



ESTRATÉGIAS DIDÁTICAS PARA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ESCOLARES: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Alanna Letícia Sena do Nascimento ¹
Joelma Raimundo Farias ²

RESUMO

A infância é o período fundamental do desenvolvimento humano. Partindo do pressuposto que as crianças passam uma expressiva parte do seu tempo na escola, este local se torna relevante para consolidação da Educação Alimentar e Nutricional. Com isso, o objetivo desse trabalho foi analisar de forma sistemática as produções científicas sobre as estratégias didáticas utilizadas para educação alimentar e nutricional de escolares. Constatou-se, que em todos os estudos analisados houveram resultados positivos com as intervenções. As estratégias compreenderam em métodos tradicionais (explanção oral e discussão) associados a atividades lúdicas (dinâmicas, jogos e brincadeiras). Por fim, concluiu-se que a EAN é de fundamental importância para promoção de hábitos alimentares adequados e saudáveis, especialmente na infância e que a ampliação de ações que envolvam comunidade escolar, pais e alunos, que ocorram a longo prazo e utilizem da ludicidade potencializam os resultados na formação do comportamento alimentar das crianças.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional, Infância, Estratégias pedagógicas.

INTRODUÇÃO

A infância é o período fundamental do desenvolvimento humano, no qual nas primeiras fases (primeiros anos) da vida se formam as estruturas cerebrais, estas a partir da genética e da interação com o meio. Devido a isso, a infância é o momento propício para incentivar a adoção de hábitos alimentares saudáveis (MUSTARD, 2009; TEIXEIRA; LÔBO; DUARTE, 2016; SHONKOFF, 2012)

Partindo do pressuposto que as crianças passam uma expressiva parte do seu tempo na escola, este local se torna relevante para consolidação da Educação Alimentar e Nutricional (EAN). Além disso, de maneira geral, a escola é responsável pela promoção a saúde, pois tem contribuição fundamental na formação cidadã, estimulando a autonomia, o exercício dos direitos e deveres, o controle das condições de saúde e

¹ Graduando do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, alanna_sena@hotmail.com;

² Professor orientador: Mestre, Faculdade Novo Horizonte – FNH, joelmaehelio@gmail.com.



qualidade de vida. Daí, explica-se a implementação da EAN nas escolas, lei n° 13.666 de 16 de maio de 2018, que estabeleceu a EAN como componente obrigatório do Plano Pedagógico e dos currículos escolares (BRASIL, 2010; RAMOS; SANTOS; REIS, 2013; LIMA *et al.*, 2014; BRASIL, 2018).

Memorando Paulo Freire, “ensinar não é transferir conhecimentos, mas criar as possibilidades para sua própria produção ou a sua construção” (FREIRE, 1996, p.12). Perante o exposto, a aplicação da EAN nas escolas requer estratégias didáticas que cumpram com objetivo de produzir conhecimento de forma eficaz.

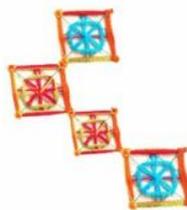
As estratégias didáticas compreendem no conjunto de atividades sistematicamente organizadas (MENEGOLLA; SANTANNA, 1991). Tais estratégias devem ser analisadas quanto a sua eficácia, visto que mesmo bem consolidado a importância da alimentação, principalmente, como promotora da saúde, são escassos referenciais teóricos, metodológicos e operacionais sobre abordagem do tema com alunos (SANTOS, 2012). Com isso, o objetivo desse trabalho foi analisar as estratégias didáticas utilizadas para educação alimentar e nutricional de escolares.

METODOLOGIA

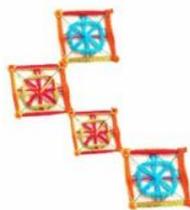
Esse estudo trata-se de uma busca de artigos científico, por meio de revisão bibliográfica nas bases de dados “SciELO”, “MedLine” e “Lilacs”, com intuito de selecionar artigos científicos publicados entre os anos de 2010 a 2020. Para busca, utilizou-se como descritores: Ensino de Crianças; Educação Alimentar e Nutricional; Estratégias Didáticas; os artigos em português foram pré-selecionados pelos títulos, cujo quais deveriam conter referência aos descritores seguidos de leitura dos resumos de livre acesso.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

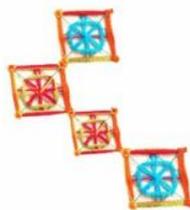
Foram identificados 18 estudos ao total nas três bases, 7 deles foram excluídos por não se tratarem de artigos com intervenção. Ao final foram selecionados 11 trabalhos sobre educação alimentar e nutricional em escolares. Os resultados de cada estudos estão descritos no quadro a seguir.



AUTOR (ANO)	TÍTULO	ESTRATÉGIA DIDÁTICA E CONCLUSÃO
BOTELHO et al., (2010)	Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo.	Foi realizado oficinas com explanação oral, teatro de fantoche, atividades lúdicas (brincadeiras). Efeito positivo à avaliação, produziu sensibilização e aprendizagem.
ANZOLIN et al. (2010)	Intervenções Nutricionais em Escolares	Foram realizadas palestras, discussão, esclarecimento de dúvidas e atividades recreativas (lúdicas), lanche coletivo com alimentos saudáveis e distribuição de folders. Os autores definiram que as atividades realizadas foram parcialmente efetivas na promoção de mudanças de hábitos.
CALVACANTI et al. (2012)	Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental 1, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis	Foram realizadas oficinas, abordagem interdisciplinares, atividades praticas, dinâmicas e brincadeiras. Nesse estudo não salientou-se a efetividade ou não das atividades realizadas, mas foi salientado fatores positivos nas escolhas alimentares quando desenvolvidas atividades de forma continua.
MAIA et al. (2012)	Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil	Foram realizadas aplicação de metodologias ativas de educação em saúde, dinâmicas e jogos. Conclui-se, que na avaliação as crianças demonstraram aquisição de saberes sobre hábitos alimentares.



AZEREDO et al. (2014)	Ações em educação nutricional em crianças em creche universitária: percepção dos responsáveis e dos professores sobre o lúdico.	Foram realizadas, com os pais dos alunos, reuniões em grupo com troca de experiências, discussões, percepções em grupo. Com as crianças houve desenvolvimento de atividades lúdicas (atividades culinárias). Foi observado, que as atividades geraram resultados positivos e causaram sensibilização, tanto nos pais como nas crianças.
PRADO et al. (2016)	Ações de educação alimentar e nutricional para escolares um relato de experiência	Foram realizadas 11 encontros, com aulas expositivas e dialogadas de 20 minutos cada. Como material de apoio foi utilizado pôsteres, vídeos, jogos e atividades de recorte e colagem. Com as atividades, conclui-se, que houve excelente aceitação e resultados positivos, mas destacou-se a importância da interação multidisciplinar.
FAGUNDES et al. (2017)	Jogo eletrônico como abordagem não-intrusiva e lúdica na disseminação de conhecimento em educação alimentar e nutricional infantil	Foi elaborado um jogo eletrônico com a temática de Educação Alimentar e Nutricional, voltado para escolares de 7 a 10 anos. A utilização do jogo eletrônico possibilitou uma maior aprendizagem diminuindo a lacuna existente entre teoria e prática. Conclui-se, que esse recurso digital despertou interesse e promoveu aprendizagem.
FERREIRA et al. (2018)	Educação alimentar e nutricional em escolares do ensino fundamental I do município de Araçatuba-SP	Foi executado debates, dinâmicas e discussões. Notou-se que através das estratégias adotadas, as crianças foram participativas, conseguiram entender a problemática e a solução. Além disso,



		ressaltou-se a capacidade de disseminar as informações passadas.
MACHADO; BISPO (2019)	Sistematização de uma experiência de educação alimentar e nutricional em escola pública de Salvador-BA	Foi realizada discussão sobre os temas, exposição de vídeos, criação artística de desenhos, jogos e brincadeira, exposição fotográfica e elaboração de material de apoio para merendeiras e professores. Ao final da intervenção foi constatado que a ação foi bem aceita, houve participação ativa dos escolares e na avaliação se constatou aprendizagem. Foi salientado, ainda, que a efetividade da intervenção seria mais notória caso houvesse participação direta dos pais.
BRITO et al. (2019)	Metodologias lúdicas e educação alimentar e nutricional para promover o consumo de pescados em escolares	Foi realizada dinâmicas, questionários, jogos, brincadeiras, explanação dialógica e confecção de desenhos. Conclui-se que os alunos tiveram dificuldades em memorizar os assuntos, devido o pouco tempo de contato com o tema. Mesmo assim foi salientado que houve sensibilização e que os resultados foram positivos. Foi recomendado, a continuação das atividades pela comunidade escolar.
RODRIGUES et al. (2020)	Educação alimentar e nutricional como estratégia para aumento do consumo de proteínas em escolares.	Realizou-se dinâmicas, explanação oral, atividades lúdicas (jogos e brincadeiras) e aplicação de questionários. Conclui-se que as atividades foram efetivas para produção de conhecimento nos alunos. Em especial, entre as atividades, as lúdicas oportunizou maior participação, entrosamento e acolhimento por parte dos escolares.



Quadro 1-Título do artigo, nome dos autores, ano de publicação, estratégias realizadas e principais resultados obtidos nos respectivos estudos.

Com base nos resultados expostos, todos os autores obtiveram resultados positivo com as intervenções se nota, ainda, que esse fato pode ser devido a semelhança nas estratégias pedagógicas utilizadas por ele. As estratégias compreenderam em métodos tradicionais (explanção oral e discussão) associados a atividades lúdicas (dinâmicas, jogos e brincadeiras).

As atividades lúdicas são considerados recursos metodológicos, o lúdico se constitui nos jogos, nos brinquedos e no divertimento. Através da ludicidade as crianças podem simular situações e problemas que posteriormente servirão para a realidade (SILVA, 2017; SIMÃO; POLETTTO, 2019).

É notório que a inserção da EAN no currículo escolar, em consonância com os parâmetros curriculares nacionais (PCNs) e as diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, sugere que toda a escola integrada (profissionais da saúde e da educação, pais e alunos) realize ações diversas que favoreçam os princípios de promoção da saúde, indicados pela OMS. Entretanto, não foi encontrado estudos que relatem as aplicações de intervenções de EAN pela comunidade escola, ou ainda que envolvessem a eles ou aos pais (BRASIL, 2012).

Nessa mesma perspectiva, Barbosa et al. (2010) sugerem algumas observações para que o processo de EAN seja efetivo e alcance os objetivos traçados, e uma delas é que as ações não sejam desenvolvidas apenas com os estudantes, mas que as atividades envolvam e estimule a participação dos pais, professores, gestores, merendeiras, agricultores familiares, nutricionistas e coordenadores pedagógicos. Desse modo, é essencial que as atividades de EAN se estendam a agentes sociais, que são uma importante força de mudança de comportamento dos estudantes (SANTOS, 2012).

A EAN desempenha um importante papel no processo de transformação, recuperação e promoção de hábitos alimentares saudáveis, proporcionando os conhecimentos necessários para a tomada de decisões alimentares adequadas. As ações educativas, como destacados em alguns estudos, tem maior efetividade quando realizadas continuamente do que quando pontuais (CALVANCANTI et al., 2012; ALBUQUERQUE; CERQUEIRA, 2012).



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com essa revisão bibliográfica é possível concluir que a EAN é de fundamental importância para promoção de hábitos alimentares adequados e saudáveis, especialmente na infância. A ampliação de ações que envolvam comunidade escolar, pais e alunos, que ocorram a longo prazo e utilizem da ludicidade potencializam os resultados na formação do comportamento alimentar das crianças.

Vale ressaltar, ainda, que há inúmeros caminhos a percorrer para consolidar as atividades de EAN no ambiente escolar, com pleno entendimento do papel do alimento e das mudanças de perfil alimentar. Por fim, constata-se a necessidade de estudos que abordem a intervenções de EAN realizadas pela comunidade escolar.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE AG, CERQUEIRA MMO. Conhecimentos e práticas de educadores e nutricionistas sobre a educação alimentar e nutricional no ambiente escolar. **Repositório-UFPE**. Recife, Pernambuco-PE.2012. Disponível em: https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/9087/1/arquivo9584_1.pdf. Acesso em: 21 de julho, 2020.
- ANZOLIN C, OURIQUES CM, HOFELMANN DA, MEZA-DRI T. Intervenções nutricionais em escolares. **Rev Bras Promoç Saúde**: 23:297-306, 2010.
- AZEREDO OEA, SÁ SPC, LAVOYER CE. Ações em educação nutricional com crianças em creche universitária: percepção dos responsáveis e dos professores sobre o lúdico. **Rev Pesqui Cuid Fundam**. 6(4):1419-36, 2014. Disponível em: http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3106/pdf_734. Acesso em: 21 de julho, 2020.
- BARBOSA, N.V.S. et al. Alimentação na escola e autonomia -desafios e possibilidades. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.18, n.4, pp. 937-945, 2010.
- BOTELHO LP, ZANIRATI VF, PAULA DV, LOPES ACS, SAN-TOS LC. Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo. **Nutrire Rev Soc Bras Aliment Nutr**. 35:103-16, 2010.
- BRASIL. Decreto nº 7.083, de 27 de janeiro de 2010. Dispõe sobre o Programa Mais Educação. **Diário Oficial da União**; 27 janeiro, 2010. Disponível em:



http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7083.htm. Acesso em: 21 de julho, 2020.

BRASIL. Lei nº 13.666 de 16 de maio de 2018. Dispõe sobre a inclusão do tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Brasília: **Congresso Nacional**, 2018. Disponível em: <http://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?data=17/05/2018&jornal=515&pagina=1>. Acesso em: 04 nov. 2018. Acesso em: 21 de julho, 2020.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional; 2012.

BRITO, L. F. S. et al. METODOLOGIAS LÚDICAS E EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA PROMOVER O CONSUMO DE PESCADO EM ESCOLARES. **Revista Eletrônica de Extensão**. Florianópolis, Santa Catarina-SC. v. 16, n. 34, p. 126-142, 2019.

CAVALCANTI L. A., et al. Efeitos de uma intervenção em escolares do Ensino Fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis. **Rev. Bras Ciênc Mov**, 20:5-13, 2012. Disponível em: <http://cev.org.br/biblioteca/efeitos-uma-intervencao-escolares-ensino-fundamental-i-para-promocao-habitos-alimentares-saudaveis>. Acesso em: 19 de julho, 2020.

FAGUNDES, A. A.; LIMA, M. F.; SANTOS, L. C. Jogo eletrônico como abordagem não-intrusiva e lúdica na disseminação de conhecimento em educação alimentar e nutricional infantil. **International Journal of Knowledge Engineering and Management (IJKEM)**. Vol. 5. Num. 13. p. 22-41. 2016

FERREIRA, D. S. Educação alimentar e nutricional em escolares do ensino fundamental I do município de Araçatuba-SP. **Revista Saúde UniToledo**, Araçatuba, São Paulo, v. 02, n. 01, p. 74-80, 2018.

FREIRE, P. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. **Paz e Terra**. São Paulo-SP, 1996.

LIMA, A. P. S. et al. O ensino multidisciplinar como estratégia pedagógica para melhoria do conhecimento nutricional de estudantes do ensino fundamental. **Revista Ciências & Ideias**, Santa Maria, v. 5, n. 1, p. 67-82, 2014

MACHADO, C. V.; BISPO, A. S. Sistematização de uma experiência de educação alimentar e nutricional em escola pública de Salvador-BA. **Revista Debates Insubmissos**, Recife, Pernambuco v. 2, n. 6 (2019).

MAIA, EVANIRA RODRIGUES et al. Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil. **Rev. Nutr.**, Campinas, São Paulo-SP, v. 25, n. 1, p. 79-88, 2012. Disponível em:



<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732012000100008&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 21 de julho.

MUSTARD JF. Early Human Development – Equityfromthe Start – LatinAmerica. **Rev Latino Am Cienc Soc Niñez**. 7(2):639-80.2, 2009;

PRADO BG, FORTES MNS, LOPES MAL, GUIMARÃES LV. Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência. **Demetra**. 11(2), 2016. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/indez.php/demetra/article/view/16168/17722>. Acesso em: 21 de julho.

MENEGOLLA, MAXIMILIANO. SANT'ANNA, ILZA MARTINS. **Por que planejar? Como planejar?**. 10ª Ed. Petrópolis, Rio de Janeiro-RJ: Vozes, 2001.

RAMOS, FLAVIA PASCOAL; SANTOS, LIGIA AMPARO DA SILVA; REIS, AMÉLIA BORBA COSTA. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 11, p. 2147-2161, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013001100003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 15 de julho, 2020.

RODRIGUES et al. Educação alimentar e nutricional como estratégia para aumento do consumo de proteínas em escolares. **Revista Ciências & Ideias**. Rio de Janeiro -RJ, v11 p1., 2020.

SANTOS, L. A. S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 453-462, fev. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012000200018>Acesso em: 19 jul. 2018.

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.

SHONKOFF J.P. et al. The Lifelong Effects of Early Childhood Adversity and Toxic Stress. **Pediatrics**. 129(1):232-46, 2012.

SILVA, S. G. M. **A importância do lúdico no desenvolvimento infantil**. Monografia (Licenciatura em Pedagogia) -Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Nova Cruz, 2017.

SIMÃO, J. H. M. N.; POLETTO, L. A importância do lúdico no desenvolvimento do ensino-aprendizagem e motor da criança nos anos iniciais do ensino fundamental. **Educação e cultura em debate**, [s. l.], v. 5, n. 1, p. 147-165, 2019.

TEIXEIRA, A.N.; LÔBO, K.R.G.; DUARTE, A.T.C. A Criança e o Ambiente social: Aspectos Intervenientes no Processo de Desenvolvimento na Primeira Infância. Id On Line. **Revista de Psicologia**, Jabotão dos Guararapes, v. 10, n. 31, p.114-134, 2016.