

## **Grupo de Trabalho(GT) - 04 - AVALIAÇÃO E PRÁTICAS ESCOLARES**

### **AVALIANDO E CONSCIENTIZANDO HÁBITOS SAUDÁVEIS NA CRECHE PÚBLICA EM CAMPINA GRANDE-PB**

Elvira Bezerra Pessoa

Profª Dra.Universidade Estadual da Paraíba

[bioelvira@gmail.com](mailto:bioelvira@gmail.com)

Adeilson Paulino de Barros

Graduando do curso de Pedagogia na Universidade Estadual da Paraíba

[Adeilson25@bol.com.br](mailto:Adeilson25@bol.com.br)

#### **RESUMO:**

Na infância é o período em que nossos hábitos alimentares está sendo formada, fase conhecida pelo intenso crescimento e desenvolvimento. O ato de alimentar-se oferece também, inúmeras oportunidades para o desenvolvimento pessoal-social da criança: o comer sozinho, o preferir alimentos, o aprender sabores. Dessa forma é importante o modo como a criança se alimenta e sua relação com o alimento, devendo ser praticados de forma ideal, já que são hábitos adquiridos por toda a vida. Os problemas com alimentação na educação infantil podem causar consequências ao crescimento e desenvolvimento infantil, podendo até mesmo afetar a vida adulta. O objetivo geral deste estudo é abordar e propor assuntos relacionados alimentação saudável, avaliando com as professoras e com as crianças da creche a alimentação de sua instituição de forma que venha ampliar os conhecimentos sobre alimentação saudável, com aplicação uma entrevista com as professoras e realização de oficinas com as crianças em relação à temática, com suporte teórico diversificado, assim possibilitou uma pesquisa qualitativa tendo como resultados a integração de todos que fazem parte da comunidade da creche a qual foi feita a pesquisa, possibilitando novos hábitos.

**Palavras-chave:** Alimentação. Saúde. Família. Educação.

#### **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.

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.

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”.

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).

Os professores têm 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; SILVA, 2006).

Com base nessas considerações essa pesquisa aborda assuntos relacionados à alimentação saudável, ampliando os conhecimentos aos educandos, incentivando os bons hábitos alimentares na escola. Com os seguintes objetivos: abordar e propor assuntos relacionados à alimentação saudável, ampliando os conhecimentos aos

educandos sobre o tema, incentivar os bons hábitos alimentares na escola, identificar as preferências alimentares dos alunos e conscientizar os alunos sobre a importância de uma alimentação saudável numa abordagem lúdica no ambiente escolar.

## **METODOLOGIA.**

Foi adotada uma abordagem qualitativa 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 semiestruturada. A creche investigada foi uma Creche Municipal de Campina Grande, com alunos do PRÉ 2, de faixa etária de 5 anos.

Foram aplicadas oficinas com os alunos em sala de aula, com os seguintes temas: Frutas (História das frutas “A cesta de Dona Maricota” e Salada de frutas para degustação), Verduras e Legumes (explorar com uma mini- feira na escola, utilizando verduras e legumes e foi oferecida uma sopa nutritiva para os alunos), higiene com os alimentos (junto com os alunos foram lavadas as frutas antes do lanche mostrando os cuidados que devemos ter com os alimentos) e o leite (nesta etapa foi explorada conhecimento sobre o leite nos alimentos).

Foram aplicados questionários, com professoras de turma de Educação Infantil de berçário ao pré 1, e com duas merendeiras existentes na instituição, com o objetivo de conhecer suas concepções sobre alimentação saudável na Educação Infantil. Em seguida foi feita uma análise comparando as respostas com autores que falam do tema.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Questão 1: O que significa alimentação?

Na Resposta da professora 1: É o meio através do qual nosso organismo adquire os nutrientes necessários para viver.

Analisando a questão 1, a professora 1 refere-se aos nutrientes que o nosso corpo necessita para ter um bom funcionamento e assim as crianças obterem um bom crescimento e desenvolvimento físico e cognitivo. E da professora 2 a sua resposta foi: significa uma máquina que precisa de um bom combustível, para desenvolver um bom mecanismo. Isto é, alimentos saudáveis ajuda a manter um bom equilíbrio, raciocínio.

Podemos verificar nesse contexto que em nossas instituições ainda falta à ênfase de projetos que incentive nossas crianças a terem uma alimentação saudável, como também formações continuadas para professores praticarem e incentivarem as crianças com hábitos mais adequados no processo de conhecer os alimentos que promovam saúde.

Pois de acordo com Art. 3º. Da lei nº 11. 947 “a alimentação escolar é direito **dos alunos da educação básica** pública e dever do Estado e será promovida, incentivada com vistas no atendimento das diretrizes estabelecidas nesta Lei”, isto é, garantir a todas as crianças uma alimentação digna.

Questão 2: Em sua opinião. O que é uma alimentação saudável?

Na resposta da primeira professora foi: A alimentação saudável é aquela que mantém o equilíbrio entre vitaminas, proteínas, fibras e sais minerais. Enquanto a segunda responde: É aquela alimentação que tem qualidade, ou seja, rica a base de frutas e verduras, pois a mesma contém todas as vitaminas necessárias ao bom funcionamento dos órgãos.

Analisando as respostas acima vimos que a professora 1 citam a importância de ingerir alimentos variados que tenham proteínas, fibras, vitaminas, sais entre outros sendo coerente com a fundamentação teórica citada no trabalho. Já segunda professora lembra da importância do consumo de frutas e verduras, o que não é comum entre algumas crianças observadas, por dois motivos: algumas por não gostarem ou não terem hábitos, ou algumas por não terem condição financeira para isso..

Se tratando das duas merendeiras ambas refere-se a uma alimentação saudável aquela que é rica em nutrientes, deixando a desejar maiores informações do que seriam esses nutrientes. Pois de acordo com (DUTRA, 2007) a alimentação saudável é aquela que atende todas as exigências do corpo, ou seja, não estar abaixo ou acima do peso, isto é, a uma forma de nutrição equilibrada dependendo de seus hábitos alimentares.

Analisando as questões, vale ressaltar o papel dos nutricionistas na participação do cardápio da creche, o que é bastante positivo, pois é um profissional habilitado a trabalhar com alimentação, devendo ter os conhecimentos necessários para produção de um cardápio balanceado que supra as necessidades das crianças. É importante também ressaltar a importância das merendeiras no processo educativo das crianças,

principalmente quando se refere a projetos de alimentação, onde as mesmas devem participar ativamente das atividades propostas. Somente as educadoras 2 e 3 consideram a merenda regular de pouca quantidade e qualidade, não deixando claros os motivos que explique suas respostas.

Segundo o PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar) 2009, com a promulgação da Constituição a alimentação escolar passa a ser um direito constitucional, a ser oferecido pelos governos, sendo obrigatório e gratuito nas escolas públicas.

Questão 3: Como você relaciona a qualidade da merenda escolar aqui na creche?

Na resposta da primeira foi: A merenda servida na instituição mostra-se variada, tendo o cardápio mudado periodicamente, porém acredito que a quantidade de comida servida deixa a desejar, já que muitas vezes as crianças não ficam satisfeitas. E da segunda disse: Boa, pois sabemos que as crianças precisam de uma alimentação saudável, com doses equilibradas de nutrientes.

Analisando a questão 4 várias respostas diferentes que levam a reflexões diferentes, como: a primeira professora afirmam que uma boa alimentação depende apenas de um equilíbrio entre os nutrientes ( proteínas, vitaminas, sais, carboidratos etc.). A outra professora enfatiza que uma boa alimentação não deve conter alimentos gordurosos, frituras e agrotóxicos, isto é, alimentos industrializados que muito se vê em cantinas de escolas, ainda vale lembrar que é durante a infância onde ocorre grande desenvolvimento físico e que isso muito depende de uma boa alimentação, e é aí onde pais e professores devem prender suas atenções quando se trata de alimentação.

Questão 4: Para você de que depende uma alimentação saudável?

Na resposta da primeira: De manter um equilíbrio entre as vitaminas fornecidas pelas frutas, verduras e legumes. As proteínas presentes nas carnes, a energia e os carboidratos fornecidos pelas massas, os minerais presentes nos cereais, no leite e seus derivados. E da segunda foi: Depende de conscientização dos educadores, merendeiras e gestores de instituição com o compromisso de suprir as necessidades da clientela onde está inserida, sendo que isto, só terá benefícios para o organismo.

Outro fator importante encontrado nas respostas foi quando a segunda professora fala da conscientização de educadores, merendeiras e gestores e ainda acrescentaria dos pais, pois a escola tem o dever de envolver os alunos em projetos dinâmicos que tragam vivências de seu dia a dia, e os pais ainda mais tem a responsabilidade de mostrar o exemplo e incentivar na formação de bons hábitos alimentares desde a educação infantil que seguirá por toda fase de vida. A creche em pesquisa disponibiliza de educadores e merendeiras com noções básicas de alimentação saudável e tem a responsabilidade que a merenda servida forneça os nutrientes favoráveis ao desenvolvimento da criança.

### **Resultados das oficinas**

#### **Oficina I : Tema Frutas**

Nesta oficina o tema trabalhado foi às frutas, onde através de roda de conversa, pode-se discutir sobre as frutas preferidas das crianças se na casa das crianças tem alguma árvore frutífera, e também foi preparada uma salada de frutas onde as crianças participaram ativamente e teve muita aceitação.

#### **Oficina II: Tema Verduras e legumes.**

Em um segundo momento, foi trabalhada a literatura “Camilão, o comilão” da autora Ana Maria Machado, fazendo ligação e destacando as verduras e legumes, conversando com as crianças sobre a importância dos mesmos, e por fim foi servido uma sopa nutritiva.

#### **Oficina III: Tema Higiene dos alimentos.**

Nesta oficina as crianças aprenderam a fazer a higiene dos alimentos, depois de explicação e demonstração na roda de conversa.

#### **Oficina IV: Tema O leite nos alimentos**

Neste momento foi discutido sobre a importância do leite nos alimentos, e questionado as crianças onde podemos encontrar o leite, em que alimentos costumamos usá-los etc., em seguida houve degustação de cuscuz com leite.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS.**

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 necessárias de professores para atuarem 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 creche, 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 creche em conjunto com a família é fundamental para desenvolverem projetos e fazer uma prática reflexiva sobre alimentação saudável como também com outros temas.

Neste contexto é indispensável que o educador esteja preparado para apresentar metodologias que prendam a atenção dos alunos, tornando suas aulas, mas dinâmicas e incentivadoras. Depois de leituras feitas sobre o tema Alimentação Saudáveis, foi constatado que a escola e a família têm uma forte influencia sobre os hábitos alimentares das crianças, desde como os pais se comportam na mesa, como também o que oferecido em merendas ou cantinas escolares.

De acordo com análises feitas através de questionário junto a educadoras e merendeiras de uma instituição de Educação Infantil, ficou notório que os educadores têm conceitos formados sobre alimentação de boa qualidade nutricional conhecem os nutrientes necessários para um bom desenvolvimento do corpo, algumas acham que a merenda supri as necessidades das crianças, outras não acham a quantidade pouca, e entre as merendeiras ambas conhecem e sabem da importância de uma alimentação, conhecem os nutrientes necessários para um bom desenvolvimento das crianças e a maioria das entrevistadas citaram que o cardápio é acompanhado por nutricionistas.

Este trabalho veio oferecer reflexões e avaliar sobre a importância de se trabalhar em parceria escola e família buscando sempre garantir os direitos das crianças de uma boa alimentação e um bom desenvolvimento físico e cognitivo dentro da instituição que lhe acolhe e deve estar preparada para suprir suas necessidades. Sendo assim foi observado nas oficinas que as crianças sentem a necessidade e aceitam uma alimentação saudável, composta de frutas, verduras e legumes, a instituição por sua vez

mostra preocupação com a merenda oferecida tendo sempre que possível a visita de nutricionistas e recebendo e seguindo o cardápio mandado pela empresa responsável.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

AHMAD, Laila Azize Souto. **Um breve histórico da infância e da Instituição da Educação Infantil**. 2009.

BRASIL, Constituição (1988). **Constituição da República Federal do Brasil**: promulgada em 5 de Outubro de 1988. Imprensa oficial. Brasília. DF, 1998.

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDB n°.9394/96**. Brasília: Mec/SEF/COEDI,1996.

BRASIL. Ministério da Educação. **Referencial curricular nacional para educação infantil**. v. 01. MEC/SEF. Brasília, 1998.

CHAVES, Lorena Gonçalves. **Políticas de Alimentação Escolar**. Brasília: Centro de Educação a Distância – CEAD, Universidade de Brasília, 2009.

FNDE. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação**. 2009. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/index.php/ae-apresentacao>. Acessado em 20 de Março de 2011.

GARCÍA, Ferran Candela. Educação Infantil: Desenvolvimento, currículo e organização escolar. O currículo na educação infantil. **Revista Construir Notícia**. n.36, v. 06, p. 05-21, 2007.

MARIA, Adriana. **Alimentação na fase pré-escolar**. Disponível em: [http://www.saudenainternet.com.br/portal\\_saude/alimentacao-na-fase-pre-escolar](http://www.saudenainternet.com.br/portal_saude/alimentacao-na-fase-pre-escolar).

Revisado em 2010. Acessado em 10 de março de 2011.

OLIVEIRA, Zilma Ramos de. **Educação Infantil: fundamentos e métodos**. São Paulo. Cortez, 2002 ( Coleção Docência em Formação).

OLIVEIRA Zilma Ramos de. **Educação Infantil: fundamentos e métodos**. 3º edição. São Paulo: Cortez, 2007.

PAIVA. Márcia Regina de Souza Amoroso Quedinho. **A importância da alimentação saudável na infância e adolescência**. Disponível em: <http://>

[WWW.medicinalnet.com.br/conteudos/revisoes/3149](http://WWW.medicinalnet.com.br/conteudos/revisoes/3149). Acessado em 01 de abril de 2011.

PARDAL, Maria Vitória Carvalho. **O cuidado às crianças pequenas no Brasil escravista**. In: VASCONCELLOS, Vera Maria Ramos (Org.). Educação da Infância: história e política. Rio de Janeiro: DP e A, 2005. p.51 a 72.

PASCHOAL, Jaqueline Delgado. A história da Educação Infantil no Brasil: avanços, retrocessos e desafios dessa modalidade. **Revista Histedebr on.line**, p.78 a 95, 2009.

RIZZO, Gilda. **Creche: organização, currículo, montagem e funcionamento**. 3º Ed. Rio de Janeiro: Berrand Brasil, 2003

RUIZ, Jucilene de Souza. **Creche: um discurso acerca de seu surgimento**. Publicado em: anais do curso de pedagogia, Campo Grande. 2007.

SANTOS, Mabel de Brito. Critérios utilizados na alimentação da criança na creche comunitária: um problema de informação? **Revista Baiana de Saúde Pública**. v. 29, n.02 p. 160-174, 2005.

SEABRA, Karla de Costa. Alimentação no âmbito de creche como contexto de interação nos primeiros dois anos de um bebê. **Psicologia em estudo. Maringá**. v.10. n.01 p. 77-86, 2005.

SHIMABUKURO, Elaine Emy. Conhecimentos de educadores de creches sobre alimentação infantil. **Revista Paul Pediatra**, 2008