

O PAPEL DA ESCOLA NA FORMAÇÃO DE UMA CONSCIÊNCIA CRÍTICA EM RELAÇÃO AOS HÁBITOS ALIMENTARES E À OBESIDADE INFANTIL

Área de concentração em Educação

Carlos Augusto Batista de Sena¹; Osias Raimundo da Silva Júnior²; Renan Belém da Silva³

1 Universidade Federal de Pernambuco, carlos_augusto_sena@hotmail.com

2 Universidade Federal de Pernambuco, juniorsilvapi@hotmail.com

3 Universidade Federal de Pernambuco, renanbs14@gmail.com

INTRODUÇÃO: A quantidade de crianças com sobrepeso é bem evidente no contexto educacional, o que se torna urgente um repensar no desenvolvimento de políticas públicas voltadas para se discutir tal temática, tornando o ambiente escolar capaz de elucidar os fatos envolvidos na proliferação da obesidade e das doenças relacionadas à mesma, assim como também se faz necessário apresentar aos estudantes as variadas formas e estratégias de prevenção. E isto pode ser sistematizado a partir de programas de ensino que tenham o aluno como foco do processo de ensino-aprendizagem, buscando elementos do seu cotidiano, das suas vivências, o que envolve seus hábitos e caracterização cultural. De tamanha relevância é compreender a obesidade em diferentes idades escolares, pois como aponta Costa et al (2010, p. 382): “A industrialização desmesurada criou a necessidade do consumo de alimentos processados e prontos a comer, que contemplam um excessivo valor calórico, imputável ao seu elevado teor em gorduras saturadas, hidratos de carbono simples e sal”. Desse modo, esta pesquisa visa mostrar como a escola pode intervir de forma efetiva no âmbito da educação, no sentido de combater ou amenizar a obesidade e suas consequências imediatas ou futuras, sabendo-se que é preciso esforço e participação conjunta do sistema educacional e da comunidade, de forma que os saberes elaborados possam ultrapassar os muros da escola e atinjam, dessa forma, as ações comunitárias que a cerca.

MATERIAIS E MÉTODOS: Pesquisa de caráter bibliográfico, utilizando-se a base de dados do Google Acadêmico para uma maior sistematização do tema proposto e aplicação de uma revisão de literatura adequada a partir de artigos, assim como se embasa em buscas textuais a partir de livros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: A quantidade de crianças e adolescentes que enfrentam problemas de saúde relacionados a uma alimentação desequilibrada, assim como também à falta de atividades físicas, torna-se fator preocupante no contexto escolar; levando os profissionais da área a uma reflexão que deve ser elaborada para que possa atingir os alunos de acordo com suas faixas etárias, fazendo-os entender a importância de se manter uma dieta saudável. Além disso é importante frisar que a obesidade infantil tem como ser prevenida. Ação esta que envolve o empenho sobretudo dos pais ou pessoas que cuidam da criança. Exige a adoção de estratégias educativas a partir de casa, proporcionando ao indivíduo em formação a capacidade de se desenvolver com saúde e ativamente no mundo que o cerca; objetivando, como aponta Moura (2014), a democratização do trabalho pedagógico, o que implica na participação de vários entes na formação da cidadania, interações sociais e o desenvolvimento de todos relacionados à escola. Percebe-se que o controle da obesidade se torna muito difícil numa cultura que prioriza hábitos alimentares contrários a uma dieta saudável, assim como também existe uma mudança nos estilos de vida, levando a uma vida sedentária e consumista. Isto se torna mais evidente com o passar do tempo, quando se percebe um crescimento contínuo da forma corporal sendo delineada pelo tecido adiposo, constituindo-se a gênese da obesidade, que de acordo com Freitas et al (2009), inclui

fatores genéticos, fisiológicos e metabólicos. Por isso é necessário um repensar nos programas educacionais de crianças e adolescentes, no sentido de se abordar criticamente as consequências de um estilo de vida contemporâneo que prioriza o sedentarismo e uma alimentação industrializada; sendo apropriada a explanação de temáticas relacionadas dentro dos conteúdos interdisciplinares contemplados pela escola, de maneira que os alunos possam participar do processo de formação do conhecimento, a partir de tarefas coletivas nas quais sejam eles os sujeitos transformadores da realidade, como por exemplo, no trabalho conjunto de construção de hortas, plantações e cultivos de espécies vegetais fundamentais para uma alimentação saudável, aproveitando-se os espaços da escola para este fim e tendo-se uma abordagem da educação ambiental para um processamento e consumo de alimentos, com o intuito, segundo Silveira-Filho (2015, p.2), de “promover um ambiente saudável melhorando a educação e o potencial de aprendizagem, ao mesmo tempo que promovem a saúde”. Pode-se prevenir a obesidade infantil com o desenvolvimento de atividade física específica para cada grupo de alunos, de forma planejada; evitando-se hábitos sedentários e alimentares que possam gerar sobrepeso. O âmbito escolar torna-se fator determinante na adoção de um estilo de vida saudável, uma vez que as crianças passam a se relacionar com o mundo através das suas diferentes experiências vivenciadas em conjunto, relacionando-se entre si. Portanto seria de grande valor um sistema educacional que considerasse os aspectos nutricionais na infância e adolescência, que buscasse a conscientização de seus alunos em relação ao desenvolvimento de doenças próprias de um estilo de vida sedentário e de um consumo exagerado de calorias. Os programas escolares, em sua essência, deveriam considerar a importância de se oportunizar às crianças o entendimento dos fatores nutricionais, atrelando-se à aplicação de atividades físicas, quando se tem nas aulas de educação física uma interdisciplinaridade envolvendo as demais disciplinas curriculares. Durante a infância a criança é apresentada a um mundo de guloseimas que envolve o consumo de carboidratos e lipídios, tendo nos alimentos processados a maior taxa de consumo, decorrente de hábitos de culturas industrializadas. Situação que poderia ser amenizada com a introdução de orientações nutricionais no ensino, sendo que a escolha dos alimentos e a apresentação de formas de prepará-los deve fazer parte da aprendizagem, com a participação efetiva dos alunos neste processo; o que se torna fundamental o desenvolvimento de projetos que incluam a comunidade, incitando uma transformação social baseada na valorização de práticas saudáveis (LOUREIRO, 2004). As crianças em seus primeiros anos escolares não apresentam a perspicácia de atentar para uma alimentação saudável, porém podem ser expostas aos diferentes tipos de alimentos fundamentais para seu desenvolvimento, experimentando sabores que talvez nunca tenham sido oportunizados antes, nem mesmo no ambiente familiar, tais como hortaliças, frutas e verduras. Já com as mais adiantadas, aproximando-se da adolescência, pode-se intervir de forma mais contundente, como na elaboração de seus próprios conhecimentos através de trabalhos em equipe, onde possam pesquisar e experimentar na prática a atividade do plantio e colheita, sendo mediados pelos professores de disciplinas diversas, que podem elaborar estratégias interdisciplinares com o intuito de transformar o comportamento desses alunos em relação à adoção de hábitos saudáveis. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), houve um crescimento acentuado na taxa de pessoas obesas nos últimos anos, incluindo todas as regiões brasileiras, apesar das diferenças econômicas e sociais da distribuição populacional, ou seja, o nível sócio econômico não se relaciona diretamente com o aumento na taxa de sobrepeso na atualidade, quando se compara a realidade do país em se tratando de poder aquisitivo. Tanto as crianças ricas como as pobres estão suscetíveis a desenvolver complicações alimentares, o que gera uma preocupação no âmbito educacional como um todo, pois o fator determinante deste quadro é a ingestão de comida processada e a privação de atividades físicas (SANTOS; CARVALHO; JÚNIOR, 2007).

CONCLUSÕES: Observa-se que o sistema educacional tem um papel determinante no aumento dos índices de obesidade escolar, portanto se faz necessário que o mesmo desenvolva estratégias de ensino capazes de englobar esta temática. Analisando os programas escolares junto às reais necessidades da comunidade em geral, não apenas se limitando ao conhecimento transmitido na sala de aula, mas atingindo de forma significativa os hábitos e costumes da população, de forma que os pais e responsáveis por esses alunos possam intervir na construção de uma nova constituição do saber elaborado conjuntamente. Para isto é necessário que aos alunos sejam dadas possibilidades de atuarem enquanto seres imbuídos de autonomia, com uma capacidade crítica aguçada e reflexiva, em relação ao seu modo de vida saudável, fazendo com que suas práticas saudáveis sejam transmitidas de geração em geração e que as mesmas se tornem um hábito na vida da população. Assim, a construção do saber se dará a partir de uma dinâmica sociocultural, de forma que indivíduo e sociedade se complementem num processo de socialização simultâneo.

Palavras-Chave: Obesidade infantil, Prevenção, Sistema educacional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. CAVALCANTI, R.T. Reflexões Acerca de Processos Educativos em Espaços Periféricos. In: ABRANCHES, A.F.P.S; SIMÕES, P.M.U; MELO, A.P.; ARAÚJO, MLFA. (Org.). **Pesquisa Educacional e o Direito à Educação: Múltiplas Abordagens**. Recife: Fundação Joaquim Nabuco, Editora Massangana, 2014. P. 183-200
2. COSTA, C.D; et al. **Obesidade Infantil e Juvenil**. Acta Med Port: 2010, p. 379 – 384. Disponível em: <http://www.h4l.edu.pt/download/Obesidade%20infantil%20e%20juvenil.pdf>
3. FREITAS, A.S.S; et al. Obesidade Infantil: **Influência de Hábitos Alimentares Inadequados**. Revista Saúde e Ambiente, 2009. Disponível em: http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/2010/Biologia/artigos/obesoinfantil.pdf.
4. LOUREIRO, I. A Importância da Educação Alimentar: **O Papel das Escolas Promotoras de Saúde**. **Revista Portuguesa de Saúde Pública**, 2004. Disponível em: <https://www.ensp.unl.pt/dispositivos-de-apoio/cdi/cdi/sector-de-publicacoes/revista/2000-2008/pdfs/2-04-2004.pdf>
5. MOURA, R.P.S. Movimentos sociais, outros sujeitos, outras práticas educativas: **uma análise da relação da juventude e a escola na contemporaneidade**. In: ABRANCHES, A.F.P.S; SIMÕES, P.M.U; MELO, A.P.; ARAÚJO, MLFA. (Org.). **Pesquisa Educacional e o Direito à Educação: Múltiplas Abordagens**. Recife: Fundação Joaquim Nabuco, Editora Massangana, 2014. P. 165-182.
6. SILVEIRA-FILHO, J. **A Horta Orgânica Como Alternativa de Educação Ambiental e de Consumo de Alimentos Saudáveis para Alunos das Escolas Municipais de Fortaleza**, Ceará, Brasil. Secretaria Municipal de Educação da Prefeitura Municipal de Fortaleza, 2015. Disponível em: http://apeoc.org.br/extra/artigos_cientificos/ExpHEPMFUFcse10ufmt1.pdf
7. SANTOS, A.L; CARVALHO, A.L; JÚNIOR, J.R.G. **Obesidade Infantil e Uma Proposta de Educação Física Preventiva**. **Obesidade e Educação Física Preventiva**, 2007. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Jair_Garcia_Junior/publication/228496906_Obesidade_infantil_e_uma_proposta_de_Educacao_Fisica_preventiva/links/00b4951c8a15356b03000000.pdf