o currículo oculto consiste nas mensagens acadêmicas, sociais e culturais implícitas que são comunicados aos alunos enquanto eles estão na escola.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, L. P. et al. Relação da obesidade com o comportamento alimentar e o estilo de vida de escolares brasileiros. **Nutr. Clín. Diet. Hosp**, v. 36, n. 1, p. 17-23, 2016.

BERTIN, L. R. et al. Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Rev Paul Pediatr**, v. 28, n. 3, p. 303-308, 2010.

BEZERRA, J. A. B. **Educação alimentar e nutricional: articulação de saberes**. Fortaleza: Edições UFC, 2018.

BRASIL. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

BRASIL. **Emenda Constitucional nº 64**, de 4 de fevereiro de 2010. Altera o art. 6º da Constituição Federal, para introduzir a alimentação como direito social. Brasília: Senado Federal, 2010.

BRASIL. **Lei Nº 11.326**, de 24 de junho de 2006. Estabelece as diretrizes para a formulação da Política Nacional da Agricultura Familiar e Empreendimentos Familiares Rurais. Brasília: Senado Federal, 2006.

BRASIL. Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional. **Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional 2012–2015**. Brasília: CONSEA, 2011.

BRASIL. **Lei nº 11.947**, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica; altera as Leis nº 10.880, de 9 de junho de 2004, 11.273, de 6 de fevereiro de 2006, 11.507, de 20 de julho de 2007; revoga dispositivos da Medida Provisória nº 2.178-36, de 24 de agosto de 2001, e a Lei nº 8.913, de 12 de julho de 1994; e dá outras providências. Brasília: Senado Federal, 2009a.

BRASIL. **Portaria Interministerial Nº 1.010**, de 08 de maio de 2006. Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Brasília: Gabinete da Casa Civil, 2006.

BRASIL. **Resolução/CD/FNDE Nº 38**, de 16 de julho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. Brasília: Ministério da Educação, 2009b.

BRASIL. **Resolução nº 6**, de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Brasília: Ministério da Educação, 2020.

BRASIL. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social, 2018.

BURLANDY, L.; ANJOS, L. A. Acesso à alimentação escolar e estado nutricional. **Cad. Saúde Pública**, v. 23, n. 5, p. 1217-1226, 2007.

CARMO, M. C. L.; CASTRO, L. C. V. Educação nutricional para pré-escolares: uma ferramenta de intervenção. **Rev. Eletr. De Extensão**, v. 11, n. 18, p. 66-79, 2014.

CERVATO-MANCUSO, A. M. et al. School feeding programs' role in forming eating habits. **Rev. Paul. Pediatr**, v. 31, n. 3, p. 324-330, 2013.

CÉSAR, C. C.; SOARES, J. F. Desigualdades acadêmicas induzidas pelo contexto escolar. **Revista Brasileira de Estudos de População**, v. 18, n. 1/2, p. 97-110, 2006.

CHAVES, L. G. **Formação de merendeiras na perspectiva da promoção da alimentação saudável na escola: as capacitações no âmbito dos Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição do Escolar**. 2011. 97f. Dissertação (Mestrado Profissional em Ensino em Ciências da Saúde) – Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, 2011.

CORRÊA, R. S. et al. Atuação do nutricionista no Programa Nacional de Alimentação Escolar na região sul do Brasil. **Ciênc Saúde Coletiva**, v. 22, n. 2, p. 563-574, 2017.

COSTA, R. G.; SILVA, Y. M. P.; RIBEIRO, R. L. Obesidade Infantil: Uma Revisão Bibliográfica. **Revista Saúde e Ambiente**, v. 3 n. 1, p. 4-12, 2008.

COUTINHO, J. G.; GENTIL, P. C.; TORAL, N. A desnutrição e obesidade no Brasil: o enfrentamento com base na agenda única da nutrição. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 24, Suppl 2, p. 332-340, 2008.

COUTINHO, W. Consenso Latino-Americano de Obesidade. **Arq. Bras. Endocrinol. Metab**, v. 43, n. 1, p. 21-60, 1999.

DE ANGELIS, R. C. **Riscos e prevenção da obesidade: fundamentos fisiológicos e nutricionais para o tratamento**. Atheneu: São Paulo, 2005.

ELIAS, L. P. et al. Impactos socioeconômicos do Programa Nacional de Alimentação Escolar na agricultura familiar de Santa Catarina. **Revista de Economia e Sociologia Rural**, v. 57, n. 2, p. 215-233, 2019.

FEFERBAUM R, L. C. et al. Avaliação antropométrica por bioimpedância de um programa de educação nutricional para escolares na faixa etária de 7-14 anos durante o período de 10 meses. **Rev Bras Crescimento Desenvolv Hum**, v. 22, n. 3, p. 283-290, 2012.

FERNANDES, A. G. S. **Alimentando o saber: o perfil das merendeiras, suas percepções em relação ao ofício e as possibilidades para a educação.** 2012. 116f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2012.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

HALPERN, G. **Etnicidad, inmigración y política.** Representaciones y cultura política de exiliados paraguayos en Argentina. Buenos Aires: Prometeo, 2009.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. **Pesquisa Nacional em Saúde 2019.** Rio de Janeiro: IBGE, 2019.

JOVCHELOVITCH, S.; BAUER, M. W. Entrevista narrativa. In: BAUER, M. W.; GASKELL, G. (Eds.). **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: Um manual prático.** Petrópolis: Vozes, 2008.

KOCK, M. M.; LEITE, D. G. Educação nutricional para pré-escolares: a horta como ferramenta de ensino. **Revista Nutrir**, v. 1, n. 1, p. 1-11, 2014.

LACERDA, E. et al. **Nutrição em Obstetrícia e Pediatria.** Rio Janeiro: Cultura Médica, 2005.

LEAL, C. M. **Concepções de professoras e merendeiras sobre o consumo de frutas e hortaliças em uma escola pública do Rio de Janeiro, RJ.** 2011. 106 p. Dissertação (Mestrado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2011.

LOCATELLI, N. T.; CANELLA, D. S.; BANDONI, D. H. Influência positiva da merenda escolar no consumo alimentar no Brasil. **Nutrição**, v. 53, n. 1, p. 140-144, 2018.

LOPES, B. J. **Análise da implementação do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE a partir de instrumentos de avaliação de políticas e fiscalização de programas governamentais.** 2017. 168f. Tese (Doutorado em Extensão Rural) – Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, 2017.

MANÇO, A. M.; COSTA, F. N. A. Nutritional education: possible directions. **Alim. Nutr.**, v. 15, n. 2, p. 145-153, 2004.

MARREIRO, N. A. M.; ZEMINIAN, L. B. A importância da educação alimentar e nutricional na primeira infância. **Revista Medicina e Saúde**, v. 2, n. 3, p. 127-142, 2019.

MARTINEZ, J. A. Body-weight regulation: causes of obesity. **Proc. Nutr. Soc**, v. 59, p. 337-45, 2010.

MARTINEZ, S.; PINHO, F. Política de alimentação escolar brasileira: Representações sociais e marcas do passado. **Arquivos Analíticos de Políticas Educacionais**, v. 24, n. 66, p. 1-31, 2016.

MELGAÇO, M. B. **As merendeiras do DF: voz e silêncio no Programa Nacional de Alimentar Escolar**. 2021. 233f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação) — Universidade de Brasília, Brasília, 2021.

MONTEIRO, W. D. Aspectos fisiológicos e metodológicos do condicionamento físico na promoção da saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 1, n. 3, p. 44-58, 2016.

MOREIRA, M. A. et al. Excesso de peso e fatores associados em crianças da região nordeste do Brasil. **J Pediatr**, v. 88, n. 4, p. 347-352, 2012.

NASCIMENTO, F. A.; GABE, K. T.; JAIME, P. C. Vigilâncias em saúde: o lugar da vigilância alimentar e nutricional e da vigilância sanitária de alimentos. In: JAIME, P. C.(Org). **Políticas Públicas de Alimentação e Nutrição**. Rio de Janeiro: Atheneu, 2019.

OLIVEIRA, M. N.; SAMPAIO, T. M. T.; COSTA, E. A. Educação nutricional de pré-escolares – um estudo de caso. **Rev. Brasileira, de Economia Doméstica**, v. 25, n. 1, p. 93-113, 2014.

PAIVA, J. B. et al. Significados da alimentação escolar segundo alunos atendidos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Ciênc Saúde Coletiva**, v. 21, n. 8, p. 2507-2516, 2016.

PROENÇA, R. P. C. et al. **Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições**. Florianópolis: UFSC, 2018.

RAMOS, F. P.; SANTOS, L. A. S.; REIS, A. B. C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Cad Saúde Pública**, v. 29, n. 11, p. 2147-2161, 2013.

REIS, C. E. G. et al. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil. **Rev. Paul Pediatr**, v. 29, n. 4, p. 625-33, 2011.

RIGO, N. N. et al. Educação nutricional com crianças residentes em uma associação beneficente de Erechim, RS. **Vivências**, v. 6, n. 11, p.112-118, 2010.

ROSSI, C. E. et al. Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 2, p. 443-454, 2019.

SANTOS, L. A. S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 2, p. 453-462, 2012.

SOARES, D. S. B. et al. Análise da qualidade dos cardápios do Programa Nacional de Alimentação Escolar em um município do Rio de Janeiro: Brasil. **Rev Chil Nutr**, v. 42, n. 3, p. 235-240, 2015.

SOARES, P. et al. Brazilian National School Food Program as a promoter of local, healthy and sustainable food systems: evaluating the financial implementation. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 23, n. 12, p. 4189-4197, 2018.

SOUZA, A. A. et al. Atuação de nutricionistas responsáveis técnicos pela alimentação escolar de municípios de Minas Gerais e Espírito Santo. **Ciênc Saúde Coletiva**, v. 22, n. 2, p. 593-606, 2017.

SOUZA, M. C. C. et al. Fatores associados à obesidade e sobrepeso em escolares. **Revista Texto Contexto Enferm**, v. 23, n. 3, p. 712-719, 2014.

TORAL, N.; SLATER, B. Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 12, n. 6, p. 1641-50, 2017.

VALENTE, J. A. **Repensando as situações de aprendizagem: o fazer e o compreender**. Boletim do Salto para o Futuro. TV Escola. Brasília: Ministério da Educação, 2010.

YIN, R. K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. 4. Ed. Porto Alegre: Bookman, 2010.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), do estudo/pesquisa intitulado(a) QUALIDADE E ACEITABILIDADE DA MERENDA ESCOLAR NAS ESCOLAS DE ENSINO FUNDAMENTAL DE UM MUNICÍPIO DO INTERIOR DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO, conduzida por Lívia França Costa. Este estudo tem por objetivo geral e específicos Investigar a qualidade e aceitabilidade da merenda escolar em um município do interior do estado do Espírito Santo. Verificar, junto aos nutricionistas da secretaria municipal de educação, os fatores considerados no processo de elaboração dos cardápios escolares no município. Investigar a aceitabilidade da merenda escolar oferecida nas escolas municipais. Propor uma cartilha com material educativo sobre bons hábitos alimentares, direcionada às famílias dos estudantes.

Sua participação nesta pesquisa consistirá em responder perguntas. A população do estudo é composta pelas nutricionistas e uma merendeira das escolas de Ensino Fundamental da rede municipal de Presidente Kennedy-ES, que possui 20 escolas para atender estudantes da pré-escola ao segundo segmento do Ensino Fundamental, sendo três Centros Municipais de Educação Infantil em tempo integral, três Escolas Polo, quatro Escolas Pluridocentes e dez voltadas às Escolas de Campo.

A amostra será formada pelas nutricionistas da Secretaria Municipal de Educação e merendeiras da rede municipal.

O instrumento utilizado para a coleta de dados será uma entrevista com as nutricionistas e com as merendeiras, onde se buscará verificar de que forma os cardápios são elaborados, de que forma os alimentos são oferecidos e se há uma boa aceitabilidade por parte dos alunos.

Para o desenvolvimento deste estudo, primeiramente este projeto deverá ser aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Vale do Cricaré. Em seguida, a pesquisa deverá ser autorizada pela secretaria municipal de educação, através da assinatura da Carta de Aceite.

Os participantes da pesquisa, após serem esclarecidos sobre os objetivos, deverão assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes do início das entrevistas, que será elaborado um questionário no Google Forms a ser enviado as três nutricionistas e uma merendeira na rede municipal da cidade de Presidente Kennedy-ES onde poderão contribuir previamente sob a qualidade e aceitabilidade da merenda escolar nas escolas. Os dados obtidos nas entrevistas serão tratados utilizando a análise narrativa para que sejam alcançados os objetivos e resultados. A coleta de dados será realizada somente após a aprovação do Comitê de Ética, antes da realização da pesquisa, a pesquisadora entrará em contato com as mesmas para dialogar sobre o assunto.

Primeiramente, os dados das questões fechadas da entrevista serão analisados de forma quantitativa, sendo apresentados em forma de tabelas com o número total e percentual de respostas obtidas. Os dados obtidos nas questões abertas das entrevistas serão tratados utilizando a análise narrativa, que se concentra em utilizar as histórias e experiências compartilhadas pelas pessoas para responder às perguntas da pesquisa.

A premissa da análise narrativa é que as histórias têm um propósito funcional, auxiliando a dar sentido ao mundo. Portanto, ao analisar as histórias e as maneiras

como são contadas, o pesquisador desvenda as maneiras pelas quais as pessoas lidam, enfrentam e dão sentido à realidade.

Você foi selecionado(a) por fazer parte da qualidade e aceitabilidade da merenda escolar no Município de Presidente Kennedy-ES. 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.

Os possíveis riscos da participação no presente estudo prevê um constrangimento ao realizar a entrevista. Para minimizar este constrangimento, será realizada uma conversa prévia com os participantes e direcionado através do email pessoal e via Whatsapp dos mesmos que irá participar desta pesquisa, onde possa se sentir mais confortável e a vontade para realizar o questionário. Sendo assim, em caso de algum desconforto, ou mal estar, a pesquisadora do presente estudo ira encaminhar o participante para o serviço de atendimento médico mais próximo do local da sua residência.

Espera-se, com esta pesquisa, contribuir para o aprimoramento da qualidade e aceitabilidade da merenda escolar oferecida à Educação Infantil, no município de Presidente Kennedy-ES e, a partir dos resultados obtidos, propor a Secretaria Municipal de Educação do município de Presidente Kennedy uma cartilha com material educativo sobre bons hábitos alimentares, direcionada às famílias dos estudantes..

Os dados obtidos por meio desta pesquisa serão confidenciais e não serão divulgados em nível individual, visando assegurar o sigilo de sua participação.

O(s) pesquisador(es) responsável se compromete(m) a tornar públicos nos meios acadêmicos e científicos os resultados obtidos de forma consolidada sem qualquer identificação de indivíduos participantes.

O participante da pesquisa que vier a sofrer qualquer tipo de dano resultante de sua participação na pesquisa, previsto ou não no Registro de Livre e Esclarecido, tem direito a assistência e a buscar indenização. Para garantir a participação desta pesquisa, o pesquisador irá adotar todas as medidas cabíveis para proteger o participante.

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.

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 EM PESQUISA - FVC
SÃO MATEUS (ES) - CEP: 29933-415
FONE: (27) 3313-0028 / E-MAIL: CEP@IVC.BR

PESQUISADORA RESPONSÁVEL: LÍVIA FRANÇA COSTA
ENDEREÇO: SANTO EDUARDO
PRESIDENTE KENNEDY (ES) – CEP: 29350-000
FONE: (28) 99922-3356 / E-MAIL: LIVIAFRANCACOSTA@OUTLOOK.COM

APÊNDICE B – ENTREVISTA COM A NUTRICIONISTA

1. Tempo de atuação como nutricionista
2. Tempo de atuação na merenda escolar
3. Existe algum documento oficial de orientação ao preparo do cardápio?
4. Como são elaborados os cardápios das escolas?
5. Os cardápios são elaborados com que frequência?
Mensal
Quinzenal
Semanal
Outra: _____
6. Os cardápios são elaborados de acordo com a faixa etária e/ou nível de ensino?
Sim
Não
7. Com que frequência os cardápios oferecem porções de frutas e hortaliças nas refeições?
Diária
Semanal
Quinzenal
Mensal
8. O cardápio elaborado é cumprido? Em caso negativo, em que situações ele é alterado?
9. Há visitas periódicas das nutricionistas nas escolas? Em caso positivo, com que frequência?
10. São realizados testes de aceitabilidade da merenda escolar? Em caso afirmativo, como ocorrem?
11. A equipe de nutrição desenvolve ações de incentivo/educativas à alimentação e hábitos saudáveis nas escolas? Se sim, como elas funcionam?

APÊNDICE C – ENTREVISTA COM AS MERENDEIRAS

1. Há quanto tempo trabalha com alimentação escolar?

2. Você acha que o cardápio oferecido na escola está adequado ao público-alvo (Quanto a idade, região onde mora, cultura)?

Sim

Não. Por quê? _____

3. A secretaria de educação ofereceu/oferece cursos quanto ao preparo da merenda?

4. Quais as principais reclamações que os alunos costumam fazer da merenda?

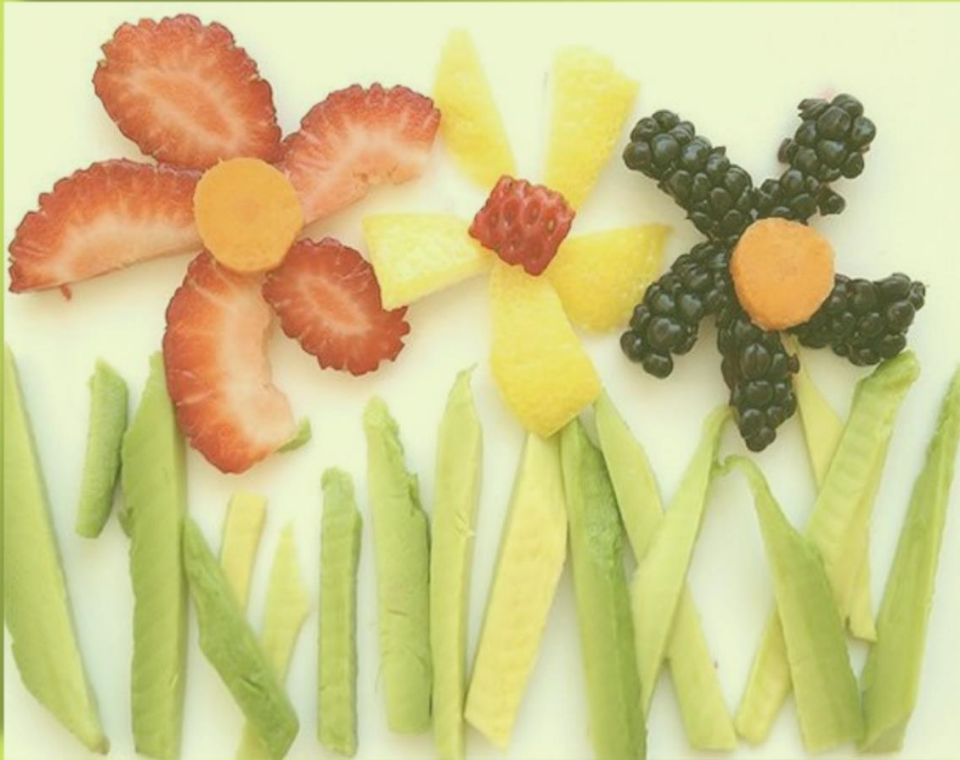
5. Quais os principais elogios que os alunos costumam fazer à merenda?

6. Vocês costumam receber a visita do nutricionista? Com qual frequência?

7. Há ações de incentivo/educativas à alimentação e hábitos saudáveis na escola?

Se sim, como elas funcionam?

Livia França Costa
Luciana Barbosa Firmes Marinato



Aos pais...

A infância é a melhor época para aprender hábitos saudáveis que podem durar por toda a vida.

Uma alimentação saudável pode ajudar seu filho a se sentir bem, manter ou atingir um peso saudável e ter muita energia para a escola e as brincadeiras. Na verdade, uma alimentação saudável pode ajudar toda a sua família a viver melhor.

Se você mantiver escolhas alimentares saudáveis, é mais provável que seu filho coma alimentos saudáveis. É simples assim.

O primeiro passo para incentivar e ensinar hábitos alimentares saudáveis é oferecer alimentos nutritivos.

Pensando nisto, oferecemos algumas sugestões que podem ajudar os pais a incentivar comportamentos alimentares saudáveis e nutritivos.

Você pode usar algumas ou todas as sugestões ou pode encontrar outras que funcionem para sua família.



Primeiros passos...

Estabeleça uma programação regular de lanches e refeições. A maioria das crianças se dá bem com três refeições e dois ou três lanches por dia. Quando o corpo do seu filho está acostumado a uma programação, a fome e o apetite são mais regulares. Isso ajuda seu filho a se sentir mais em sintonia com seu corpo.



Encontre pelo menos um alimento de cada grupo de alimentos de que seu filho goste e certifique-se de que esteja disponível na maior parte do tempo. Não se preocupe se seu filho gosta de apenas um vegetal ou de um ou dois tipos de alimentos ou frutas proteicos. As crianças tendem a aceitar novos alimentos gradualmente e suas preferências aumentam com o tempo.

Primeiros passos...

Faça com que seu filho tome um café da manhã saudável. Ajuda seu filho a manter um peso saudável. Tomar o café da manhã inicia o processo de uso de calorias ao longo do dia. Também dá ao seu filho energia para pensar e aprender na escola.



Coma em família com a maior frequência possível. Mantenha as refeições em família agradáveis e positivas.

Seja um bom modelo. Suas próprias escolhas alimentares e de estilo de vida são uma ferramenta de ensino poderosa. Seu filho vê as escolhas que você faz e segue seu exemplo.



Desenvolvendo bons hábitos...

Ofereça alimentos novos certificando-se de incluir outro alimento que seu filho já goste. Não desista de oferecer novos alimentos. As crianças podem precisar de muitas tentativas antes de aceitar um novo alimento.



Faça do fast food um evento ocasional e peça as menores porções disponíveis.

Desenvolvendo bons hábitos...

Não use a comida como recompensa pelo sucesso na escola ou nos esportes e não recompense o comportamento alimentar desejado (como terminar um prato de comida ou experimentar um novo).



Substitua as bebidas doces por água. Incentive seu filho a beber água quando estiver com sede.

Desenvolvendo bons hábitos...

Ajude seu filho a entender a alimentação saudável, ensinando-lhe sobre os alimentos - de onde vem, como cresce, quais nutrientes contém e quanta energia possui.



Plante um pouco de sua própria comida no quintal ou em uma panela na varanda dos fundos. Deixe que seus filhos tenham suas próprias plantas para cuidar.



Desenvolvendo bons hábitos...

Deixe seus filhos começarem a ajudá-lo a cozinhar assim que mostrarem interesse. Ensine-lhes receitas simples e saudáveis.

Na mesa de jantar, indique os vários grupos de alimentos da refeição. Faça um jogo de nomear esses grupos de alimentos para ensinar às crianças a importância da variedade e das necessidades nutricionais.



Lembrete importante!



Como pais, vocês têm um papel importante na formação dos hábitos alimentares dos seus filhos. Ao criar um ambiente alimentar positivo e ser um bom modelo, vocês podem ajudá-los a desenvolver hábitos alimentares saudáveis que podem ter um impacto duradouro em sua saúde.





Este material foi elaborado como produto final da dissertação de Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação da Faculdade Vale do Ericaré.

*São Mateus
2021*

ANEXO A – CARTA DE ANUÊNCIA**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO****TERMO DE AUTORIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO COPARTICIPANTE**

Eu, FÁTIMA AGRIZZI CECCON, ocupante do cargo de Secretária Municipal de Presidente Kennedy, autorizo a realização nas escolas da rede municipal a pesquisa **QUALIDADE E ACEITABILIDADE DA MERENDA ESCOLAR NAS ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DE UM MUNICÍPIO DO INTERIOR DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**, sob a responsabilidade da pesquisadora Lívia França Costa, tendo como objetivo primário (geral) investigar a qualidade e aceitabilidade da merenda escolar em um município do interior do estado do Espírito Santo.

Afirmo que fui devidamente orientada sobre a finalidade e objetivos da pesquisa, bem como sobre a utilização de dados exclusivamente para fins científicos e que as informações a serem oferecidas para o pesquisador serão guardadas pelo tempo que determinar a legislação e não serão utilizadas em prejuízo desta instituição e/ou das pessoas envolvidas, inclusive na forma de danos à estima, prestígio e/ou prejuízo econômico e/ou financeiro. Além disso, durante ou depois da pesquisa é garantido o anonimato dos sujeitos e sigilo das informações.

Esta instituição está ciente de suas corresponsabilidades como instituição coparticipante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos participantes da pesquisa nela recrutados, dispondo da infraestrutura necessária para tal.

Presidente Kennedy, 23 de abril de 2021.

Assinatura do responsável e carimbo

Fátima Aguzzi Cecon
Secretária Municipal de Educação
Decreto n.º 129/2019

ANEXO B – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA



INSTITUTO VALE DO CRICARÉ



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: QUALIDADE E ACEITABILIDADE DA MERENDA ESCOLAR NAS ESCOLAS DE ENSINO FUNDAMENTAL DE UM MUNICÍPIO DO INTERIOR DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

Pesquisador: LIVIA FRANCA COSTA

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 49437921.0.0000.8207

Instituição Proponente: INSTITUTO VALE DO CRICARE LTDA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.853.922

Apresentação do Projeto:

De acordo com a pesquisadora, o trabalho abordará um estudo que será desenvolvido por meio de uma pesquisa exploratória, de natureza qualitativa. A população do estudo é composta pelas nutricionistas e merendeira das escolas de Educação Fundamental da rede municipal de Presidente Kennedy-ES, que possui 20 escolas para atender estudantes da pré-escola ao segundo segmento do Ensino Fundamental, sendo três Centros Municipais de Educação Infantil em tempo integral, três Escolas Polo, quatro Escolas Pluridocentes e dez voltadas às Escolas de Campo. A amostra será formada pelas três nutricionistas da Secretaria Municipal de Educação e uma merendeira da rede municipal. O instrumento utilizado para a coleta de dados será uma entrevista com as nutricionistas e com a merendeira, onde se buscará verificar de que forma os cardápios são elaborados, de que forma os alimentos são oferecidos e se há uma boa aceitabilidade por parte dos alunos. Os dados obtidos nas entrevistas serão tratados utilizando a análise narrativa.

Objetivo da Pesquisa:

A pesquisadora apresenta o seguinte objetivo primário: A merenda oferecida nas instituições escolares do Ensino Fundamental no município de Presidente Kennedy-ES possuem boa qualidade e aceitabilidade.

Endereço: Rua Humberto de Almeida Franklin, nº 217

Bairro: UNIVERSITARIO

CEP: 29.933-415

UF: ES

Município: SAO MATEUS

Telefone: (27)3313-0000

E-mail: cep@ivc.br



Continuação do Parecer: 4.853.922

Objetivo secundário:

- Verificar, junto aos nutricionistas da secretaria municipal de educação, os fatores considerados no processo de elaboração dos cardápios escolares no município;
- Investigar a aceitabilidade da merenda escolar oferecida nas escolas municipais;
- Propor uma cartilha com material educativo sobre bons hábitos alimentares, direcionada às famílias dos estudantes.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

De acordo com a pesquisadora os possíveis riscos da participação no presente estudo prevê um constrangimento ao realizar a entrevista. Para minimizar este constrangimento, será realizada uma conversa prévia com os participantes e direcionado através do email pessoal e via WhatsApp dos mesmos que irá participar desta pesquisa, onde possa se sentir mais confortável e a vontade para realizar o questionário. Sendo assim, em caso de algum desconforto, ou mal estar, a pesquisadora do presente estudo irá encaminhar o participante para o serviço de atendimento médico mais próximo do local da sua residência.

A preponente espera-se, com esta pesquisa, contribuir para o aprimoramento da qualidade e aceitabilidade da merenda escolar oferecida à Educação Infantil, no município de Presidente Kennedy-ES e, a partir dos resultados obtidos, propor a Secretaria Municipal de Educação do município de Presidente Kennedy uma cartilha com material educativo sobre bons hábitos alimentares, direcionada às famílias dos estudantes.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Mediante ao projeto, a pesquisadora espera-se com esta pesquisa, contribuir para o aprimoramento da qualidade e aceitabilidade da merenda escolar oferecida à Educação, no município de Presidente Kennedy-ES e, a partir dos resultados obtidos, propor a Secretaria Municipal de Educação do município de Presidente Kennedy uma cartilha com material educativo sobre bons hábitos alimentares, direcionada às famílias dos estudantes.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresentou os seguintes termos:

- TCLE das nutricionistas e merendeira;
- Projeto Original do estudo proposto com os questionários e cronograma;
- Folha de rosto devidamente preenchida e assinada;

Endereço: Rua Humberto de Almeida Franklin, nº 217
Bairro: UNIVERSITARIO **CEP:** 29.933-415
UF: ES **Município:** SAO MATEUS
Telefone: (27)3313-0000 **E-mail:** cep@ivc.br



INSTITUTO VALE DO CRICARÉ



Continuação do Parecer: 4.853.922

-Termo de teste (autorização da instituição coparticipante).

Recomendações:

-Citar na metodologia como foi realizada a escolha das nutricionistas e merendeira.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

De acordo com o projeto não houve falta de documento por parte da preponente.

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_1748773.pdf	02/07/2021 18:18:15		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMO_CONSENTIMENTO_LIVRE.docx	02/07/2021 18:17:24	LIVIA FRANCA COSTA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	TERMO_PROJETO_TERMo.doc	02/07/2021 18:04:05	LIVIA FRANCA COSTA	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	TERMO_TESTE.pdf	02/07/2021 10:11:15	LIVIA FRANCA COSTA	Aceito
Folha de Rosto	termo_teste_folha.pdf	02/07/2021 10:10:48	LIVIA FRANCA COSTA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: Rua Humberto de Almeida Franklin, nº 217

Bairro: UNIVERSITARIO

CEP: 29.933-415

UF: ES

Município: SAO MATEUS

Telefone: (27)3313-0000

E-mail: cep@ivc.br



Continuação do Parecer: 4.853.922

SAO MATEUS, 16 de Julho de 2021

Assinado por:
José Roberto Gonçalves de Abreu
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Humberto de Almeida Franklin, nº 217
Bairro: UNIVERSITARIO **CEP:** 29.933-415
UF: ES **Município:** SAO MATEUS
Telefone: (27)3313-0000 **E-mail:** cep@jvc.br