



ALIMENTAÇÃO DAS CRIANÇAS NA ESCOLA

(1) Elvira Bezerra Pessoa/ UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAIBA

elvirabe@gmail.com

(2) Mirela Danubia Dos Santos Lima/ UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAIBA

bioelvira@gmail.com

(3) Adeilson Barros/ UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAIBA

adeilson25@bol.com.br

Resumo

A educação infantil é um espaço privilegiado para a promoção da saúde e desempenha papel fundamental na formação de valores, hábitos e estilos de vida, entre eles o da alimentação. A pesquisa objetivou em promover a partir do lúdico, hábitos alimentares saudáveis que são necessários para o crescimento e desenvolvimento na aprendizagem da criança na Educação Infantil. A pesquisa de campo foi realizada na Escola Municipal Jeremias Sérgio de Almeida, a mesma está situada na cidade de Campina Grande – PB. Os resultados permitiram perceber que apesar de não haver na escola projetos que contemplem a educação alimentar, os profissionais de educação da escola se preocupam e intervêm diariamente na alimentação das crianças, tendo em vista a sua importância. A escola é contemplada pelo programa FNDE, promovendo uma alimentação de qualidade através da merenda. A ação pedagógica pode contribuir muito para a formação de hábitos saudáveis na vida das crianças, através de projetos pedagógicos que envolvam além das crianças e funcionários da escola, a comunidade com os pais ou responsáveis, buscando levá-los o conhecimento sobre a importância de termos alimentação saudável para a nossa vida.

Palavras chave: Educação, saúde, merenda.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

1.Introdução

A educação infantil é um espaço privilegiado para a promoção da saúde e desempenha papel fundamental na formação de valores, hábitos e estilos de vida, entre eles o da alimentação. Com a intenção de garantir a promoção da alimentação saudável nas escolas, o Ministério da Saúde e o Ministério da Educação determinaram a Portaria Interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2006, que 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, favorecendo o desenvolvimento de ações que promovam e garantam a adoção de práticas alimentares mais saudáveis no ambiente escolar, sendo a educação alimentar e nutricional uma das ações prioritária (BRASIL, 2006).

A alimentação saudável no espaço escolar implica a integração de ações em questões fundamentais; ações de estímulo à adoção de hábitos alimentares saudáveis, por meio de atividades educativas que informem e motivem escolhas individuais; ações de apoio à adoção de práticas saudáveis por meio da oferta de uma alimentação nutricionalmente equilibrada no ambiente escolar e ações de proteção à alimentação saudável, por meio de medidas que evitem a exposição da comunidade escolar a práticas alimentares inadequadas.

Na idade escolar, a criança passa por importantes fases como o crescimento, desenvolvimento psicológico e corporal e também pela formação de hábitos alimentares que tendem a repercutir na adolescência e se solidificarem na vida adulta (ORTIZ et al., 2007; SUÑE et al., 2007). Nessa fase é fundamental iniciar atividades que tenham como objetivo prevenir a ocorrência de doenças e alterações nutricionais. Esses objetivos podem ser atingidos com a aplicação da educação nutricional e acompanhamento do estado nutricional dos escolares. O interesse pela saúde da criança em idade escolar assumiu importância, principalmente pelo fato de as crianças passarem grande parcela do tempo na escola, o que torna fácil utilizar este espaço com ensino voltado para saúde (SUCUPIRA; ZUCCOLOTTO, 2003).

Neste contexto, disseminação da informação e da organização do caminho do alimento desde sua produção, passando pelo fornecimento de insumos da produção até a escolha do cardápio do consumidor final e um importante instrumento de conscientização. Assim, consciente de que o tema se insere ou, deve ser inserido, no primeiro campo de ação da prática pedagógica, observando a crescente curiosidade dos alunos a respeito dos alimentos e a valorização crescente em nosso país pela cultura “Fast-food”, surgiu o nosso interesse em trabalhar essa temática. Os professores têm



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

uma influência importante frente às atitudes dos estudantes devido a seu contato expressivo e envolvimento com a escola e ambiente social (GAGLIANONE et al., 2006).

A educação alimentar deve ser iniciada na infância, período no qual o hábito alimentar é formado. Visto que a escola desempenha importante função na formação do hábito alimentar e que nesse ambiente as crianças e adolescentes permanecem por um expressivo período de tempo, ela pode ser considerada um local privilegiado para a intervenção na busca de um estilo de vida que tenha por objetivo uma boa qualidade de vida presente e futura (DANELON; DANELON; SILVA, 2006). Com base nessas considerações, essa pesquisa teve como objetivo abordar assuntos relacionados à alimentação saudável, ampliando os conhecimentos das crianças, incentivando os bons hábitos alimentares na escola utilizando histórias infantis sobre alimentação saudável e implementação de lanches coletivos com frutas na educação infantil e percepção das professoras sobre a temática em pesquisa.

2. Metodologia e Resultados

Foi adotada uma abordagem qualitativa e quantitativa por entender que, segundo Gamboa (1995), essa é a mais adequada à pesquisa educacional, e por julgar que, através da mesma, aprofunda-se a compreensão e a interpretação do objeto pesquisado. Foram usados como técnica de coleta dos dados, a observação, e a entrevista semi-estruturada. A pesquisa de campo foi realizada na Escola Municipal Jeremias Sérgio de Almeida, a mesma está situada na cidade de Campina Grande – PB, atendendo uma modalidade de ensino, a Educação Infantil, na faixa etária de 4 (quatro) anos à 5 (cinco) anos.

A Escola dispõe de 1 (uma) direção/secretaria, 4 (quatro) banheiros, sendo 2 (dois) adaptados para os alunos da Ed. Infantil e 1 (um) para acesso dos portadores de necessidades físicas e 1 (um) para o acesso dos funcionários. Disponibiliza 2 (duas) salas de aulas, 1 (uma) Pré I, 1 (uma) Pré II e 1 (um) pátio, com uma faixa de 7 funcionários desde a gestão até os serviços gerais. A turma do Pré II, onde realizamos todo período de estágio é composta por 21 (vinte e um) alunos contendo (13) meninos e (8) meninas, tratando-se da parte física a sala de aula tem um bom espaço, com cadeiras e carteiras, quadro branco e janelas amplas.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

Apesar do espaço físico da instituição de ensino não ser muito grande, favorece para o desenvolvimento da aprendizagem do alunado, junto à proposta de trabalho de toda equipe técnica e de educadores desta instituição.

Foi exibido o filme / vídeo: Sid Alimentação Saudável, que favoreceu uma aula mais dinâmica, interessante, ilustrativa sobre o tema em questão. As crianças gostaram do filme fizeram várias perguntas e dialogaram sobre os alimentos da casa do “Sid, o personagem” afirmando que não comem muitos tipos de frutas e a maioria delas disse não se alimentar de verduras e legumes. Conversamos sobre a importância nutricional dos alimentos baseado no filme de uma forma dinâmica para melhor compreensão da função dos alimentos.



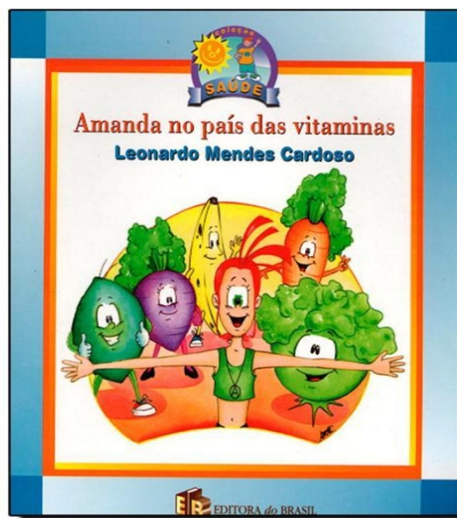
Figura 1: Conversa informal referente ao vídeo e sobre a importância de termos uma alimentação saudável

A figura 1, foi realizada ao decorrer da exibição do vídeo de Sid o Cientista, as crianças adoraram. Participaram todo o tempo e prestaram atenção em todos os detalhes. Também concordaram com o principal personagem da escola que guloseimas são seus “alimentos” preferidos mas que não traziam benefícios algum para sua saúde e sim malefícios. O personagem do filme levou a mensagem de hábitos alimentares saudáveis para a sua família possibilitando as crianças dialogarem também com os seus familiares.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO



Arquivo pessoal F.2: Contação da história Amanda no país das Vitaminas de CARDOSO, Leandro Mendes, Ed1, 2009, momento de descontração e interação com as crianças

Verificam-se nas imagens o momento da a contação da história: *Amanda no país das vitaminas de Leandro Mendes Cardoso*. Narra a história de uma menina que ao voltar da escola ler um livro e adormece, em meio de um sonho ela cai na gaveta da geladeira e tudo muito estranho começa acontecer.

A história é um reconto do livro: “Alice no país das Maravilhas”. Contada de maneira atrativa voltada para a alimentação saudável. Amanda a partir deste sonho, passa a ter novos hábitos alimentares e adquire conhecimentos importantes. Ao decorrer da atividade as crianças trouxeram questões e debates dizendo que não gostava de comer verduras e legumes apresentados a partir das imagens.



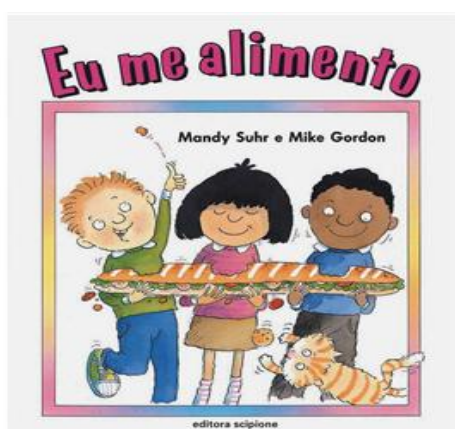
II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO



Arquivo pessoal F.3: Atividade realizada com as crianças através de colagem: Montar uma cesta com frutas, cores e vitaminas, momentos de distração dos alunos

As frutas são essenciais para todos, possuem diversas vitaminas que devem ser ingeridas para um bom funcionamento do nosso corpo, trabalhamos ao decorrer desta atividades cores, sabores e sua importância. Verificam-se na figura 3 os alunos completaram as frutas com o desenho e montaram uma cesta de acordo com as frutas que já conhecem. Essa atividade propôs descobertas e interação, que surgiam com interrogações e diálogos “Já comi uva verde! Existe duas cores de uva, uma é doce e a outra azeda”/”A laranja é azeda como o limão e parece o gostinho, num é tia?” , falas ditas pelas crianças.





II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

Arquivo pessoal F.4: Contação da história: Eu me alimento de Mondy Suhr e Mike Gordon, Ed Scipione, exposição de frutas, verduras e alguns legumes, trabalhando cores e sabores

Na mesma perspectiva de abordagem de alimentação saudável trabalhamos o livro: Eu me alimento de Mondy Suhr e Mike Gordon como verifica-se na figura 4. Para introduzir a degustação de alimentos saudáveis. Em sequência realizamos atividades. Momento de descontração em que as crianças degustaram até cenoura, tomate e frutas com prazer, Após contar a história e participar deste momento as crianças ficaram encantadas pelo fato de provar algumas frutas que nunca comeram, talvez pela falta de acesso em casa ou pelo fato de se sentirem incentivadas pelos momentos ali vividos a partir da história e dos diálogos além da merenda disponível da escola.



Arquivo pessoal F 5: Alguns registros da merenda escolar que a escola dispõe a partir das verbas fornecidas pelo governo através dos programas de alimentação

Observa-se a rotina da merenda escolar. Baseada na temática trabalhada, onde a merenda disponibilizada é de qualidade e saudável. Os exemplos são a sopa e o arroz de leite. As crianças fizeram comentários a respeito da merenda, afirmando ser saborosa e que eles gostam, as imagens demonstram a satisfação da criançada apreciando o alimento que a escola pública está oferecendo de grande valor nutritivo. Nessa



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

perspectiva a criança bem alimentada consegue aprender mais e melhora a concentração na escola.

As atividades elaboradas e realizadas como mostram as imagens, foram fundamentais no desenvolvimento do projeto, visto que, a investigação parte de alguns questionamentos e dos resultados de algumas atividades, as crianças podiam expor o seu cardápio alimentar no caso do almoço, como também falavam e colocava em destaque o seu “paladar” dizendo o que gosta de comer e o que não gosta. Assim nas aulas posteriores trabalhávamos como base nestas participações registradas.

As atividades realizadas foi um dos incentivos da participação dos familiares em casa, e as crianças também falavam “minha mãe não coloca verdura no meu almoço e também não come”, por exemplo. É importante que a família participe ativamente deste processo e inserir uma rotina de bons hábitos alimentares saudáveis e não excluir tais informações e práticas fundamentais para o desenvolvimento físico e intelectual dos seus filhos e familiares.

O cardápio escolar dispõe de uma alimentação balanceada e saudável, contendo suco de frutas ricos em vitaminas. Carboidratos: pão e arroz e de Proteínas: carne e leite, aprovado pelas nutricionistas das escolas do Município. A escola exerce influência decisiva na formação dos hábitos e consumo alimentar das crianças. Observamos que o cardápio era seguido diariamente e descobrimos que a direção da escola ao elaborar ou mudar o seu cardápio sempre priorizou a participação de todos os funcionários inclusive as próprias crianças.

CARDÁPIO	
Seg.	SUCO DE FRUTA COM LEITE E BISCOITO DOCE
Ter.	ARROZ DE LEITE COM CARNE MOÍDA
Quar.	MACARRONADA DE CARNE MOÍDA E SOVA AO MOLHO DE TOMATE
Quin.	SOPA DE CARNE OU FRANGO COM LEGUMES
Sext.	SUCO DE FRUTA. CACHORRO-QUENTE PÃO FRANCÊS CARNE MOÍDA. SOVA MOLHO TOMATE.

Figura 6: Cardápio da Escola



II CONEDU
CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

3. Conclusão

O ambiente escolar é um importante local para a formação de bons hábitos alimentares e para a educação nutricional. Verifica-se que inúmeras transformações aconteceram na Educação Infantil, desde o modo de cuidar das crianças, o conceito que se tinha de crianças e também os lugares onde as crianças deveriam ser cuidadas. Além de grandes transformações nas leis que regem esse nível da educação, como também as formações necessária de professores para atuar na área.

Neste sentido a ação pedagógica pode contribuir muito para a formação de hábitos saudáveis na vida das crianças, através de projetos pedagógicos que envolvam além das crianças e funcionários da escola, a comunidade com os pais ou responsáveis, buscando levá-los o conhecimento sobre alimentação saudável, receitas caseiras que viabilize o reaproveitamento alimentar. Podemos afirmar que a escola em conjunto com a família são fundamentais para desenvolverem projetos e fazer uma prática reflexiva sobre alimentação saudável como também com outros temas. Promover o acompanhamento nutricional de crianças na idade escolar é uma medida preventiva quanto às possíveis alterações nutricionais

4. Referencias Bibliográficas

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Guia alimentar para a população brasileira: Promovendo a alimentação saudável** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição – Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 236p. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

DANELON, MS, Silva MV da, Alves V, Moré AD. Segurança alimentar: análise das áreas de preparo e consumo de alimentos e perfil socioeconômico dos usuários dos programas e serviços disponíveis nas escolas públicas. In: Anais do 11o Simpósio



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

Internacional de Iniciação Científica da Universidade de São Paulo (SIICUSP), [CD-ROM]. Piracicaba – SP, 2003.

GAGLIANONE, C. P. Alimentação no segundo ano de vida, pré-escolar e escolar. In: LOPEZ, F. A.; BRASIL, A. L. D. (Ed.). Nutrição e dietética em clínica pediátrica. São Paulo: Atheneu, 2006. p. 61-72.

ORTIZ-HERNÁNDEZ, L.; ACOSTA-GUTIÉRREZ, M. H.; NÚÑEZ-PÉREZ, A. E.; PERALTA-FONSECA, N.; RUIZ-GÓMEZ, Y. En escolares de la ciudad de México la inseguridad alimentaria se asoció positivamente con el sobrepeso. Revista de Investigación Clínica, v. 59, n. 1, p. 32-41, 2007.

SUCUPIRA, A. C. S. L.; ZUCCOLOTTO, S. M. C. Atenção integral à saúde do escolar. In: MARCONDES, E.; VAZ, F. A. C.; RAMOS, J. L. A.; OKAY, Y. (Ed.). Pediatría básica tomo I. Pediatría geral e neonatal. 9. ed. São Paulo: Sarvier, 2003. p. 637-646. SUÑE, F. R.; DIAS-DA-COSTA, J. S. D.; OLINTO, M. T. A.; PATTUSSI, M. P. Prevalência e fatores associados para sobrepeso e obesidade em escolares de uma cidade no sul do Brasil. Caderno de Saúde Pública, v. 23, n. 6, p. 1361-1371, 2007.