

## NUTRICIONISTA: SEU PAPEL NO ÂMBITO ESCOLAR

Kátia Farias Antero <sup>1</sup>

### RESUMO

Alimentação saudável é a idealização de todo nutricionista ao desempenhar sua função em qualquer espaço e sujeitos. Nesse sentido, a intenção é procurar estabelecer um equilíbrio nutricional que seja atrativo aos olhos da criança na escola, uma vez que a alimentação balanceada e nutritiva é uma necessidade para o desenvolvimento infantil e ao longo de toda vida. A ausência desse profissional no âmbito escolar acarreta, muitas vezes, em oferta de uma alimentação mais pobre de nutrição com menos valores nutricionais contidos em frutas, verduras e legumes, por exemplo, resultando na oferta maior em açúcares e comidas mais gordurosas. Essa investigação tem como objetivo ampliar a discussão acerca do papel do nutricionista na instituição escolar e sua relevância para todos os sujeitos que fazem parte da escola desde alunos à família. Essa pesquisa é de cunho bibliográfico ancorada em contribuições sobre a temática trazidas por Danelon; Danelon e Silva (2008); Albieiro e Alves (2007); Oliveira; Mendes (2008). Como conclusão fica evidente que as ações do nutricionista vão além de propiciar uma boa alimentação na escola através de um cardápio. Seu papel agrega valores ao ato de se alimentar despertando o cuidado e interesse de todos que compõem a escola em relação a saúde. Por isso, sua presença na escola é fundamental para uma alimentação mais equilibrada.

**Palavras-chave:** Nutricionista, Espaço escolar, Saúde, Alimentação, Sujeitos.

### INTRODUÇÃO

A escola é o espaço onde se promove a educação formal e cabe a ela discutir e apresentar a relevância do que é importante conhecer a cerca das possibilidades de promoção de uma vida com mais qualidade.

Com base nisso, cabe ser parceira da família no que tange a despertar o gosto pela alimentação saudável e na importância em oferecer alimentos coloridos como parte de sua contribuição levando a criança desde cedo fazer suas escolhas e preferências, aprendendo que quanto mais se alimentar saudavelmente, menos doença se adquire.

Quando se argumenta sobre a presença do nutricionista na escola pensa-se em instituição pública por possuir profissionais concursados, prestadores de serviços ou ainda contratados para exercer sua função. No entanto, reconhecer suas contribuições ultrapassa a

---

<sup>1</sup>Graduanda em Nutrição (UNIFATECIE); Graduanda em Licenciatura em Educação Física (UNIFATECIE); Graduada em Pedagogia e Letras (Unavida), Mestre em Psicanálise da Educação e Saúde - UNIDERC- (2014), Mestrado em Master of Science in Education pela The Grendal College and University, Brasil (2015), Mestre em Filosofia da Educação (Faculdade de São Bento), Doutora em Educação (UNISC); Docente do Centro Universitário UNINASSAU – Campina Grande –PB; Pesquisadora do Núcleo de Pesquisa e Extensão em Educação, cultura e diversidade – NUPEDI/IFPB–CNPQ. Email: [professorakatiaantero@hotmail.com](mailto:professorakatiaantero@hotmail.com)

educação pública e chega à educação privada. Esta última acredita que esse profissional é interessante ter na escola, mas muitas se negam a investir nos seus serviços. Acreditam que manter um nutricionista escolar é alto custo e gasto desnecessário. Mal sabem o quanto perdem com isso, pois quanto mais a escola oferecer uma equipe multidisciplinar e trabalhe de forma interdisciplinar, mais a visibilidade da instituição se expande.

Corroborando com os pensamentos de Ribeiro e Silva (2014) os hábitos alimentares podem ser aguçados e desenvolvidos na escola, uma vez que é um espaço onde os alunos passam a maior parte do seu tempo e tudo que é aprendido em relação à saúde dificilmente será esquecido ao longo da vida, pois mediante experiências serão gerados saberes para sua reeducação.

Assim, o objetivo dessa pesquisa visa ampliar a discussão acerca do papel do nutricionista na instituição escolar e sua relevância para todos os sujeitos que fazem parte da escola desde alunos à família. De cunho bibliográfico está ancorada em contribuições sobre a temática trazidas por Danelon; Danelon e Silva (2008); Albieiro e Alves (2007); Oliveira; Mendes (2008), dentre outros.

Trabalhos como esse justifica-se por ampliar a visão acerca do nutricionista e suas contribuições além dos muros da escola. Reconhece-se, ainda, as formas pelas quais o profissional pode auxiliar na educação alimentar dos alunos e sujeitos outros que compõem o espaço escolar.

Portanto, se faz coerente discutir sobre quem é o nutricionista e suas contribuições na escola quanto à saúde dos sujeitos que compõem a escola. Cabe ampliar tais discussões para compreender o quanto os hábitos alimentares contribuem para uma vida saudável e a instituição escolar tem uma parcela bastante significativa nesse processo.

## **METODOLOGIA**

É indiscutível os resultados advindos da realização de pesquisas científicas, pois é através delas que se amplia o conhecimento de forma mais aprofundada proporcionado a sociedade um saber mais amplo sobre as temáticas abordadas fazendo com que sejam molas impulsionadoras para outras investigações, uma vez que a intenção da pesquisa é provocar novas descobertas atualizando o que já se sabe ou saber do não conhecido.

Em relação a pesquisa Gil (2009, p. 42) discorre que ela pode ser definida “como o processo formal e sistêmico de desenvolvimento do método científico, que tem como objetivo descobrir respostas para problemas mediante o emprego de procedimentos científicos”

Reconhecendo a pesquisa bibliográfica como aquela que contribui para a produção de maneira científica pautada em estudos evidenciados e comprovados, essa investigação deu-se de modo bibliográfico, a saber, que esse tipo de estudo não contribui unicamente para o surgimento de novas descobertas e estudos, mas colabora para novas práticas e reflexões (RODRIGUES, 2006).

Procurou-se verificar os estudos advindos de autores que discorrem sobre o tema em evidência citando estudos de Danelon; Danelon e Silva (2008); Albieiro e Alves (2007); Oliveira; Mendes (2008), dentre outros.

## **DISCUSSÕES SOBRE O NUTRICIONISTA E HÁBITOS ALIMENTARES**

Reconhecer que a alimentação saudável contribui significativamente para a saúde do ser humano é algo primordial que todos precisam saber desde a mais tenra idade. Por isso, implicitamente pelo senso comum e nem tantos científicos, os pais introduzem o alimento nas refeições que as crianças fazem ao longo do seu dia.

Dessa forma, se compreende o quanto a alimentação nutritiva é uma necessidade para uma vida saudável por saber das contribuições do que se ingere resultantes nos músculos, ossos, cognição, tecidos e é na infância que o comportamento alimentar refletirá ao longos das demais etapas da vida.

Uma dieta saudável traz reflexos na mente e corpo do sujeito propiciando mais saúde e conseqüentemente longividade. Mas, tudo depende do que se alimenta e quais nutrientes estão sendo ingeridos, já que é necessário que haja equilíbrio também naquilo que se consome e que faz bem ao corpo. Estas informações fundamentam-se nos registros de Cunha (2014) ao defender que a vida saudavel está associada a harmonia dos nutrientes consumidos e isso dependerá das porções que estão sendo postas nas refeições e que precisam variar com verduras, legumes, frutas, leguminosas, cereais para que o prato fique colorido, diversificado e rico em nutrientes.

A autora esclarece que nos primeiros anos de vida o homem faz suas escolhas selecionandos suas preferências. Por isso, que o papel dos pais é tão importante concernente aquilo que é oferecido como alimento à criança em suas refeições. Nesse aspecto, as duas comunidades: família e escola, são tão importantes, uma vez que a elas competem o papel de ensinar e incentivar aos hábitos saudáveis.

A criança realiza refeições fora de casa (alimentação escolar, compra na cantina), o alimento passa a ter outra representação social importante (amigos), e o ambiente escolar torna-se a principal fonte de conhecimento formal sobre nutrição (JUZWIAK, 2013, p. 473)

De acordo com Souza (2014) desde que o sujeito nasce começa o hábito alimentar partindo das práticas alimentares que lhes são apresentados e habituados a realizar. No entanto, precisa-se salientar que nem tudo que se come é alimento. Boa parte do que se é consumido é produto alimentício e não trazem benefícios a saúde e qualidade de vida. Por esse motivo, está cada vez mais comum esboçar a expressão ‘é preciso descascar mais e desembalar menos’.

A partir de um alimento, é possível criar uma rede de conteúdos a serem trabalhados nas disciplinas tradicionais e em atividades extras, permitindo que as questões alimentares e nutricionais sejam desenvolvidas transversalmente, incluindo a participação de todos os atores envolvidos no processo – estudantes, professores, comunidade escolar e família. Os contos de fada tradicionais abrem inúmeras possibilidades (JUZWIAK, 2013, p. 478)

Nesse processo de conscientização a respeito da alimentação saudável entra a escola com um dos atores nesse cenário da promoção aos hábitos alimentares saudáveis. Para tanto, as informações não podem ser dadas apenas como frases soltas e sem respaldos científicos. É necessário que se comprove a eficácia e eficiência dos alimentos na saúde do corpo e o nutricionista escolar ocupa um lugar essencial nesse processo, pois parti-se do princípio de que é possível se alimentar de forma mais consciente na escola.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Nascemos fisicamente ‘desenhados’, e não prontos. Não se pode ter uma ideia de que somos autosuficientes, pois ao sair para o mundo externo ao útero da mãe é preciso se alimentar com nutrientes necessários ao desenvolvimento físico e mental do ser humano.

Piasetzki e Boff (2018) evidenciam que na fase da infância é desenvolvida boa parte dos hábitos alimentares e por esse motivo a escola acaba ocupando um lugar tão importante nesse processo de incentivo a boa alimentação quanto o da família.

Quando as crianças iniciam sua vida escolar na creche há todo um aparato para que ela cresça tendo bons hábitos de higiene, alimentar voltados para sua saúde. Isso acontece devido ao fato de permanecerem por um longo período do dia nessas instituições de ensino. Com base nesse contexto que Ribeiro e Silva (2013) afirmam que esse espaço é extremamente

relevante para que seja ofertada a criança uma alimentação balanceada e equilibrada promovendo aprendizado, cuidado, capacidade física, aguce a memória e atenção, além de adquirirem energias para desempenhar as atividades proporcionadas.

Nesse aspecto, a figura do nutricionista torna-se necessária para promover a conscientização sobre a alimentação adequada já desde pequenos e assim perpetuar os bons hábitos que serão propagados na escola. De acordo com Vestena, Scremin e Bastos (2018) a escola é enxergada como um espaço de convivência que

desempenha um papel-chave de aprendizagem e mudança de comportamento quanto à alimentação, seja por meio da merenda escolar, seja pelas práticas pedagógicas desenvolvidas com os alunos que tenham relação com a temática (p. 368)

Ainda completam afirmando que a escola é o ponto de partida inicial para o saber formal levando os alunos terem consciência de suas ações passando a refletir mais sobre elas de modo que possam emergir seus conhecimentos prévios (VESTENA; SCREMIN; BASTOS, 2018). Isso justifica a relevância do lugar do nutricionista na escola.

Há professores de Educação Infantil e dos Anos Iniciais do Ensino Fundamental que acham que suas orientações sobre o alimento substitui um profissional da área. É impossível! Não se está menosprezando o conhecimento dos professores nem muito menos enaltecendo o fazer do nutricionista, mas é importante que cada um desempenhe seus conhecimentos da maneira mais profunda e leve possível. Do mesmo modo que um nutricionista não daria aula da mesma forma que um professor.

Mas com não tem como o nutricionista atender a demanda das crianças ao mesmo tempo por estarem em turmas diferentes, cabe a ele orientar aos professores sobre as informações que já são passadas à cozinha para a preparação dos alimentos. Dá-se, portanto, a importância das orientações para os professores desde a infância.

Ainda é possível que o nutricionista desenvolva oficinas e formação continuada envolvendo o alimento. Este pode ser explorando junto a um projeto que o professor possa desenvolver em sala de aula com os alunos, aula contextualização, prática pedagógica destacando a alimentação saudável dentre outras metodologias e isso precisa ser uma ação permanente.

Nas escolas, o nutricionista é o profissional responsável por elaborar e aplicar ações voltadas à promoção de saúde com enfoque na alimentação e nutrição das crianças de forma coletiva. Estas intervenções buscam a promoção da autonomia e contribuem no processo de escolha de alimentos

saudáveis para todos, portanto, existe a limitação do profissional em atender necessidades específicas que hajam necessidades de terapias nutricionais, como por exemplo, crianças com seletividade alimentar. (ESPINDOLA, 2020, s.p)

Nesse contexto, vale lembrar que nenhum profissional deve trabalhar sozinho. É necessário o trabalho em equipe por parte da gestão, professores, merendeiras, secretarias e políticas públicas que estimulem os hábitos saudáveis.

Por muitos anos defendeu-se a ideia de que seria necessário fornecer uma boa merenda para evitar que houvesse evasão escolar. No entanto, hoje se reconhece que a alimentação faz parte do eixo educativo e que instiga a aprendizagem e no rendimento escolar contribuindo para a manutenção da saúde.

Os cardápios das escolas públicas são organizados pela nutricionista e debatidos com as cozinheiras e merendeiras com informações que vão dos valores nutricionais a organização do alimento nos pratos de modo que quanto mais a merenda for nutritiva e colorida, mas saudável é e bem vista aos olhos das crianças. “A implantação de intervenções que incentivam as merendeiras a preparar uma alimentação escolar saudável possui o foco na promoção de mudanças de atitudes comportamentais relacionadas à nutrição na escola” (SANTOS, 2017, p. 35)

Nota-se a relevância do nutricionista no contexto escolar no que tange a disseminação do conhecimento quanto aos alimentos, higiene, orientação quanto a preparação dos alimentos, consideração aos nutrientes, elaboração dos cardápios distribuindo com equilíbrio os alimentos oferecidos na merenda durante os 5 dias da semana.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Produzir sobre a relevância do nutricionista na escola nem sempre é um tema debatido, mas diante das informações elencadas ficou exposto o quanto esse profissional é necessário na instituição escolar seja escola de cunho público ou privado. Considera-se o objetivo traçado no início dessa produção como alcançado, uma vez que houveram respostas que evidenciassem-no.

É possível afirmar que o nutricionista é um agente do campo educacional, além da saúde, que pode e deve desenvolver ações conjuntas e interdisciplinares com outros sujeitos da escola para que o trabalho com alimentação seja positivo, pois pensar em nutrição não é apenas um prato bem feito, mas todo um cuidado com os valores nutricionais.

É interessante que os municípios destaquem o papel do nutricionista e a importância da alimentação durante a semana de planejamento que os professores participam oferecidas pelas secretarias de educação no início do ano e início do segundo semestre para promover a formação continuada também daqueles que trabalham diretamente com alimento. E, ainda, envolver palestra de nutricionista e como envolver a prática docente quanto a educação à saúde além de também em como trabalhar com as crianças menores que apresentam mais costumeiramente a rejeição a certos tipos de alimentos até porque os professores também sentem a necessidade de como oferecer o alimento de forma atrativa, uma vez que, a forma como este é apresentado na escola acaba influenciando nos hábitos saudáveis e alimentos no seu cotidiano familiar.

## REFERÊNCIAS

- ESPINDOLA, Elisa de. **A importância do nutricionista em âmbito escolar**. Centro Evolvere. Florianópolis/SC, 17 fev. 2020. Disponível em: <https://centroevolere.com.br/blog/a-importancia-do-nutricionista-em-ambito-escolar/> Acesso em: 21 jun. 2022.
- CUNHA, L. F. **A importância de uma alimentação adequada na educação infantil**. Trabalho de conclusão de curso (especialização em ensino de ciências) – Polo Ibaiti, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Ibaiti, 2014. 32 p.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2009.
- JUZWIAK, C. R. Era uma vez... um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional. **Revista Interface: Comunicação Saúde Educação**, 17(45):473-84, 2013.
- PIASETZKI, C. T. da R.; BOFF, E. T. de O. educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância. **Revista Contexto & Educação**, [S. l.], v. 33, n. 106, p. 318–338, 2018. DOI: 10.21527/2179-1309.2018.106.318-338. Disponível em: <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoeducacao/article/view/7934> Acesso em: 20 jun. 2022.
- RIBEIRO, G. N. M.; SILVA, J. B. L. A alimentação no processo de aprendizagem. **Eventos Pedagógicos**, v. 4, n. 2, p. 77-85, 2014.
- RODRIGUES, E. A educação e seus sujeitos na história. In: Congresso Brasileiro de História da Educação. 4., 2006. **Anais eletrônicos...** Goiânia: UCG, 2006.
- SANTOS, Deborah Maria dos. **A alimentação escolar como estratégia de educação alimentar e nutricional: uma revisão da literatura**. Trabalho de Conclusão de Curso (graduação de Nutrição). Universidade Federal de Pernambuco. Vitória de Santo Antão, 2017.

SOUZA, E.R. **Alimentação saudável na infância**. Trabalho de conclusão de curso (especialização em ensino de ciências) – Polo Goioerê, Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Goioerê, 2014. 31 p.

VESTENA, R. de F.; SCREMIN, G.; BASTOS, G. D. Alimentação saudável: contribuições de uma sequência didática interativa para o ensino de ciências nos anos iniciais. **Revista Contexto e Educação**, Ijuí: Ed. Unijuí, v. 33, n. 104, p. 365-394, 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21527/2179-1309.2018.104.365-394> . Acesso em: 21 jun. 2022.