

EDUCAÇÃO ALIMENTAR NA ESCOLA: EM BUSCA DE UMA VIDA SAUDÁVEL

Débora Lima Barbosa de Albuquerque - UFPE

Cristiane Souza de Menezes - UFPE

RESUMO

A educação alimentar pode contribuir para a prevenção de várias doenças. Nessa direção, existem ações que pretendem favorecer a promoção de hábitos alimentares saudáveis nas escolas, como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), o Programa Saúde na Escola e outros. Este trabalho tem por objetivo investigar as atividades relacionadas à educação alimentar realizadas nas séries iniciais do ensino fundamental de uma escola da rede municipal de Olinda. Para alcançá-lo, realizamos uma pesquisa de abordagem qualitativa, com realização de observações do cotidiano escolar e entrevistas com professoras, alunos/as e a direção da escola. Os resultados permitiram perceber que, apesar de haver na escola programas e projetos que contemplam a educação alimentar e de existir, por parte das professoras, uma preocupação em trabalhar orientações sobre alimentação saudável, as mudanças nos hábitos alimentares dos/as alunos/as são tímidas. Vários fatores contribuem para isso, como as condições socioeconômicas das famílias dos/as alunos/as, hábitos culturais e as preferências alimentares dos/as discentes.

Palavras-chave: Ensino de Ciências. Educação Alimentar e Nutricional Escolar. Hábitos Alimentares. Promoção de Saúde.

Introdução

Uma das formas de garantir uma boa saúde é através de bons hábitos alimentares. No entanto, vivemos em uma sociedade onde o padrão alimentar é cada vez mais inadequado, devido ao crescente consumo de alimentos industrializados, prejudiciais à saúde por serem ricos em gorduras, sais, açúcares, aditivos (BRASIL, 2003), além do crescente hábito de alimentação em fast-foods.

Assim, um trabalho que contribua para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis é primordial. Nesse sentido, o ambiente familiar e a escola são lugares privilegiados para que práticas de educação alimentar sejam realizadas (BRASIL, 2001).

Segundo Valente (2002), uma prática de educação alimentar é adequada quando contribui para a construção de seres humanos saudáveis, conscientes de seus direitos e

deveres e de sua responsabilidade para com o meio ambiente e com a qualidade de vida de seus descendentes. Ainda segundo o autor, o que garante uma alimentação saudável são as escolhas certas de alimentos, que possam garantir uma variedade de nutrientes para manutenção da saúde. Para isso, é preciso que, além da família, a escola contribua para que as crianças se conscientizem sobre o que é uma alimentação saudável, através da orientação e exemplos de condutas alimentares, já que as crianças têm como modelo de comportamento alimentar os adultos, principalmente pais e professores. Portanto, a educação alimentar é um tema que deve ser bastante abordado na família e nas escolas.

A preocupação com a educação alimentar nas escolas vem aumentando à medida que cresce o número de crianças e adolescentes acima do peso no país e também casos de diabetes. Além disso, problemas de saúde, antes vistos apenas em adultos, como colesterol alto e hipertensão, agora atingem também o público infantil (CINTRA et al., 2004) sem contar com a desnutrição e as anemias que ainda são grandes problemas de saúde pública. Por isso é fundamental sempre abordar esse tema para que as crianças possam ter uma boa qualidade de vida, pois a saúde é um bem precioso.

Nesse sentido, nos últimos anos, têm sido implantados nas escolas vários programas e projetos de educação alimentar, com o objetivo de prevenir doenças, para que no futuro as crianças possam se tornar adultos saudáveis. Essas ações tanto podem gerar conhecimentos voltados para a conscientização de hábitos alimentares saudáveis como trazer melhor qualidade de vida, capacitando crianças e jovens a fazerem escolhas corretas sobre comportamentos que promovam a saúde do indivíduo, da família e da comunidade (DAVANÇO; TADDEI; GAGLIANONE, 2004).

Assim, este trabalho tem por objetivo investigar as atividades relacionadas à educação alimentar desenvolvidas nas séries iniciais do ensino fundamental de uma escola da Rede Municipal de Olinda.

A metodologia utilizada é de natureza qualitativa, com realização de observações do cotidiano escolar e de entrevistas semi-estruturadas. O universo da pesquisa foi composto pela diretora da escola, por quatro professoras das séries iniciais do Ensino Fundamental e dez alunos/as da 3ª e 4ª séries de uma escola da Rede Municipal de Olinda (Pernambuco).

As professoras estão na faixa etária dos 33 aos 44 anos, todas do sexo feminino, casadas, com exceção de uma, que é divorciada. Todas têm formação do curso magistério, três com curso superior (duas pedagogas e uma licenciada em letras) e uma estudante de pedagogia. Elas possuem de sete a catorze anos de profissão. Quanto

aos/as alunos/as, sete são do sexo feminino e três do sexo masculino, cinco estão matriculados na 3ª série e cinco estão na 4ª série, todos/as morando nas proximidades da escola. Para garantir a privacidade dos sujeitos, tanto professoras quanto alunos/as, tiveram seus nomes substituídos por nomes fictícios.

Educação Alimentar: programas e ações governamentais previstas para a escola pública

Para garantir um bom funcionamento do organismo, torna-se indispensável, entre outras coisas, uma boa alimentação que possa suprir as necessidades nutricionais necessárias para manutenção da saúde, prevenindo, assim, doenças provocadas tanto pela falta de nutrientes quanto pelo excesso de alimentos. Sendo este um direito humano indispensável à construção da cidadania.

Um dos fatores que pode colaborar para a conquista de uma alimentação de qualidade é a Educação Alimentar, que está associada a práticas educativas que contribuam para a formação de condutas alimentares satisfatórias, evitando o aparecimento de doenças como a desnutrição, a obesidade e suas consequências, favorecendo uma melhor qualidade de vida.

Nesse sentido, a escola representa um lugar privilegiado para a realização desse trabalho de promoção da saúde por ser um local onde muitas pessoas passam grande parte do seu tempo (COSTA; RIBEIRO; RIBEIRO, 2001). De acordo com Schmitz et al. (2008), para alcançar o desenvolvimento de estratégias de promoção da alimentação saudável, é necessário envolver toda a comunidade escolar, uma vez que, as pessoas bem informadas podem participar ativamente nas atividades de orientação de práticas alimentares saudáveis.

Sabe-se que a formação da preferência alimentar na criança faz parte do processo de aprendizagem, em que ela tende a imitar o que os outros fazem, sejam pessoas da família ou outras figuras de referência, incluindo os professores, diretores e outros (JOMORI; PROENÇA; CALVO, 2008). Assim, o papel do professor se torna muito importante na questão da aprendizagem nutricional, pois seus conhecimentos, atitudes e práticas influem decisivamente sobre os alunos.

Além disso, nas escolas públicas, há algum tempo, são desenvolvidas ações que buscam contribuir para melhorar a condição nutricional dos educando. Desde o tradicional Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) que, desde 1955, tem se

preocupado em oferecer a merenda escolar, até projetos e programas mais recentes, como o Programa Saúde na Escola e o Programa Mais Educação, instituídos na última década. Outra importante ação foi a inclusão do tema alimentação nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) e na prática docente. Portanto, além da família, a escola é responsável por uma parcela importante na transmissão de todos os saberes educativo, inclusive do ponto de vista nutricional (SOUZA; FONSECA, 2007).

O PNAE foi implantado em 1955 com intuito assistencialista para compensar possíveis deficiências nutricionais dos alunos de escolas públicas, visando minimizar problemas de desnutrição. No entanto, o PNAE vem sofrendo reformulações. Assim, no presente, além de objetivar atender às necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência na escola, através da transferência de recursos financeiros, contribuindo para o crescimento, o desenvolvimento, a aprendizagem e o rendimento escolar dos estudantes, busca também promover a formação de hábitos alimentares saudáveis (FNDE, 2009).

Além disso, em 2009 o Ministério da Educação (MEC) anunciou que a alimentação escolar seria estendida a todos os estudantes da educação básica da rede pública, incluindo, assim, o Ensino Médio e a Educação de Jovens e Adultos. Desse modo, a lei Nº 11.947, de 16 de junho de 2009 em uma de suas diretrizes, decretou a universalidade da merenda escolar a todos os alunos matriculados na rede pública de educação básica.

No presente, ao lado do PNAE, como já destacamos, há outros Projetos e Programas que, no Brasil, também incluem ações de promoção da inclusão do tema Educação Alimentar no cotidiano escolar, como o Programa Fome Zero, o Programa Saúde na Escola e o Programa Mais Educação.

O Programa Fome Zero (do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome) tem como objetivo não só o acesso à alimentação, mas também a conscientização da importância que os alimentos de qualidade têm para nos proporcionar saúde. Desse modo, o programa oferece materiais didáticos sobre Segurança Alimentar e Nutricional para serem trabalhados com alunos dos primeiros anos do Ensino Fundamental. Esses materiais são composto de cartilhas (Cartilha de Nutrição), que servem de apoio para os professores durante as aulas: “O que é educação alimentar?”, “Vitaminas e Minerais” e “Proteínas e Carboidratos” são alguns títulos das cartilhas já distribuídas .

A Cartilha de Nutrição, que tem como universo os Personagens do Sítio do Pica-Pau Amarelo, de Monteiro Lobato, trata de temas como segurança alimentar¹, higiene, qualidade nutricional das refeições, origem e melhor aproveitamento dos alimentos e a importância da agricultura familiar.

Quanto ao Programa Saúde na Escola (PSE), ele foi criado em 5 de dezembro de 2007 pelo decreto presidencial nº 6.286 visando oferecer atenção integral de prevenção, promoção e atenção à saúde de crianças, adolescentes e jovens do ensino básico das escolas públicas.

Assim, o Programa prevê entre suas atividades, a educação alimentar e nutricional, a avaliação clínica e psicossocial, a avaliação da saúde bucal, entre outras. Essas avaliações têm o objetivo de conhecer como anda o crescimento e o desenvolvimento das crianças, adolescentes e jovens. Estas são ações estratégicas a serem desenvolvidas pelos profissionais das Equipes de Saúde da Família.

O PSE é uma iniciativa dos Ministérios da Saúde e da Educação, por meio de financiamento e fornecimento de materiais e equipamentos para as escolas e equipes de saúde. O PSE também trabalha para integrar as redes de serviços do setor educação e do Sistema Único de Saúde, com o fortalecimento e sustentação da articulação entre as escolas públicas e as unidades de saúde da família, por meio da realização de ações dirigidas aos alunos (BRASIL, s.d.).

O Programa Mais Educação (PME), foi instituído pela Portaria Interministerial n.º 17/2007 e reintegra as ações do Plano de Desenvolvimento da Educação (PDE), como uma estratégia do Governo Federal para induzir a ampliação da jornada escolar e a organização curricular, na perspectiva da Educação Integral. Trata-se da construção de uma ação intersetorial entre as políticas públicas educacionais e sociais, contribuindo, desse modo, tanto para a diminuição das desigualdades educacionais, quanto para a valorização da diversidade cultural brasileira (BRASIL, s.d.).

As atividades desenvolvidas no PME incluem cultura, reforço escolar, esportes e saúde, aí se destacando alguns trabalhos que se preocupam em melhorar os hábitos

¹ Segundo Hoffmann (1995, p.159), “considera-se que há segurança alimentar para uma população se todas as pessoas dessa população têm, permanentemente, acesso a alimentos suficientes para uma vida ativa e saudável”. A segurança alimentar é um termo que foi introduzido na administração pública brasileira na década de 1990 e segue orientações da Organização das Nações Unidas (ONU) para o combate à pobreza por meio de políticas alimentares. Contudo, ainda segundo Hoffman (*op. cit.*), dados sobre a desnutrição crônica no Brasil, registram a prevalência desse estado entre crianças menores de cinco anos bem como as relações entre a desnutrição, a baixa renda e a precariedade da infra-estrutura domiciliar em algumas regiões brasileiras indicando que grande parcela das famílias brasileiras ainda não tem segurança alimentar.

alimentares dos alunos, como o Projeto Horta, que tem como objetivo intervir na cultura alimentar e nutricional das crianças. “A iniciativa pretende ter a horta como instrumento pedagógico, onde os educadores possam vislumbrar esse espaço como laboratório rico de possibilidades de ensino e aprendizagem para as crianças” (BRASIL, s.d.).

Como podemos perceber, além do Ministério da Educação, outros Ministérios como o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, e o Ministério da Saúde tem se preocupado em promover a educação alimentar nas escolas.

Educação Alimentar numa escola pública em Olinda

Ao considerarmos a relevância da escola como espaço educativo para a constituição de bons hábitos alimentares, buscamos não apenas observar o dia-a-dia dessa instituição como também ouvir os sujeitos que lá convivem. Assim, além de entrevistarmos professoras e alunos/as realizamos também uma entrevista com a diretora da escola por entendermos que ela poderia trazer maiores informações sobre como funcionava os projetos e programas identificados durante a observação e a merenda escolar.

Durante as observações e com as informações dadas pela diretora, foi possível perceber que na escola há um projeto e três programas que desenvolvem algum tipo de atividade voltada para a educação alimentar. São eles: o Projeto Nutrir (das indústrias Nestlé), o Programa Saúde na Escola (Ministério da Saúde e Ministério da Educação), o Programa Mais Educação (Ministério da Educação), além do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

O Nutrir, das indústrias Nestlé, é um Projeto de iniciativa privada, lançado em 1999. Tem como objetivo prevenir, por meio da educação alimentar, a desnutrição e a obesidade em crianças e adolescentes de 5 a 14 anos, que vivem em condições socioeconômicas desfavoráveis. Inicialmente pensado para o combate à desnutrição, foi realinhado para desenvolver um trabalho de educação alimentar, a fim de colaborar também com a prevenção do sobrepeso e da obesidade, cuja prevalência vem aumentando no Brasil. O intuito é divulgar e ensinar como preparar receitas, com aproveitamento total dos alimentos, em perfeitas condições de higiene e com valores nutricionais que favoreçam o desenvolvimento dos alunos, além buscar valorizar os insumos típicos das regiões atendidas.

Segundo a diretora, o projeto Nutrir não é voltado diretamente aos alunos, pois trabalha com as merendeiras, que recebem orientação de uma nutricionista da Nestlé sobre hábitos alimentares saudáveis e como elas podem estimular os alunos a comerem e a gostarem da merenda, falando sobre a importância de consumir esse alimento e os nutrientes presentes. No entanto, apesar de as merendeiras receberem essa orientação, pudemos perceber que esse trabalho não surtiu os efeitos esperados, pois em nenhum momento em que estivemos na escola percebemos as merendeiras aplicando essas orientações.

Em relação ao Programa Saúde na Escola, pelas informações recebidas da direção sobre as atividades realizadas, são desenvolvidas apenas palestras apresentadas por médicos e nutricionistas uma vez ao mês, aos sábados. As palestras voltadas para a educação alimentar, tem participação não apenas dos alunos/as, mas também das famílias dos estudantes.

O Programa Saúde na Escola atua em consonância com o Programa Mais Educação para atender à atenção integral de crianças e adolescentes, integrando os campos da saúde e da educação (BRASIL, s.d.).

Nesse sentido, uma das atividades desenvolvidas dentro do Mais Educação é o Projeto Horta, com o objetivo de intervir na cultura alimentar e nutricional das crianças, por meio das hortas escolares. “A iniciativa pretende ter a horta como instrumento pedagógico, onde os educadores possam vislumbrar esse espaço como laboratório rico de possibilidades de ensino e aprendizagem para as crianças” (BRASIL, s.d.).

O Projeto Horta é realizado por uma professora de biologia de outra escola. Na horta, a professora ensina os valores nutritivos das verduras plantadas, a preparação da terra e as técnicas de plantação. Esse trabalho, no qual os alunos entrevistados participam, ocorrem duas vezes por semana nos dois turnos, manhã e tarde.

De acordo com a diretora da escola, depois do desenvolvimento desse trabalho os alunos começaram a levar para casa os alimentos que eles plantaram e colheram. Com as sementes, ainda segundo a diretora, alguns pais começaram a plantar alface, tomate, coentro, cebola, pimentão e abóbora nos quintais de suas casas.

Assim, percebemos que, como afirma Turano (1990), o conhecimento e a ação participativa na produção e no consumo principalmente de hortaliças (fonte de vitaminas, sais minerais e fibras), podem despertar nos alunos mudanças em seu comportamento alimentar, possibilitando atingir também toda a família. Esse contato direto com alimentos saudáveis, pode contribuir para que as crianças comecem a

consumir alimentos saudáveis e naturais e diminuíam o consumo de produtos industrializados e de fast-foods.

Nesse sentido, segundo as professoras, as crianças passaram a consumir alguns alimentos saudáveis como verduras e legumes plantados na horta, apesar de dificilmente consumirem alguma fruta no intervalo escolar.

Ao perguntarmos às professoras como elas percebem o interesse dos/as alunos/as sobre o tema alimentação e sobre o Projeto Horta, obtivemos as seguintes respostas:

Eles se interessam na medida do possível. [...] Percebo que as crianças ficam mais interessadas em pesquisar quando vão assistir às aulas da horta, fazendo muitas perguntas a respeito dos nutrientes presentes e a função de cada um. [...] Elas também vem consumindo esses alimentos plantados, pois sempre comentam que comeram.

Professora Maria, 38 anos.

A turma se mostra bastante interessada quando eu abordo temas como alimentação saudável, sexualidade, história. [...] O Projeto horta tem sido um instrumento para complementar as aulas, facilitando mais o trabalho da alimentação com as crianças, pois aproveito e faço seminários e aulas expositivas sobre os nutrientes presentes desses alimentos plantados, além de servir como incentivo para o consumo de alimentos saudáveis, [...] que levam para comer em casa.

Professora Marcela, 33 anos.

Como podemos perceber, a realização do Projeto Horta aliada com o trabalho desenvolvido pelas professoras tem surtido alguns efeitos, já que tem despertado interesse nas crianças em aprender os nutrientes e a consumir os alimentos que plantaram e colheram.

Quanto à merenda escolar, segundo as informações da diretora, há uma empresa terceirizada que fornece os alimentos já preparados. Essa empresa tem uma nutricionista que acompanha o preparo da merenda para que esta venha balanceada, com nutrientes necessários para a saúde das crianças.

Na escola pesquisada, a merenda escolar é monitorada pela diretora que observa se os alunos se agradaram ou não do cardápio, caso contrário, ela comunica para a Secretaria de Educação, que toma as providências, mudando o cardápio para aquele mais aceito pelas crianças. Além disso, a secretaria também ocasionalmente telefona para a escola para saber se os alunos aceitaram ou não a merenda.

Ao questionarmos os alunos sobre a aceitação da merenda escolar, obtivemos as seguintes respostas:

Não. Porque é ruim, tem sopa que eu não gosto e folha de louro. Às vezes eu como munguzá. Na hora do recreio como Toddy, biscoito recheado, salgadinho e guaraná do pequeno eu trago de casa.

Renata, 9 anos, 3ª série.

Gosto. Porque é gostosa, e como todos os dias, só não gosto de papa, só o de morango, o de chocolate não. Gosto de biscoito com suco, sopa de galinha e danoninho com biscoito.

Roberta, 10 anos, 3ª série

Mais ou menos. Odeio baião de dois, salsicha com cuscuz que vem cru; sopa de macarrão e arroz com galinha.

João, 10 anos, 4ª série.

Essas falas revelam que apesar de não haver unanimidade, a merenda é aceita por boa parcela de alunos. Quanto aos motivos para a não aceitação da merenda, acreditamos que se assemelham aos encontrados por Muniz e Carvalho (2007), ao entrevistarem alunos de uma escola municipal de João Pessoa (Paraíba). Segundo os autores, a inadequação ao hábito alimentar dos alunos e o sabor foram os principais motivos referidos pelas crianças para não aceitarem a alimentação escolar. Para que haja essa adequação é necessário que o cardápio seja além de nutritivo, saboroso, familiar à cultura dos alunos e atrativo para a faixa etária escolar, caso contrário as refeições oferecidas dificilmente serão bem aceitas.

Além disso, embora a merenda seja servida de modo a saciar as crianças, durante as observações pudemos notar que, após ela ser distribuída, os alunos lancham comidas que acreditamos sejam trazidas de casa, já que na escola e no seu entorno não encontramos estabelecimentos para a venda de guloseimas. Inclusive, segundo relato da diretora, no local nunca houve vendedor ambulante, embora na cantina um funcionário venda picolés em grande quantidade.

Os lanches trazidos de casa e consumidos pelos alunos durante o intervalo da escola são compostos de bebidas achocolatadas, biscoitos recheados, refrigerantes, pipocas, salgadinhos, suco de caixinha e iogurte (observamos que há uma coincidência entre esses alimentos e algumas opções da merenda apontadas como as preferidas pelos alunos).

Acreditamos que um dos possíveis motivos para as crianças trazerem guloseimas para a escola, apesar de consumirem a merenda, seja pelo hábito dos pais em oferecer esse tipo de lanche aos filhos, servindo, talvez, como uma prevenção para o caso de as crianças não gostarem da opção do cardápio oferecido. Por outro lado, em nenhum momento foi visto alunos consumirem algum tipo de fruta, dando mais preferência a

guloseimas, embora o iogurte, o suco e o achocolatado possam ser considerados alimentos nutritivos, apesar de industrializados.

Assim, pudemos observar que as crianças frequentemente têm se alimentado de uma maneira inadequada durante o intervalo escolar, comendo muitos alimentos industrializados, apesar de a merenda ser consumida pela maioria dos alunos. Gomes (2007) encontrou resultados semelhantes em uma pesquisa realizada em Muriaé (MG) sobre a alimentação das crianças durante o período escolar.

No entanto, durante as observações, percebemos que há uma preocupação por parte das docentes em discutir a educação alimentar com seus alunos, confirmadas por todas as professoras nas entrevistas.

As seguintes falas ilustram essa preocupação:

Sim. Por eles não terem essa orientação, por trazerem biscoitos, salgadinhos. É importante que eles saibam se alimentarem.

Professora Isabel, 36 anos.

Sim. Como estou no primeiro mês e meio com a turma sempre procuro falar com eles, como eles devem se alimentar, o que faz mal, o que deve ou não comer.

Professora Maria, 38 anos.

Embora tenhamos observado que as professoras abordavam o tema da alimentação com mais frequência nas aulas de ciências, quando possível, elas tentavam discutir esse assunto em outras disciplinas.

Além disso, segundo as professoras, quando têm oportunidade relembram para os alunos tudo aquilo que foi ensinado durante as aulas. Por exemplo, na hora da merenda as professoras pediam para as crianças lavarem as mãos antes de comer, perguntando se elas se lembravam da aula anterior sobre a importância da higiene para manipulação dos alimentos, evitando, assim, doenças causadas por vermes, vírus e bactérias, ou lembrando às crianças os valores nutricionais dos alimentos. Isso também pôde ser visto durante as observações.

Esse processo de ensino-aprendizagem é reforçado pela proposta do Ministério da Educação (MEC), de incorporação dos temas transversais no currículo do ensino fundamental. A saúde foi eleita como um tema transversal e, por essa razão, seu conjunto de conteúdos educativos pode ser considerado comum a todas as disciplinas. O objetivo da incorporação da saúde como tema transversal é melhorar a compreensão dos problemas relacionados com a saúde humana, desde o enfoque preventivo até a promoção de formas de vida mais saudáveis (YUS, 1998).

Quanto às estratégias de ensino utilizadas pelas docentes no trabalho de educação alimentar:

Faço pesquisa, filmes, apresentações de cartazes, debates. Sempre tento falar da importância da merenda, explicando os seus valores nutricionais.

Professora Isabel, 36 anos.

A estratégia realizada com a turma, foi a elaboração de uma salada de frutas, aí aproveitei para explicar os valores nutritivos das frutas.

Professora Maria, 38 anos.

O método é geralmente o quadro, pesquisas das frutas sobre o seu valor nutricional, sobre conservação, a diferença entre uma fruta boa e estragada, ir à feira fazer comparações de uma fruta em bom estado de conservação ou não.

Professora Ana, 44 anos.

Faço aulas expositivas e seminários para apresentarem, teatro de fantoches, peça teatral.

Professora Marcela, 33 anos.

Quando começamos a pesquisa, as docentes informaram que as turmas já estavam trabalhando o tema educação alimentar. Então, não assistimos a muitas das aulas mencionadas, principalmente aquelas em que as professoras afirmam ter trabalhado com filmes, teatros, fantoches e aulas extraclases. No momento em que iniciamos as observações elas usavam como estratégias de ensino aulas expositivas e discussões.

No entanto, observamos que as professoras não resumiam seu trabalho ao quadro e papel, pois sempre procuram dar exemplos, fazer comparações e pesquisas com os alunos, com exceção da professora da 2ª série em que as aulas eram mais de abordagem informativa. As docentes frequentemente realizavam uma aula na qual buscavam a construção coletiva de conhecimentos, pois os trabalhos realizados em sala de aula eram em grupos e envolviam atividades como pesquisas e discussões em sala de aula.

Contudo, apesar de as professoras em suas aulas falarem sobre alimentação saudável e noções de higiene alimentar, de a maioria dos alunos demonstrarem interesse pelo tema e do sucesso do Projeto Horta, relatado tanto pelas docentes quanto pela direção da escola, percebemos que os alunos pouco conseguem mudar seus hábitos alimentares e, quando há alguma mudança, os resultados algumas vezes são passageiros.

Isso se confirma nos seguintes relatos das professoras, sobre a percepção de mudanças nos hábitos alimentares das crianças.

No começo quando a gente aborda o tema, os alunos começam a mudar seus hábitos alimentares, trazem frutas para a escola, fala que comprou em casa, que está comendo. Sempre é necessário dar um reforço, falar sempre, porque eles acabam esquecendo e voltando a trazer guloseimas.

Professora Marcela, 33 anos.

Raramente, muito pouco, sempre peço para trazerem frutas, por exemplo, para fazer salada de fruta, mas não trazem. Porque eles não têm o hábito de comerem, vem de família, de muito tempo, devido aos costumes. Às vezes também pesa no bolso, são famílias pobres, e comprar biscoitos sai mais barato do que frutas.

Professora Ana, 44 anos.

Sim, alguns alunos apenas, e a mudança é muito pouca, as condições socioeconômicas, não ajudam, pois é mais fácil comprar um salgadinho, que custa dez centavos, do que uma fruta que custa 0,50 centavos. Às vezes as famílias não tem condições financeiras.

Professora Isabel, 36 anos.

Não houve mudanças nas crianças.

Professora Maria, 38 anos.

Fagioli e Nasser (2006) identificaram que as intervenções educativas em nutrição muitas vezes não conseguem alcançar os efeitos esperados. As autoras atribuem essa limitação ao caráter quase que exclusivamente informativo das intervenções. Assim, as mesmas se mostram ineficientes quando os objetivos são mudanças de comportamento. É nessa questão que os docentes têm que trabalhar com os alunos, não só com eles, mas também com toda comunidade escolar, principalmente os pais, pois são eles que também terão influências nos hábitos alimentares das crianças.

Além disso, para alcançar o objetivo de promover hábitos alimentares saudáveis, vários fatores devem ser considerados (sociais, culturais e econômicos). Dentre estes aspectos, o financeiro ainda guarda o maior peso na determinação das escolhas alimentares dos sujeitos. Assim, mesmo entendendo a necessidade de adquirir hábitos alimentares mais saudáveis, às vezes conflitantes com o que impõe suas condições sociais e culturais, o sujeito não necessariamente readequará a sua dieta a padrões estabelecidos pelos especialistas médicos. Desse modo, podemos inferir que mesmo os alunos aceitando bem a merenda oferecida na escola e de receberem orientações sobre alimentação favorável à saúde, a renda insuficiente de seus pais, segundo o que foi

revelado nas entrevistas pelas professoras, poderia justificar a permanência de hábitos alimentares pouco saudáveis.

Assim, percebe-se que a questão da educação alimentar é algo complexo, que exige um trabalho de parceria de diversos profissionais (professores, nutricionistas, médicos e outros) oportunizando as famílias uma alimentação de qualidade a partir, por exemplo, da sugestão de cardápios criativos e de baixo custo final, pois como revelado nas entrevistas, muitas vezes os pais dos alunos não têm uma renda que permita um consumo de alimentos mais saudáveis.

Os resultados de Pesquisa de Orçamento Familiar (POF), realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em 2002 e 2003, através de amostragem em domicílio em todo Brasil, com o objetivo de pesquisar o quanto o brasileiro gasta nas despesas alimentícias, nos revelou que mais da metade das famílias investigadas têm quantidades suficientes de alimentos; porém 73 % declararam ter algum grau de insatisfação quanto ao tipo de alimentos que consomem; pois compram o que seus rendimentos permitem comprar, o que nem sempre é o que satisfaz às expectativas do indivíduo e nem as necessidades nutricionais (IBGE, 2004).

Portanto, para a população de baixa renda mudar hábitos alimentares, será necessário vencer algumas barreiras, uma delas é a questão socioeconômica. Isso não é uma tarefa fácil, pois os alimentos considerados saudáveis geralmente custam mais caro, pesando no bolso da família. Além das questões socioeconômicas também existem outros fatores, como a cultura alimentar que, muitas vezes, dificulta as mudanças alimentares.

No entanto, mesmo que as mudanças nos hábitos alimentares dos alunos tenham se mostrado tímidas, ao questionarmos as crianças sobre o que seria uma alimentação saudável, obtivemos as seguintes respostas:

Uma boa alimentação é comer coisa saudável, em seu tempo, e não comer besteiras, porque pode prejudicar a saúde.

Fátima, 10 anos, 4ª série.

Comer legumes, comer bastante feijão e não comer muita batata frita. Trocar biscoito por uma fruta.

Paula, 10 anos, 3ª série.

Comer verduras. Não gosto muito, mas como. Fruta, arroz, feijão, macarrão.

Bruna, 9 anos, 3ª série.

Podemos perceber, assim, que os alunos, apesar de frequentemente consumirem guloseimas na escola, têm alguma noção do que seja uma alimentação saudável. Ao perguntar às crianças com quem elas aprenderam a identificar o que é uma boa alimentação, a maioria respondeu que foi com os familiares, como pais ou tios, e também com a professora.

Aprendi com a minha mãe, a professora de ciências, a outra professora de ciências e com o meu tio.

Paula, 10 anos, 3^a série.

Aprendi com a professora, a minha mãe e meu pai.

Renata, 9 anos, 3^a série.

Não ninguém me ensinou.

João, 10 anos, 4^a série.

Com a minha mãe, vendo as pessoas falando na televisão, com toda minha família.

Camila, 10 anos, 4^a série.

Notamos que os familiares são os mais apontados como os responsáveis pela educação alimentar das crianças, logo em seguida as professoras e, por último, a mídia. Isso indica que as famílias também possuem alguns conhecimentos sobre alimentação saudável.

Acreditamos que os projetos e programas implantados na escola podem contribuir para que as famílias aprofundem esse conhecimento que já possuem sobre bons hábitos alimentares, colaborando para desmistificar alguns tabus ligados à alimentação que ainda possam persistir, sugerindo novos cardápios, etc., ajudando, assim, a manutenção de uma alimentação adequada para as crianças.

Além disso, para que a educação alimentar atinja seus objetivos é necessário, ainda, um trabalho conjunto entre educadores e os profissionais da saúde que vise ações educativas que dêem conta de esclarecer qual a relação entre hábitos alimentares inadequados e certas doenças crônico-degenerativas, como também oferecer capacitação às mães no preparo de cardápios alternativos a partir do total aproveitamento de alimentos e de receitas de baixo custo e alto valor nutritivo e orientações quanto à higiene na manipulação dos alimentos. Estas são ações possíveis de serem mediadas pela escola, na tentativa de consolidação de práticas alimentares saudáveis e escolhas mais conscientes.

Conclusões

Durante as observações e entrevistas realizadas na escola campo da pesquisa, constatamos que, apesar da realização do trabalho das professoras e da existência de projetos e programas voltados para a Educação Alimentar, as mudanças nos hábitos alimentares das crianças ainda são tímidas, o que aponta para a necessidade de um trabalho contínuo e sistemático nessa temática, que considere também os aspectos culturais e socioeconômicos (este último o que mais influencia na mudança alimentar), para que se constituam mudanças permanentes.

Também percebemos que não cabe apenas ao professor o ensino da educação alimentar, mas a toda a comunidade escolar, inclusive a família, sendo necessário um trabalho que envolva esses diferentes sujeitos. Mas, para isso, não basta apenas o oferecimento de informações. É preciso, entre outras coisas, que haja um maior investimento nas abordagens educativas, tornando a alimentação um tema realmente inserido no dia-a-dia dos alunos e que sejam construídas, junto com as famílias, alternativas que se adéquem a sua realidade socioeconômica, como por exemplo, o desenvolvimento de uma culinária saborosa e nutritiva utilizando alimentos mais baratos e acessíveis à população de baixa renda.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de alimentação e nutrição**. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2003.

BRASIL. Ministério da saúde e Ministério da Educação. **Orientações sobre o Programa Saúde na Escola para a elaboração dos Projetos Locais**, s.d. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes.d.ec_6286_05122007.pdf. Acesso em 17 de jun. 2010.

CINTRA, I.P.; FISBERG, M.; MELLO, M.T.; OLIVEIRA, C.L. **Obesidade e síndrome metabólica na infância e adolescência**. Revista de Nutrição. Campinas: n17(2): p. 237-245, Abril.Jun.2004.

COSTA, E. D. Q.; RIBEIRO, V. M. B.; RIBEIRO, E. C. D. O. **Programa de alimentação escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento**. Revista de Nutrição Campinas, v. 3, n. 14 p.225-229, set./dez. 2001.

DAVANÇO G. M.; TADDEI, J. A. A. C.; GAGLIANONE C.P. **Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a curso de educação nutricional.** Revista de Nutrição 2004; 17(2): 177-84.

FAGIOLI, D.; NASSER, L.A. **Educação nutricional na infância e na adolescência:** planejamento, intervenção, avaliação e dinâmicas. São Paulo: RCN, 2006. 244p.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO. Resolução/CD/FNDE, nº 38, de 16 de julho de 2009. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/index.php/programas-alimentacao-escolar>. Acesso em 24 abr. 2010.

GOMES, D. M. **O papel da escola na formação do bom hábito alimentar.** Nutrição Brasil, Rio de Janeiro, ano 6 , n2, 65-67, mar/ abr. 2007.

HOFFMANN, R. **Pobreza, insegurança alimentar e desnutrição no Brasil.** Estudos Avançados, v.9 n.24, p.159-172. São Paulo: Instituto de Estudos Avançados da Universidade de São Paulo, maio/agosto de 1995.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA –IBGE. Comunicação Social: **Pesquisa de Orçamento Familiar.** Brasília: 2004. Disponível em : http://www.ibge.gov.br/home//presidencia/noticias/noticias_imprensaop.ppt?id_noticias=171. Acesso em : 06 jun. 2010.

JOMORI, M. M.; PROENÇA, R. P. C.; CALVO, M. C. M. **Determinantes de escolha alimentar.** Revista de Nutrição. (online). Campinas, 21(1), 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415. Acesso em: 29 abr 2010.

MUNIZ, V. M.; CARVALHO, A. T. de. **O Programa Nacional de Alimentação Escolar em município do estado da Paraíba.** Revista de Nutrição ; 20(3): 285-296 maio-jun, 2007.

SCHMITZ, B. D. A. S et al. **A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis:** uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantinas escolares. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, p. 312-322, 2008.

SOUZA, T.; FONSECA, A. **Concepções e práticas de profissionais de saúde e de educação da rede municipal do Rio de Janeiro sobre alimentação e saúde.** In: Anais do IV Encontro Nacional de Pesquisa e Ensino de Ciências. Belo Horizonte: ABRAPEC, 2007.

TURANO, W. **A didática na educação nutricional.** In: GOUVEIA, E. Nutrição Saúde e Comunidade. São Paulo: Revinter, 1990. 246 p.

VALENTE, F. (org.). **Direito Humano à alimentação:** desafios e conquistas. São Paulo: Cortez, 2002.

YUS, R. **Temas Transversais.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.