

# A alimentação dos estudantes do ensino fundamental: um estudo de caso no Município de São Gonçalo/RJ.

Larissa da Costa Souza<sup>1</sup>  
Cecília Santos de Oliveira<sup>2</sup>

**Resumo:** Neste trabalho apresentamos um mapeamento sobre a alimentação dos estudantes do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental. Para isso, utilizamos como fonte um questionário, no qual os estudantes de uma escola pública do município de São Gonçalo/RJ responderam sobre suas refeições. Obtivemos um total de 59 respostas, de 34 meninas e 25 meninos, de idade de 10 a 19 anos. Destaca-se a diversidade alimentar citada pelos estudantes e o alto consumo de alimentos considerados 'não saudáveis' como pães, biscoitos, refrigerantes, salgados, pizzas, hambúrgueres, guaraná-natural. O interesse pela temática surgiu por considerarmos a Educação Alimentar como uma necessidade e o espaço escolar como propício para melhor formar os indivíduos em relação à hábitos alimentares saudáveis. Consideramos a necessidade de maiores investimentos em estudos na área, sua relação com o consumo; em articulação com o Ensino de Ciências.

**Palavras chave:** Educação Alimentar, Consumo, Ensino de Ciências.

- 
- 1 Graduanda do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – RJ, larissacosta.costa@hotmail.com ;
  - 2 Doutora em Educação pela Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Rio de Janeiro – RJ. Professora da Faculdade de Formação de Professores da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – RJ, cecideoliveira@yahoo.com.br.

## Situando a pesquisa:

Este trabalho visa debater questões relativas à alimentação dos estudantes no ensino fundamental, em meio ao diálogo com o Ensino de Ciências e com a Educação Ambiental. Ele é parte de um projeto de iniciação à docência<sup>3</sup>, desenvolvido a partir de uma parceria entre a Faculdade de Formação de Professores da UERJ e uma escola pública estadual do município de São Gonçalo/RJ. Tal parceria, é possibilitada pela dinâmica estabelecida neste espaço escolar, que propicia a realização de atividades didáticas práticas no Ensino de Ciências e prioriza debates considerados importantes para a sociedade. Nesta perspectiva, contribuímos para a formação dos estudantes da educação básica, realizando debates e atividades voltados às questões socioambientais.

Nesta escola, as atividades do projeto são desenvolvidas a partir do diálogo com a disciplina escolar Ciências, de acordo com o planejamento docente. Inicialmente, nossas atividades visavam construir conceitos voltados à Educação Ambiental e debater problemas ambientais encontrados nas proximidades da escola. Percebendo, que a questão alimentar é uma temática que necessitava de maiores investimentos nesta escola, e baseadas em um levantamento bibliográfico dos trabalhos de Educação Ambiental Escolar publicados nos Encontros Regionais de Ensino de Biologia RJ/ES, de 2001 a 2017, no qual a temática foi regularmente encontrada e justificada, decidimos investigar a alimentação dos estudantes do ensino fundamental, não somente com o objetivo de mapear o que os estudantes comem, mas também de refletir acerca da relação entre alimentação/consumo/consumismo.

Nesta pesquisa apresentamos um mapeamento sobre a alimentação dos estudantes do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental, durante uma semana. Ressaltamos, que esta constituiu a primeira etapa de um conjunto de ações realizadas na escola.

## Escola, Alimentação e Consumo

O debate relacionado à alimentação, não é propriamente novo no Ensino de Ciências e Biologia. Reconhecendo sua afinidade pela temática, diversos professores vêm se desafiando a promover reflexões no âmbito das

---

3 Trata-se do *Projeto de Iniciação à Docência: Produzindo sentidos de Educação Ambiental na escola: diálogos com as disciplinas escolares Ciências e Biologia*, desenvolvido com o apoio do CETREINA/PR1/UERJ e coordenado pela segunda autora deste trabalho.

disciplinas escolares, debatendo, por exemplo, a composição dos alimentos, a necessidade de uma alimentação saudável, o funcionamento do metabolismo e os reflexos da má alimentação, ou ausência da mesma, na saúde do indivíduo. Contudo, a temática veio se tornando cada vez mais abrangente, uma vez que não é inserida somente no âmbito de questões biológicas e fisiológicas, mas também questões culturais e sociais. O que compõe a alimentação de cada grupo social é muito característico da sua cultura e suas relações com o consumo. Assim:

A alimentação está relacionada com as práticas alimentares, que envolvem opções e decisões quanto à quantidade; o tipo de alimento que comemos; quais os que consideramos comestíveis ou aceitáveis para nosso padrão de consumo; a forma como adquirimos, conservamos e preparamos os alimentos; além dos horários, do local e com quem realizamos nossas refeições (BRASIL, 2007, p. 16).

É nesta perspectiva que a Educação Alimentar é proposta como temática importante para ser inserida nos currículos escolares. Considera-se, que a Educação Alimentar como prática saudável se relaciona à conexão das vivências e dos hábitos que evitem a contração de doenças geradas pelas escolhas alimentícias, uma vez que a prática alimentar ultrapassa as questões puramente biológicas entrando no campo dos assuntos sociais e culturais (LEITE, 2016). Para Leite (2016), esta ação educacional deve ser associada a uma finalidade de sensibilização relativa a uma alimentação saudável, afinal, “a formação de hábitos alimentares envolve as vivências diárias que muitas vezes estão arraigadas à formação cotidiana do indivíduo” (LEITE, 2016, p. 466).

Nesta direção, a inserção da temática na escola, é defendida por muitos motivos, e um deles relaciona-se ao fato que no ambiente escolar é mais perceptível o consumo de alimentos industrializados e de baixo valor nutritivo por parte dos estudantes (LISBÔA & ASCHIDAMINI, 2016). Para alguns autores, a escola se constitui um espaço propício para fomentar os hábitos alimentares das crianças, visto que é nesse ambiente que diversos indivíduos atuam de modo a corroborar com o processo educativo e de maneira inconsciente influencia nas escolhas e no comportamento do indivíduo (ZOMPERO, FIGUEIREDO & Garbim, 2017). Desta maneira, “a escola é um espaço importante para o desenvolvimento de um programa de educação para a saúde” (ZOMPERO, FIGUEIREDO & GARBIM, 2017, p.662), o que inclui as questões alimentares.

Ao encontro destas proposições Schmitz e colaboradores (2008) alertam que a Educação Alimentar deve ocorrer em torno de ações para melhoria das condições de saúde da comunidade escolar, a formação de ambientes e hábitos alimentares saudáveis, o que refletem em tarefas bastante complexas nas estruturas escolares. Para os autores as atividades realizadas devem envolver toda a comunidade escolar, que não se resume somente em professores e alunos, mas também a pais, diretores, coordenadores, alunos, educadores, donos de cantina, merendeiros e demais funcionários, podendo incluir ainda conselheiros tutelares, de educação, dos direitos da criança, organizações não-governamentais e universidades, entre outros.

Consideramos que um outro aspecto a ser debatido junto à inserção da Educação Alimentar nos espaços escolares é a relação entre alimentação e consumo/consumismo. Costa (2009) aponta, baseada em Bauman (1999)<sup>4</sup>, que é preciso admitir que vivemos em uma sociedade na qual o consumo tornou-se um eixo estruturante. A autora destaca que:

O consumo deixou de ser uma prática banal do dia a dia, que atravessou os séculos, para se transformar no eixo das sociedades do presente, fonte de inspiração para a modelagem de uma enorme variedade de formas de vida e de padrões de relações entre as pessoas (COSTA, 2009, p.34)

Costa (2009) ensina que na sociedade de consumidores somos constantemente ensinados a formatar nossas ações. Assim crianças e jovens já crescem sendo ensinados a consumir, pois são inseridos em uma cultura consumista e “crescem modelando-se segundo seus padrões e suas normas” (COSTA, 2009, p.35). Neste sentido, as escolhas alimentares dos estudantes também têm relação com o consumo, desenvolvendo hábitos que não se referem aos aspectos nutricionais, mas ao ato de consumir. Partindo deste entendimento, consideramos ser importante refletir sobre a predileção dos alimentos por parte dos estudantes e suas escolhas nas refeições diárias, uma vez que a presença de “marcas, produtos, mídias e publicidade se entrelaçam e influenciam desejos e hábitos de consumo em nossa sociedade, tendo na infância e juventude um importante mercado consumidor” (SOUZA & LIMA, 2018, p.38). É a partir destas reflexões que na próxima seção apresentamos o mapeamento das refeições realizadas por estudantes do Ensino Fundamental de uma escola pública do município de São Gonçalo/RJ.

4 BAUMAN, Z. Globalização: as consequências humanas. Trad. Marcus Penchel. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1999.

## Desenvolvimento metodológico

Tendo em vista as temáticas 'Educação Alimentar' e 'Alimentação e Consumo', iniciamos nossas ações por meio da disciplina escolar Ciências, em função da maior abertura curricular e proximidade com os docentes. Assim, como subsídio para novas atividades, investigamos a alimentação dos estudantes do 6º ao 9º ano.

Esta etapa constituiu-se em uma pesquisa qualitativa, realizada com o propósito de analisar narrativas e apontamentos dos estudantes e assim, baseadas em Minayo (1992), estabelecer uma compreensão dos dados coletados, responder às questões formuladas, e ampliar o conhecimento sobre o assunto pesquisado, articulando-o ao contexto cultural da qual faz parte. Assim, como instrumento de coleta de dados, foi elaborado e aplicado um questionário (tabela 1) para todos os alunos do segundo ciclo do Ensino Fundamental desta escola, a fim de obtermos informações dos seus hábitos alimentares: quais refeições costumam fazer, onde realizam essas refeições e quais alimentos são consumidos em cada refeição, além de analisarmos gastos com os alimentos, pensando refletir na relação com o consumo. A escolha do questionário instrumento de coleta de dados, ocorreu, em consonância com Gil (2008), por entender que este, apesar de apresentar limitações, pode atingir um número maior de pessoas, sem a necessidade da presença do pesquisador, garantindo o anonimato das respostas. Desta maneira, o questionário foi aplicado em cada turma, durante a aula de Ciências, e foi recomendado que os alunos respondessem ao longo da semana (de segunda a sexta-feira) após as seguintes refeições: café da manhã, colação (manhã), almoço, colação (tarde) e jantar. Após o intervalo de uma semana, foram recolhidos os questionários respondidos<sup>5</sup>.

Embora tenhamos aplicado cento e cinco questionários obtivemos um total de cinquenta e nove respostas, sendo dezesseis de alunos do 6º ano, dezesseis do 7º ano, dez do 8º ano e dezessete de alunos do 9º ano, o que vai ao encontro das dificuldades apresentadas por Gil (2008), que reflete que a aplicação do questionário não garante a devolução, podendo implicar na significativa diminuição da representatividade da amostra.

---

5 Os questionários respondidos, foram entregues com o termo de consentimento assinado pelos pais dos estudantes, para que estes dados pudessem ser divulgados, mantendo o anonimato dos mesmos.

**Tabela 1:** Formulário sobre hábitos alimentares entregue aos estudantes do 6º ao 9º ano<sup>6</sup>

<b>Café da manhã</b>	<p>Você tomou café da manhã hoje? ( ) Sim ( ) Não            Onde? ( ) Escola ( ) Em casa ( ) Outro _____</p> <p>Você teve algum gasto financeiro nessa refeição? ( ) Sim ( ) Não            Se sim, quanto gastou? _____</p>	O que você comeu no café da manhã?
<b>Lanche (colação)</b>	<p>Você comeu entre o café da manhã e o almoço? ( ) Sim ( ) Não            Onde? ( ) Escola ( ) Em casa ( ) Outro - _____</p> <p>Você teve algum gasto financeiro nessa refeição? ( ) Sim ( ) Não            Se sim, quanto gastou? _____</p>	O que você comeu neste lanche?
<b>Almoço</b>	<p>Você almoçou hoje? ( ) Sim ( ) Não            Onde? ( ) Escola ( ) Em casa ( ) Outro _____</p> <p>Você teve algum gasto financeiro nessa refeição? ( ) Sim ( ) Não            Se sim, quanto gastou? _____</p>	O que você comeu no almoço?
<b>Lanche (colação)</b>	<p>Você comeu entre o almoço e o jantar? ( ) Sim ( ) Não            Onde? ( ) Escola ( ) Em casa ( ) Outro _____</p> <p>Você teve algum gasto financeiro nessa refeição? ( ) Sim ( ) Não            Se sim, quanto gastou? _____</p>	O que você comeu neste lanche?
<b>Jantar</b>	<p>Você jantou hoje? ( ) Sim ( ) Não            Onde? ( ) Escola ( ) Em casa ( ) Outro _____</p> <p>Você teve algum gasto financeiro nessa refeição? ( ) Sim ( ) Não            Se sim, quanto gastou? _____</p>	O que você comeu no jantar?

## Resultados e análises preliminares

Nesta seção apresentamos alguns dos resultados da pesquisa e as análises preliminares desenvolvidas. Como os questionários foram aplicados por série de escolaridade (6º, 7º, 8º e 9º ano), apresentamos os resultados agrupando-os desta maneira. Em cada ano de escolaridade, evidenciamos as seguintes categorias: idade, sexo e alimentos destacados no café da manhã, na colação da manhã, no almoço, na colação da tarde e no jantar. Poucos alunos responderam acerca de possíveis gastos financeiros nas refeições, o que não permitiu uma análise detalhada destes dados. Destacamos as seguintes categorias:

### *a) Perfil dos respondentes: idade e sexo:*

Considerando o total de 59 respostas, notamos uma prevalência de meninas com 34 respondentes, sobre o número de meninos, com 25 respondentes. A idade dos estudantes do segundo ciclo do Ensino Fundamental varia nesta escola, de 10 a 19 anos, conforme a tabela abaixo:

<sup>6</sup> Os alunos receberam um formulário para cada dia da semana.

**Tabela 2:** Perfil dos respondentes (alunos do 6º ao 9º ano de uma escola do município de São Gonçalo/RJ).

Ano de escolaridade	Sexo (número de respondentes)		Variação de idade (anos)
	Feminino	masculino	
6º ano	12	4	10 a 14 anos
7º ano	6	10	11 a 16 anos
8º ano	6	4	13 a 15 anos
9º ano	10	7	14 a 19 nos

### *b) Alimentos destacados no Café da Manhã:*

Observamos uma grande variação de alimentos escolhidos para esta refeição diária (Tabela 3). Nas turmas de sexto ano identificamos uma preferência por biscoito e café com leite na hora de escolher os alimentos pela manhã, nas turmas de sétimo ano notamos escolhas diferentes para o café da manhã, os alunos optaram pelo pão e suco para se alimentarem. Nas turmas de oitavo ano a predileção pelo pão permaneceu, porém optaram pelo achocolatado para acompanhar a refeição, enquanto as turmas de nono ano apresentaram, assim como o sétimo ano, a preferência por pão e suco na primeira refeição do dia. Notamos uma pouca predileção pelo consumo de frutas nesta refeição, sendo citadas somente por alunos do 9º ano. A maior parte dos estudantes apontaram realizar esta refeição em casa, poucos citaram que a realizam na escola.

Uma questão preocupante, além do alto consumo de pães nestas refeições é a ingestão de alimentos com alto índice glicêmico, como refrigerantes, guaravita<sup>7</sup>, pizzas, salgados e açaí, o que não indica escolhas saudáveis na alimentação destes estudantes.

**Tabela 3:** alimentos consumidos no café da manhã dos estudantes participantes da pesquisa

6º ANO		7º ANO		8º ANO		9º ANO	
ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)	
Biscoito	45%	Achocolatado	4%	Achocolatado	14%	Açaí	2%
Bolo	6%	Biscoito	20%	Biscoito	14%	Achocolatado	2%
Café	6%	Bolo	5%	Bolo	3%	Angu	2%
Café com leite	36%	Café	7%	Cachorro quente	3%	Biscoito	10%
Danone	3%	Café com leite	4%	Café	3%	Bolo	5%
Leite	3%	Guaravita	2%	Café com leite	11%	Café	5%
		Leite	7%	Mingau	6%	Café com leite	10%
		Mingau	7%	Pão	31%	Danone	2%
		Pão	27%	Pizza	3%	Fruta	2%
		Pão de queijo	2%	Refrigerante	3%	Leite	8%
		Salgado	2%	Salgado	3%	Mingau	2%
		Suco	13%	Suco	8%	Pão	39%
						Salgado	2%
						Suco	13%

7 Marca de bebida açucarada à base de guaraná natural, produzida e comercializada no estado do Rio de Janeiro.

### c) Alimentos destacados na Colação da manhã

A colação é uma refeição rápida entre o café da manhã e o almoço. Como foi investigado o período semanal de segunda à sexta-feira, a maior parte dos estudantes apontou que realiza esta refeição na escola. Nela, também houve predileção por alimentos diferentes em cada série (Tabela 4). Observamos que nas turmas de sexto ano, diferentemente dos dados referentes ao café da manhã onde biscoitos e café eram os alimentos selecionados, na colação da manhã, os estudantes optaram por pães e achocolatado como alimentos. Na mesma direção, na turma de sétimo ano também houve uma variação em relação ao café da manhã, se antes o consumo era de pão e suco, na colação, os biscoitos e guaravita são os escolhidos. Nas turmas de oitavo ano, os alunos consumiram bebidas como achocolatados, guaravita e suco. Nas turmas de nono ano um novo alimento se destacou-se: o salgado, acompanhado de café. O nono ano também apontou o consumo de frutas nesta refeição (8% das respostas).

**Tabela 4:** alimentos consumidos na colação da manhã dos estudantes participantes da pesquisa

6º ANO		7º ANO		8º ANO		9º ANO	
ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)	
Achocolatado	8%	Biscoito	32%	Achocolatado	6%	Biscoito	15%
Biscoito	21%	Bolo	4%	Biscoito	46%	Bolo	3%
Bolo	13%	Guaravita	16%	Bolo	6%	Café	10%
Café com leite	3%	Massas	4%	Cachorro quente	3%	Danone	5%
Danone	5%	Pão	16%	Café	3%	Doce	5%
Guaravita	3%	Pizza	8%	Guaravita	6%	Fruta	8%
Salgado	5%	Salgado	20%	Pão	11%	Guaravita	3%
Pão	44%			Refrigerante	3%	Pão	20%
				Salgado	11%	Pizza	3%
				Suco	6%	Salgado	23%
						Sorvete	3%
						Suco	5%

Algumas reflexões podem ser ressaltadas a partir destes dados. Uma delas é fato dos alunos mais velhos preferirem o consumo de salgados, refrigerantes, guaravitas, dentre outros, nesta refeição. Considerando que esta refeição ocorre em horário escolar, a obtenção destes produtos pode ocorrer de duas formas: ou o aluno leva estes alimentos para a escola, ou os adquire. Embora a escola forneça, todos os dias lanches aos estudantes, no horário de intervalo, e não comercialize alimentos, é possível comprá-los por meio de vendedores que ficam próximos à mesma. Tal fato, pode ser percebido como um indício de consumismo relativo à alimentação destes estudantes no Ensino Fundamental, onde mesmo sem necessidades aparentes, já que há o fornecimento de alimentos por parte da escola, há a escolha de comprá-los, em uma lógica que movimenta um comércio do entorno e faz com que os estudantes tenham gastos diários.

### d) Alimentos destacados no almoço

O almoço foi a refeição onde houve menor variação nos alimentos escolhidos. Embora os alunos citem uma diversidade de alimentos ao longo da semana, estes se repetem, caracterizando um certo perfil alimentar no almoço dos estudantes pesquisados (Tabela 5). Do sexto ao nono ano é possível perceber que os alimentos arroz, feijão e carne formaram a base desta refeição. No entanto, observamos também que 'verduras e legumes' foram preteridos por esses alunos. Nas turmas de sexto ano, legumes apareceram em 4% dos alimentos consumidos e verduras não fizeram parte da refeição dos alunos. Já no sétimo ano, legumes compunham 5% e verduras 1% dos alimentos consumidos, no oitavo ano os alunos consumiram cerca de 3% de legumes e 1% verduras, enquanto no nono ano legumes configuraram 3% e verduras 2% dos alimentos escolhidos. O termo 'salada' foi utilizado por boa parte dos estudantes, contudo, não há exemplificação de quais tipos de alimentos compuseram estas saladas, para percebermos sua contribuição nutricional. Os estudantes apontaram, em sua maioria, que realizaram esta refeição em casa, apesar da escola também oferecer almoço ao seu corpo discente.

**Tabela 5:** alimentos consumidos no almoço dos estudantes participantes da pesquisa

6º ANO		7º ANO		8º ANO		9º ANO	
ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)		ALIMENTO/QUANTIDADE (%)	
Arroz	24%	Arroz	1%	Arroz	26%	Arroz	23%
Batata frita	1%	Arroz	25%	Batata frita	2%	Batata Frita	1%
Batata palha	1%	Batata frita	2%	Caldos	2%	Biscoito	1%
Caldos	1%	Bolo de batata	1%	Carne	15%	Bolo	1%
Carne	15%	Caldos	1%	Farofa	5%	Caldos	1%
Farofa	5%	Carne	21%	Feijão	19%	Carne	22%
Feijão	22%	Churrasco	1%	Frango	6%	Farofa	4%
Frango	8%	Farofa	5%	Frutos do mar	2%	Feijão	20%
Frutos do mar	1%	Feijão	20%	Legumes	3%	Frango	4%
Legumes	4%	Frango	4%	Linguça	2%	Fricassé	1%
Linguça/Salsicha	3%	Frutos do mar	1%	Massas	7%	Fruta	2%
Massas	9%	Legumes	5%	Ovo	4%	Legumes	3%
Ovo	4%	Linguça	1%	Pão	1%	Linguça	1%
Salada	1%	Massas	6%	Salada	2%	Maionese	1%
Salgado	1%	Ovo	3%	Salsicha	2%	Massas	7%
Strogonoff	1%	Salada	1%	Suco	1%	Ovo	1%
		Strogonoff	1%	Verduras	1%	Purê	1%
		Suco	2%			Salada	1%
		Verduras	1%			Strogonoff	3%
						Suco	2%
						Verdura	2%

### e) Alimentos destacados na colação da tarde

A colação da tarde é a alimentação realizada entre o almoço e o jantar; popularmente é conhecida como a realização de um lanche no período da tarde. A maior parte dos estudantes apontou que desenvolve esta refeição em suas casas. O que pode ser explicado pelo fato desta escola não possuir turmas de Ensino Fundamental no período da tarde. Nesta refeição, os

alunos apontaram algumas preferências, muito semelhantes à colação da manhã e ao café da manhã (Tabela 6). Nas turmas de sexto ano os alimentos escolhidos foram biscoitos e pães, achocolatados e suco, enquanto nas turmas de sétimo ano pão e suco apareceram como preferidos para essa refeição. Nas turmas de oitavo e nono ano, pão e suco foram alimentos escolhidos pelos alunos. Assim como na colação da manhã, poucos estudantes escolheram frutas para compor esta refeição, sendo citadas somente por alunos do sexto e do nono ano.

**Tabela 6:** alimentos consumidos na colação da tarde dos estudantes participantes da pesquisa

6º ANO		7º ANO		8º ANO		9º ANO	
ALIMENTO QUANTIDADE (%)							
Achocolato	7%	Açai	3%	Achocolatado	9%	Biscoito	8%
Biscoito	28%	Biscoito	5%	Biscoito	11%	Bolo	3%
Bolo	2%	Bolo	11%	Bolo	2%	Café	3%
Cachorro quente	2%	Cachorro quente	3%	Cachorro quente	2%	Café com leite	2%
Café	2%	Doce	3%	Café com leite	5%	Danone	2%
Café com leite	4%	Empadão	3%	Calabresa	2%	Doce	3%
Danone	2%	Leite	5%	Guaravita	5%	Fruta	2%
Fruta	2%	Massas	3%	Hambúrguer	7%	Massas	2%
Leite	2%	Nescau	3%	Leite	2%	Milkshake	2%
Mingau	2%	Pão	34%	Pão	39%	Mingau	2%
Pão	28%	Refrigerante	5%	Salgado	5%	Nescau	3%
Pão de batata	2%	Salgado	5%	Suco	11%	Pão	33%
Pipoca	2%	Suco	16%			Pão de queijo	2%
Salgado	2%	Sucrinhos	3%			Pipoca	5%
Suco	7%					Pizza	5%
Torrada	2%					Refrigerante	5%
Vitamina	2%					Salgado	6%
						Salsicha	2%
						Suco	14%

### f) Alimentos destacados no jantar

A maioria dos estudantes aponta que realizou esta refeição em casa (quase 100% dos respondentes). Assim como no almoço, esta refeição apresentou pouca variação entre as séries (Tabela 7). Em comparação ao almoço é possível perceber que as turmas continuaram preterindo verduras e legumes no jantar. Nas turmas de sexto ano novamente as verduras não apareceram entre os alimentos consumidos e os legumes diminuíram para 2%, nas turmas de sétimo ano que no almoço apresentaram verduras em suas escolhas, no jantar elas não foram consumidas; os legumes permaneceram como 5% dos alimentos escolhidos. Nas turmas de oitavo ano os legumes foram menos consumidos em relação ao almoço e as verduras permaneceram como 1% dos alimentos consumidos, enquanto nas turmas de nono ano o consumo de legumes aumentou na janta de 3% para 4%, as verduras diminuíram de 2% para 1%.

Um outro aspecto a ser ressaltado, foi a maior citação de alimentos considerados 'lanches' ou 'fast foods' no jantar: como hambúrgueres, cachorro quente, batata frita, pizza, salgados, empadão, que podem demonstrar

escolhas pouco saudáveis, com alimentos ricos em carboidratos e gorduras no período noturno.

**Tabela 7:** alimentos consumidos no jantar dos estudantes participantes da pesquisa

6º ANO ALIMENTO/QUANTIDADE (%)	7º ANO ALIMENTO/QUANTIDADE (%)	8º ANO ALIMENTO/QUANTIDADE (%)	9º ANO ALIMENTO/QUANTIDADE (%)
Arroz 23%	Angu 1%	Arroz 27%	Arroz 21%
Batata frita 5%	Arroz 20%	Batata frita 1%	Batata frita 1%
Caldos 1%	Batata frita 2%	Bolo de batata 1%	Cachorro quente 1%
Carne 16%	Batata palha 1%	Caldos 4%	Café 1%
Churrasco 1%	Bolo de batata 2%	Carne 3%	Café com leite 1%
Empadão 1%	Angu 3%	Churrasco 1%	Caldos 1%
Farofa 1%	Carne 19%	Farofa 3%	Carne 12%
Feijão 18%	Churrasco 1%	Feijão 16%	Churrasco 1%
Frango 4%	Farofa 1%	Frango 5%	Farofa 1%
Frutos do mar 1%	Feijão 13%	Frutos do mar 2%	Feijão 19%
Hambúrguer 6%	Frango 7%	Hambúrguer 1%	Frango 6%
Legumes 2%	Hambúrguer 1%	Legumes 2%	Fricassê 1%
Linguça 1%	Legumes 2%	Linguça 6%	Legumes 4%
Maionese 1%	Massas 10%	Massas 7%	Linguça 3%
Ovo 1%	Ovo 2%	Ovo 7%	Massas 12%
Pipoca 1%	Pão 1%	Pizza 1%	Ovo 1%
Pizza 1%	Pizza 2%	Purê 1%	Pão 1%
Refrigerante 2%	Refrigerante 1%	Refrigerante 1%	Pizza 1%
Salgado 3%	Salada 3%	Strogonoff 3%	Purê 3%
Vitamina 1%	Salgado 1%	Verduras 1%	Salada 1%
	Salsicha 2%		Salsicha 3%
	Strogonoff 2%		Strogonoff 3%
	Suco 3%		Suco 2%
			Verduras 1%

## Algumas reflexões e apontamentos

Neste trabalho, apresentamos os primeiros dados acerca da alimentação dos estudantes do segundo ciclo do Ensino Fundamental de uma escola do município de São Gonçalo. Ainda que esta seja uma primeira análise, nos deparamos com alguns aspectos importantes. O primeiro deles diz respeito a diversidade de alimentos apontada pelos estudantes em cada refeição. Há uma variação de alimentos, que reflete uma certa variedade de nutrientes, ainda que se privilegie os carboidratos. Outro aspecto a ser destacado é a presença de quase unânime do arroz e do feijão nas principais refeições. Tais alimentos são importantes na alimentação do brasileiro, sendo responsáveis por boa parte de nosso aporte nutricional. De outro modo, o alto consumo de alimentos considerados 'não saudáveis' pelos estudantes tornou-se um aspecto preocupante. Nesta direção, nos surpreendeu o alto consumo de pães, biscoitos, refrigerantes, salgados, pizzas, hambúrgueres, guaraná-natural pelos estudantes de 10 a 19 anos. Tais alimentos são ricos em gorduras e açúcares, o que certamente, pode afetar a saúde os mesmos a longo prazo.

Percebemos, através da análise dos questionários, que este instrumento necessita de um maior aprimoramento, uma vez que houve dificuldades por parte dos alunos em apontarem seus gastos em relação à alimentação. Se por um lado, este instrumento nos fornece respostas mais rápidas, a análise

destes resultados nos leva a outros questionamentos, como por exemplo: como estes alunos escolhem estes alimentos? Eles têm poder de decisão em todas as refeições? Quando são autônomos nesta escolha, que alimentos preferem? Eles gastam muito dinheiro em suas escolhas? Qual o papel da escola nesta Educação Alimentar? Que alimentos fornecem?

Ressaltamos que os resultados aqui apresentados, nos subsidiam para o desenvolvimento de outras ações no projeto de iniciação à docência, entendendo serem necessários maiores investimentos tanto no debate acerca da Educação Alimentar, quanto na compreensão da relação entre alimentação e consumo, visto que percebemos que alguns alimentos são escolhidos de maneira naturalizada por estes jovens, por modismos, ou simplesmente pelo fato de não quererem se alimentar na escola. Assim, em articulação com o ensino de Ciências, nos desafiamos a investir na compreensão das dimensões sociais e culturais destas práticas alimentares que permeiam a Educação Básica.

## Agradecimentos e Apoios

CETREINA/PR1/UERJ

## Referências

BRASIL, Ministério da Educação. **Alimentação e Nutrição no Brasil**. Curso Técnico de Formação para os Funcionários da Educação. Brasília. 2007.

COSTA, M. V. O consumismo na sociedade de consumidores. In: COSTA, M. V (Org.) **A Educação na cultura da mídia e do consumo**. Rio de Janeiro: Lamparina, 2009, p.33-35.

COSTA, M. V. Educar-se na sociedade de consumidores. In: COSTA, M. V (Org.) **A Educação na cultura da mídia e do consumo**. Rio de Janeiro: Lamparina, 2009, p.33-35.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6 ed – São Paulo: Atlas, 2008.

LEITE, L. B. M. Propostas de Ensino relacionadas com a promoção da alimentação saudável na escola. **Revista da SBEnBio**. Nº. 9, 2016, p. 465 – 476.

LISBÔA, E; ASCHIDAMINI, I. M. Práticas alimentares saudáveis como instrumento de intervenção na EJA. **Cadernos PDE**. Paraná. Secretaria de Estado de Educação. 2016, p.1-25.

MINAYO, M.C. de S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo-Rio de Janeiro. Hucitec-Abrasco. 1992.

SCHMITZ, B. A. S. et. al. A escola promovendo hábitos saudáveis: Uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. **Cadernos Saúde Pública**. V. 24, Sup. 2., 2008, p. S312 – S322.

SOUZA, P. H. O. & LIMA, M. J. G. Estranhos no ninho: Juventude, consumo e escola. **Revista E-Mosaicos**, v. 7, p. 33-48, 2018.

ZOMPERO, A. F.; FIGUEIREDO, H. R. S. & GARBIM, T. Atividades de investigação e a transferência de significados sobre o tema educação alimentar no ensino fundamental. **Ciência & Educação**, v. 23, n. 3, p. 659-676, 2017.