



UNILAB

**UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL
DA LUSOFONIA AFRO- BRASILEIRA
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA
ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA**

TATIANA BATISTA FERNANDES

**A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E ALIMENTAR COMO ESTRATÉGIA DE
INTERVENÇÃO PARA ADOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM
ESCOLARES: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

SÃO FRANCISCO DO CONDE

2018

TATIANA BATISTA FERNANDES

**A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E ALIMENTAR COMO ESTRATÉGIA DE
INTERVENÇÃO PARA ADOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM
ESCOLARES: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

Monografia apresentada ao Curso de Pós Graduação em Saúde da Família da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Saúde da Família.

Orientadora: Prof.^a M.^a Emília de Alencar Andrade.

SÃO FRANCISCO DO CONDE

2018

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Sistema de Bibliotecas da Unilab
Catalogação de Publicação na Fonte

F412e

Fernandes, Tatiana Batista.

A educação alimentar e nutricional como estratégia de intervenção na adoção de hábitos alimentares saudáveis em escolares : revisão integrativa da literatura / Tatiana Batista Fernandes. - 2018.

27 f. : il. color.

Monografia (especialização) - Instituto de Educação à Distância, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, 2018.

Orientadora: Prof.^a M.^a Emília de Alencar Andrade.

1. Crianças - Nutrição. 2. Educação alimentar. 3. Merenda escolar. I. Título.

BA/UF/BSCM

CDD 371.716

TATIANA BATISTA FERNANDES

**A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E ALIMENTAR COMO ESTRATÉGIA DE
INTERVENÇÃO PARA ADOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM
ESCOLARES: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

Monografia julgada e aprovada para obtenção do título de Especialista em Saúde da Família da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro- Brasileira.

Data de aprovação: 26/10/2018.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a M.^a Emília de Alencar Andrade (Orientadora)

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - Unilab

Prof.^a M.^a Marphisa Rachel de Siqueira Rêgo

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - Unilab

Prof.^a Claudia Simone Rocha Araújo

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - Unilab

AGRADECIMENTOS

A Deus, por ter me dado energia e benefícios para concluir todo esse trabalho;

A minha orientadora Emília de Alencar Andrade que polidamente me ajudou e me guiou no decorrer deste trabalho, me dando todo o suporte necessário;

Nada mais justo, que destacar a ajuda infinita e apoio incondicional e sempre eficaz do meu pai, o Srº Antônio José Fernandes. Pai, obrigada por sempre fazer e favorecer às minhas conquistas.

RESUMO

A Educação Alimentar e Nutricional é uma estratégia de promoção da saúde e de hábitos alimentares saudáveis. O ambiente escolar surge como um local adequado para desenvolver ações educativas e propiciar a formação de um cidadão crítico, que saiba fazer escolhas adequadas e de forma responsável. Objetivou-se, através de Revisão Integrativa de Literatura, apurar os efeitos de programas de educação alimentar e nutricional adotados em unidades escolares como estratégia de intervenção nos hábitos alimentares saudáveis de escolares. A amostra desta revisão constituiu-se de nove artigos. Sete dos estudos selecionados utilizaram metodologias de intervenção, e dois se propuseram a consolidar, na prática de educadores e donos de cantina escolar, a compreensão sobre Educação Alimentar e Nutricional. As ações educativas realizadas caracterizaram-se como estratégias pouco participativas e críticas, baseadas na transmissão de informações. Conclui-se pela necessidade de abordagens que permitam tratar os problemas alimentares de modo mais amplo na escola, por intermédio de metodologias que debelem a mera transmissão de informação.

Palavras-chave: Crianças - Nutrição. Educação alimentar. Merenda escolar.

ABSTRACT

Food and Nutrition Education is a strategy to promote health and healthy eating habits. The school environment appears as a suitable place to develop educational actions and provide the formation of a critical citizen, who knows how to make appropriate and responsible choices. The objective of this study was to evaluate the effects of food and nutrition education programs adopted in school units as a strategy for intervention in the healthy eating habits of schoolchildren. The sample of this review consisted of nine articles. Seven of the selected studies used intervention methodologies, and two proposed to consolidate, in the practice of educators and school canteen owners, the understanding of Food and Nutrition Education. The educational actions carried out were characterized as little participative and critical strategies, based on the transmission of information. It is concluded that there is a need for approaches that allow the treatment of food problems in a broader way in the school, through methodologies that are due to the mere transmission of information.

Keywords: Children - Nutrition. Nutrition education. School lunch.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	REVISÃO DA LITERATURA	10
2.1	A RELEVÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	10
2.2	EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA EDUCAÇÃO INFANTIL	12
2.3	FATORES QUE DETERMINAM HÁBITOS ALIMENTARES	14
3	METODOLOGIA	15
3.1	MATERIAL PARA COLETA DE DADOS	16
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	17
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
	REFERÊNCIAS	26

1 INTRODUÇÃO

O estilo de vida e os hábitos alimentares da população sofreram modificações diante da crescente modernização e urbanização ocorridas no Brasil, acarretando como consequência o aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (SCHMITZ, 2008).

A qualidade da vida é afetada por inúmeros aspectos, de modo que a conscientização da população sobre a importância do consumo de alimentos que contenham substâncias é imprescindível para o favorecimento da promoção da saúde, trazendo com isso uma melhora no estado nutricional (MORAIS; COLLA, 2006).

É visível o papel da alimentação na promoção da saúde e proteção contra doenças e as repercussões da alimentação inadequada em etapas precoces da infância sobre a saúde na vida adulta. A escola pode ser considerada espaço privilegiado para implementação de ações de promoção da saúde e desempenha papel fundamental na formação de valores, hábitos e estilos de vida, entre eles, o da alimentação, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis (ACCIOLY, 2009).

O ambiente escolar é propício à aplicação de ações de educação em saúde em larga escala, incluindo programas de educação nutricional. Estes devem consistir em processos ativos, lúdicos e interativos, que favoreçam mudanças de atitudes e das práticas alimentares (SANTOS, 2009).

O alimento pode ser inserido no processo educativo, não apenas em disciplinas relacionadas às ciências da biologia e da saúde, mas em todas as áreas do conhecimento e desta forma, estimular o consumo de alimentos saudáveis na escola e no cotidiano da criança. Educadores, pais, alunos, merendeiras, comunidade têm importante papel na construção de um ambiente escolar promotor de estilos de vida saudáveis, em especial, a alimentação (ACCIOLY, 2009).

A educação nutricional surge com o intuito de desenvolver estratégias para impulsionar a cultura e a importância da alimentação saudável, respeitar as necessidades individuais, além de modificar crenças, valores, atitudes, representações, práticas e relações sociais que são pré-determinados em torno da alimentação. A escola destaca-se pelo seu papel de protagonista, representando um

ambiente propício para o projeto de uma educação nutricional junto à família, orientando e incentivando aos aspectos relacionados à promoção da saúde e prevenção de doenças (GONÇALVES, CATRIB, VIEIRA, 2008).

Hábitos alimentares corretos devem ser aprendidos na prática, no cotidiano da vida escolar, contribuindo assim para a formação de cidadãos responsáveis. A postura atual do ensinar não compreende mais uma postura ativa por parte do professor e passiva do lado do aluno. É preciso rever as formas de ensinar e aprender, para que sejamos capazes de atender às demandas da sociedade do conhecimento (LONGO, 2012).

A alimentação saudável promovida no espaço escolar implica na integração de ações em três pontos cruciais: ações de estímulo à adoção de hábitos alimentares saudáveis por meio de atividades educativas; ações de apoio à adoção de práticas saudáveis por meio 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.

Dessa maneira, o presente estudo objetivou apurar na literatura, os efeitos de programas de educação alimentar e nutricional adotados em unidades escolares como estratégia de intervenção nos hábitos alimentares saudáveis de escolares.

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 A RELEVÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A formação de hábitos alimentares saudáveis é um processo que deve iniciar-se desde o nascimento, com as práticas alimentares introduzidas nos anos iniciais de vida pelos pais, primeiros responsáveis pela sua formação, não somente em relação aos costumes alimentares, como também, nas questões de valores, costumes, crenças, entre outros (MELO, 2014).

Nesse período, a família tem um papel importantíssimo na introdução dos novos alimentos, uma vez que a criança vai conhecê-los por meio do que lhe for oferecido. A forma como os pais educam os seus filhos darão sustentação ao seu modo de vida ao longo de sua existência (LIMA, 2008, p. 15).

Além da família, a escola pode assumir uma grande importância, na medida

em que pode oferecer um contexto de aprendizagem formal sobre a importância de uma alimentação saudável, complementando a educação familiar. Além da transmissão de saberes, ela possibilita o convívio com os colegas e esse convívio pode trazer muitas influências tanto no comportamento como nos hábitos alimentares.

De acordo com Gurgel apud Lima, (2008, p. 28) a educação alimentar deve promover ações pedagógicas integradas, acerca do direito à informação e construção de novos conhecimentos sobre a alimentação, que contribua para a efetivação da cidadania. Assim desde cedo as crianças precisam aprender que os diferentes tipos de alimentos são importantes para sua saúde, por isso devem comer os alimentos fornecidos para a manutenção de sua saúde e bem estar.

A escola representa um ambiente favorável e privilegiado para o estímulo à formação de hábitos saudáveis, assim como na correção de irregularidades no que diz respeito à alimentação e à prática de atividades físicas. Muitas vezes, a falta de referência para uma boa alimentação é agravada pela ação da mídia na divulgação de produtos comerciais nem sempre nutritivos (GURGEL, apud, LIMA, 2008, p. 29).

Para Moreira (2002) o conflito negativo que a propaganda pode ter nos hábitos alimentares da população será tanto maior se crianças e jovens não forem educados para escolher adequadamente os alimentos que irão consumir. O estudo e a realização de debates sobre alimentação e nutrição na escola, assim como o desenvolvimento de outras atividades educativas, propiciam ao aluno condições de assumir uma postura crítica diante das informações que chegam até ele.

De acordo com as considerações descritas no Guia da Alimentação Escolar elaborado pelo Ministério da Educação e Ciência (2012, p. 04) na infância, tal como em outras fases do crescimento e desenvolvimento do ser humano, a alimentação saudável é um dos fatores determinantes para o seu crescimento, desenvolvimento, bem como, para a promoção da sua saúde, prevenindo por outro lado, doenças associadas à má alimentação, das quais a mais conhecida e difundida é a obesidade. Assim, o consumo de alimentos de qualidade e em bom estado de conservação deverá ir ao encontro das necessidades diárias das crianças e incluir necessariamente os diferentes alimentos dentro de cada grupo da nova Roda dos Alimentos, nas porções indicadas (BRASIL, 2012, p. 04).

Os primeiros anos de vida da criança são ideais para transmitir conhecimentos importantes, nomeadamente ao nível da alimentação, havendo

assim a grande possibilidade de se criarem hábitos alimentares saudáveis que poderão perdurar pela vida fora (BRASIL, 2012, p. 08).

No que diz respeito ao preparo dos alimentos, seja para as refeições principais e/ou merendas, representa uma oportunidade de praticar e fortalecer os conhecimentos alimentares e nutricionais das crianças desenvolvendo uma aprendizagem sobre alimentação e enraizando nela hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2012, p.26).

Atualmente existem fatores que condicionam a alimentação das crianças, nomeadamente o estilo de vida atarefado dos pais, as famílias monoparentais ou as famílias com dificuldades financeiras contribuindo para o aumento da insegurança alimentar do lar (BRASIL, 2012, p. 27).

Segundo o documento outro fator determinante nesse processo de escolhas de hábitos alimentares são os meios de comunicação, uma vez que, os programas televisivos estimulam o consumo de alimentos de elevado valor calórico e baixa densidade nutricional. Além, as doenças podem também condicionar a alimentação das crianças, aumentando ou diminuindo o apetite, como é o caso das constipações e gripes que normalmente se associam a uma diminuição do apetite e da ingestão alimentar, apesar de nesta situação haver um aumento das necessidades energéticas, proteicas e hídricas (BRASIL, 2012, p. 28).

No documento também encontra-se salientado a importância da escola e da família como os principais influenciadores esse processo de escolha de hábitos alimentares, ambas desempenha um papel fundamental na vida das crianças. A família é o primeiro contato social de convivência com as crianças, e a escola na sequência, não como substituta, mas como colaboradora nesse processo de construção e formação de hábitos alimentares, bem como, na promoção de uma alimentação saudável.

2.2 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Segundo Melo (2014) a educação infantil atende crianças de 0 a 5 anos de idade, nessa faixa etária as crianças frequentam os centros de educação infantil (creche) e a pré-escola, constituindo um grupo que apresenta elevada vulnerabilidade biológica, sujeita a vários danos nutricionais, além de situações de falta de apetite às refeições básicas e/ou alimentos. Isto provém de diversos fatores

que podem estar relacionados a uma maior seletividade em relação aos alimentos, fácil acesso a guloseimas, além da incidência de infecções e verminoses que podem diminuir o apetite.

Esta etapa da vida da criança é caracterizada pelo amadurecimento das habilidades motora, cognitiva e social, e todas elas estão diretamente ligadas à alimentação, sendo que neste momento da vida a criança é um ser muito que depende dos pais ou responsáveis para receber alimentação adequada.

A idade compreendida entre 0 a 5 anos envolve comportamentos e atitudes que prosseguirão durante a vida da criança, podendo determinar uma vida saudável, ao passo em que as ações desempenhadas no ambiente familiar e escolar sejam favoráveis ao estímulo e a garantia de práticas alimentares apropriadas a esta faixa etária.

Os centros de educação infantil devem proporcionar condições de garantia para desenvolver as potencialidades das crianças quanto ao seu crescimento, bem como, manter sua saúde nos diversos aspectos, sendo estes, educacionais, sociais, culturais e psicológicos.

Na educação infantil, a educação nutricional precisa acontecer de forma correta. Os alimentos devem ser inseridos na alimentação da criança no tempo certo e de acordo com o seu desenvolvimento, para que a criança possa sentir o sabor e as características de cada alimento, por isso os alimentos devem ser servidos de forma isolada.

A educação nutricional favorece a construção coletiva do conhecimento e envolve a equipe de saúde, a escola, a criança e a família. Além disso, há a importância de que ocorra de maneira integrada entre práticas, crenças, saberes e vivências das crianças, e não, dissociada em práticas pedagógicas exclusivamente teóricas. Além dos escolares, os pais, educadores e merendeiras também devem ser orientados sobre alimentação saudável a ser oferecida às crianças (BRASIL, 2012, p. 29).

Considera-se de fundamental importância que as práticas alimentares, uma vez que elas são adquiridas durante toda a vida, destacando-se os primeiros anos como um período muito importante para o estabelecimento de hábitos alimentares que promovam a saúde do sujeito desde a infância até a idade adulta.

A escola, no entanto, desempenha um papel muito importante na formação de crianças e adolescentes constituindo-se num meio de convivência e ensino

aprendizagem, aonde deve haver um envolvimento de toda a comunidade escolar, alunos, professores, funcionários, pais e nutricionista, que participem de forma integrada em estratégias e programas de promoção da alimentação saudável, assegurando assim a qualidade das refeições ofertadas aos alunos.

Os programas de educação alimentar e nutricional precisam ser frequentemente orientados aos estudantes por profissionais capacitados e que estejam de fato envolvidos com a alimentação escolar.

O profissional nutricionista deve agir como um articulador destas ações, interagindo com diretores de escolas, professores e cozinheiras, de forma a garantir que o tema alimentação e nutrição seja trabalhado de forma transversal e interdisciplinar (BRASIL, 2012, p. 31).

2.3 FATORES QUE DETERMINAM HÁBITOS ALIMENTARES

A família e a mídia são os principais agentes determinantes da construção dos hábitos alimentares das crianças.

Quando crianças, os pais são os responsáveis pela escolha do alimento a ser oferecido, porém, para que seja de acordo com as necessidades vitais das crianças, eles precisam ter conhecimento da qualidade e quantidade de alimento que deve ser servido respeitando a faixa etária de cada criança.

Constantemente a família ganha alguns concorrentes na educação de seus filhos, principalmente a televisão, como esta é uma representante máxima da mídia, é um veículo utilizado para o entretenimento e educação representando a maior fonte de informação sobre o mundo, influenciando o comportamento das pessoas, em vários aspectos como o modo de se vestir, pensar, se comportar e principalmente em se alimentar.

Devido às inúmeras atribuições funcionais assumidas pelos pais, os filhos acabam desassistidos pelos mesmos e assim eles acabam ficando a maior parte do tempo em frente à televisão, onde muitas vezes acabam influenciados pelas propagandas incorretas de uma alimentação saudável.

A família precisa ficar atenta em relação à influência que a mídia pode causar na vida de seus filhos, evitando o máximo de cuidado com os tipos de programas que elas assistem, pois as propagandas televisivas estimulam as crianças a consumir alimentos e refrescos, principalmente os industrializados, cujo valor

nutritivo é limitado, tem alto teor energético e tipicamente contêm grandes quantidades de gorduras, açúcar, colesterol e sal e que fornecem pouco ou nenhum nutriente (TOJO, apud MURGUERO, 1999, p. 29).

3 METOLOGIA

Trata-se de um estudo de Revisão Integrativa de Literatura desenvolvido a partir da base de dados LILACS e MEDLINE e a biblioteca eletrônica SCIELO com o propósito de identificar artigos científicos publicados no período de 2007 a 2017 e o acesso às publicações ocorreu nos meses de julho e agosto de 2018. Elementos não identificados em tal pesquisa utilizou-se a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que integra as bases acima citadas. Para nortear a pesquisa, foi definida como questão de investigação: Quais evidências disponíveis na literatura sobre os efeitos das intervenções da educação alimentar e nutricional nos hábitos alimentares dos escolares?

A busca nas fontes referidas foi realizada tendo como termo indexador "*educação nutricional*" AND "*escolares*", e seu correspondente em inglês "*nutrition education*" AND "*school*" e "*food and nutrition education*". As publicações foram pré-selecionadas pelos títulos, os quais deveriam conter como primeiro critério o termo completo e/ou referências a escolares/ensino fundamental e consumo alimentar, hábitos alimentares ou alimentação saudável, acompanhada da leitura dos resumos disponíveis.

Foram incluídas apenas publicações em português que atenderam aos critérios de se tratar de uma pesquisa, um estudo de intervenção; de apresentar como metodologia a descrição, aplicação e/ou avaliação de uma intervenção em EAN em escolares desenvolvida no Brasil. E foram excluídos elementos repisados em desconformes bases de dados, por não se tratarem de estudo de intervenção diretamente com escolares, publicados com mais de dez anos. Realizou-se então uma pesquisa complementar no portal de periódicos da Capes e nas referências dos artigos selecionados com intuito de ampliar os dados relevantes e convenientes a ser analisados, e somaram-se publicações que atendiam aos critérios supracitados. Ao final, foram selecionados vinte e cinco artigos resultantes das pesquisas nas bases e da pesquisa complementar para compor esta revisão. A análise do aparato

elegido tomou como padrão a categorização dos ensaios de acordo com o tipo do estudo e objetivos, local de realização da pesquisa, ano de publicação, as revistas nas quais foram veiculados, metodologias utilizadas e principais resultados encontrados.

Com a leitura em profundidade dos artigos na íntegra, observaram-se as características/intervenções da Educação Alimentar e Nutricional no ambiente escolar, construindo-se uma síntese descritiva dos achados pertinentes em nove artigos.

3.1 MATERIAL PARA COLETA DE DADOS

Trata-se de um estudo de pesquisa exploratória com abordagem quantitativa resultante do levantamento bibliográfico e documental.

De acordo com Gil (2002, p. 44) “a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. Boa parte dos estudos exploratórios pode ser definida como pesquisas bibliográficas”.

A pesquisa teve ainda, a característica quantitativa que segundo Fonseca (2002, p.22): Diferentemente da pesquisa qualitativa, os resultados da pesquisa quantitativa podem ser quantificados. Como as amostras geralmente são grandes e consideradas representativas da população, os resultados são tomados como se constituíssem um retrato real de toda a população alvo da pesquisa. A pesquisa quantitativa se centra na objetividade. Influenciada pelo positivismo, considera que a realidade só pode ser compreendida com base na análise de dados brutos, recolhidos com o auxílio de instrumentos padronizados e neutros. A pesquisa quantitativa recorre à linguagem matemática para descrever as causas de um fenômeno, as relações entre variáveis, etc.

A pesquisa também foi de caráter exploratório, segundo Gil (2002, p. 46): A pesquisa exploratória tem como objetivo principal, o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições. Seu planejamento é bastante flexível, de modo que possibilite a consideração dos mais variados aspectos relativos ao fato estudado.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme metodologia referida, foram inicialmente localizadas 25 publicações. Contudo, da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão adotados, 18 foram elegidos incipientes de análise, sendo que os outros 7 trabalhos constituíam de elementos repisados em desconformes bases de dados, não se referiam a estudos de intervenção diretamente com escolares, publicados com mais de dez anos, motivos pelos quais foram excluídos. Após realizar a análise criteriosa dos 18 artigos, 9 deles foram excluídos por não se referirem ao objeto deste estudo. Assim, chegou-se ao total de 9 artigos, os quais são apresentados no Quadro 1.

Quadro 1 - Estudos sobre Educação Alimentar e Nutricional em âmbito escolar

Nº	Título	Fonte	Autores	Ano	País
1	Educação Alimentar e Nutricional em Escolares: uma revisão de literatura	C. Saúde Pública	RAMOS; SANTOS; REIS.	2013	Brasil
2	Efeitos da Educação Nutricional em pré-escolares: uma revisão de literatura	BVSMS	COSTA et al	2013	Brasil
3	Experiência lúdica de promoção de alimentação saudável no ambiente escolar: satisfação e aprendizado aos estudantes	Revista o Mundo da Saúde	COSTA et al	2016	Brasil
4	Educação Alimentar e Nutricional no Ambiente Escolar: uma revisão Integrativa	RIAEE	BORSOI; TEO; MUSIO	2016	Brasil

5	A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar	Caderno Saúde Pública	SCHMITZ BAS et al.	2008	Brasil
6	A experiência da oficina permanente de educação alimentar e em saúde (OPEAS): formação de profissionais para a promoção da alimentação saudável nas escolas	Revista Ciência e Saúde Coletiva	JUZWIAL et al	2013	Brasil
7	Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar de escolares do ensino fundamental	Jornal de Pediatria	FERNANDES et al	2009	Brasil
8	Intervenções Nutricionais em escolares	Revista Brasileira em promoção da Saúde	ANZOLIN et al	2010	Brasil
9	A efetividade de intervenções de educação nutricional nas escolas para prevenção e redução do ganho excessivo de peso em	Jornal de Pediatria	SILVEIRA et al	2011	Brasil

	crianças e adolescentes: uma revisão sistemática				
--	---	--	--	--	--

Fonte: Elaborado pelas autoras

A relevância nos dias de hoje direcionada à Educação Alimentar e Nutricional (EAN), destaca-se (tabela 1) que a maioria dos estudos foram publicados a partir do ano de 2009, período que destaca-se pelo aumento progressivo do interesse sobre a temática.

Santos (2012) destaca que, a partir de 2006, a EAN vem sendo alvo de reflexão e debate. Isso pode ser atribuído à publicação da Portaria Interministerial nº 1010 em 2006 (BRASIL, 2006), cujo objetivo foi o de instituir diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas. Para este fim, foi indicada a necessidade de incorporação do tema 'alimentação saudável' no projeto pedagógico da escola.

Além disso, a alimentação escolar, referindo-se a toda alimentação que os sujeitos acessam na escola, também tem tido visibilidade neste período por conta do estabelecimento de leis e normas que englobam a importância de práticas alimentares saudáveis neste espaço, a exemplo da Lei nº 11.947/2009 (BRASIL, 2009a), da Resolução FNDE nº 38/2009 (BRASIL, 2009b) e da Resolução FNDE nº 26/2013 (BRASIL, 2013).

Verificou-se que cinco dos estudos selecionados (N2,N3,N6,N7;N9) assumiram como referência a efetividade dos programas de educação nutricional e alimentar nos processos de intervenção no ambiente escolar. Estes diagnósticos apresentam uma prática de EAN fundamentada na relação entre alimentos e sua composição nutricional, por meio de metodologias tecnicistas centradas em um único protagonista detentor do conhecimento, o nutricionista.

Diez-Garcia (2011) sinaliza que a EAN é um tema interdisciplinar que abrange redes conceituais provindas de diversos campos do saber relacionados à alimentação, como a do direito humano, a biológica, a psicossocial, a cultural, a ambiental e a econômica, as quais devem ser integradas para que se supere uma visão estritamente tecnicista, focada apenas no aspecto nutricional da alimentação. Têm sido fomentadas discussões sobre o importante papel da EAN a

fim de amenizar e controlar o atual quadro de má nutrição e excesso de peso, bem como de promover alimentação e nutrição adequada com especial atenção à criança em idade escolar. Em contrapartida aos estudos de intervenção, surgiram dois estudos na direção de consolidar, na prática de gestores, educadores, coordenadores e donos de cantina escolar a compreensão do papel do alimento e da EAN no ambiente escolar (N5, N6). Esses dois campos serão apresentados e discutidos em seguida.

Nos estudos de intervenção, nota-se que sete deles foram realizados com escolares, na faixa dos três aos dezesseis anos de idade, o que decorre do consenso de que os programas de EAN sejam aplicados e iniciados desde a infância, no sentido de contribuir para a formação de hábitos alimentares saudáveis duradouros (BIZZO; LEDER, 2005). Além disso, pode-se inferir que a faixa etária abordada nestes estudos seja alvo de especial atenção por corresponder aos anos de obrigatoriedade da educação básica, os quais, a partir da Emenda nº 59 de 2009 (BRASIL, 2009c), passaram a abranger até os 17 anos de idade, tornando a alimentação escolar um direito deste público também.

Um estudo (N3) se destacou dos demais, pois, além de avaliar o efeito de ações de EAN, evidenciou a preocupação com um processo que proporcionasse a participação dos alunos. Neste estudo, objetivou-se analisar a satisfação e o aprendizado dos escolares participantes de uma experiência lúdica de promoção nos hábitos alimentares saudáveis, adotando como citação oficinas culinárias e educativas de cunho lúdicas. As discussões no grupo eram voltadas à promoção da alimentação saudável com vistas à construção do conhecimento e foram conduzidas por acadêmicas de nutrição (BOTELHO et al., 2010). A presença das acadêmicas de nutrição nos grupos operativos conduz à reflexão sobre a disciplina de Educação Nutricional nos currículos dos cursos de graduação em nutrição, a qual apresenta certa fragilidade, de acordo com Ferreira e Magalhaes (2007), que constataram a predominância de um modelo tradicional de educação nutricional, concentrada no saber técnico específico do campo da nutrição, não utilizando técnicas e métodos problematizadores e construtivistas, que poderiam contribuir para a formação de indivíduos críticos e conscientes de suas responsabilidades como cidadãos.

Para embasar a EAN na escola, é importante atentar para o tema que a enuncia: a educação. A educação compreende um meio responsável pela

construção de conhecimentos capazes de potencializar práticas sociais (SAVIANI, 2009). Assim, o educador em EAN, seja ele o professor ou o nutricionista, deve ser um mediador, que primeiramente precisa compreender a alimentação enquanto estratégia pedagógica na escola para então promover a construção destes conhecimentos junto aos educandos. Sustar os limites entre os conhecimentos sobre educação dos educadores e os de nutrição dos nutricionistas pode ser um dos caminhos para a superação dos limites da EAN, tanto no âmbito da escola quanto no da formação destes profissionais (BARBOSA et al., 2013).

Analisando as metodologias dos estudos de intervenção para o desenvolvimento das atividades de EAN, um estudo (N7) diferenciou-se por utilizar o grupo focal com escolares, antecedendo o planejamento das atividades, com o objetivo de identificar as temáticas de interesse sobre saúde e alimentação. A metodologia utilizada no estudo supracitado ganha relevância na medida em que para estimular a mudança de comportamentos é necessário, primeiramente, que se entenda o contexto no qual são construídos os significados e a importância a eles atribuída pelos seus agentes.

Neste contexto, “a EAN deve ampliar sua abordagem para além da transmissão de conhecimento e gerar situações de reflexão sobre as situações cotidianas, busca de soluções e práticas de alternativas” (BRASIL, 2012, p. 28). Barbosa et al. (2013) propõem que é necessário estranhar que uma prática como a alimentação na escola passe despercebida, e estranhar, neste caso, significa trazer o tema alimentação na escola para a mesa de debate.

A estrutura adotada nos artigos de intervenção (N3; N5; N6; N7; N8; N9) foi de aulas expositivas, dinâmicas, palestras, oficinas, teatros, oficinas culinárias, atividades lúdicas, vídeos, cartazes e jogos de conhecimento.

As ações realizadas foram de coleta de dados antropométricos, questionário de consumo alimentar, valor nutritivo dos alimentos, alimentação saudável e fontes alimentares, que foram trabalhados isoladamente. Tal perspectiva se baseia na hipótese de que a apreensão de saber instituído leva à aquisição de novos comportamentos alimentares (GAZINELLI; GAZINELLI; REIS; PENNA, 2005), com consequente impacto benéfico no estado nutricional, em uma relação linear de causalidade.

De acordo com o Marco de Referência da Educação Alimentar e Nutricional

(BRASIL, 2012), a EAN terá melhores resultados se articular temas de caráter estrutural que abranjam aspectos desde a produção até o consumo dos alimentos, pois sua capacidade de gerar impacto depende das ações articuladas entre as dimensões do que o indivíduo pode definir e alterar com aquelas que o ambiente condiciona e possibilita. Ademais, é essencial assumir a cultura alimentar como aspecto de relevância.

O tempo de duração das ações de EAN nos estudos avaliados variou de três a 10 meses. Os resultados do estudo de Prado et al. (2012) reforçam que a eficácia de intervenções nutricionais não depende somente do tempo de intervenção e sim de outros fatores, chamados de fatores facilitadores, além de aspectos ligados ao próprio indivíduo. Um dos fatores facilitadores é a sensibilização de toda comunidade escolar, envolvendo pais, estudantes e educadores. Além disso, as abordagens educativas e pedagógicas apoiadas em EAN devem auxiliar processos ativos que possibilitem a integração permanente entre a teoria e a prática. O caráter permanente aponta que a EAN é prática que precisa perpassar o curso da vida, atendendo às demandas específicas que o indivíduo apresente nas diferentes etapas do processo de viver (BRASIL, 2012).

O modelo tecnicista tradicional deve ser extinto pelo profissional nutricionista para que se possa estabelecer uma relação de diálogo entre o saber popular e o técnico, estendendo atividades educativas para a promoção da saúde e da alimentação saudável do ambiente escolar para as famílias e comunidades, além da ênfase à sensibilização e ao envolvimento de toda comunidade escolar, principalmente no que se refere à atuação do professor (COSTA; RIBEIRO; RIBEIRO, 2001). É fundamental, no âmbito da EAN no ambiente escolar, associar ações que envolvam os professores diretamente vinculados ao escolar, assim como é premente que seja superado o ainda tão presente olhar biológico sobre a alimentação. É nesta direção que se apresenta a próxima categoria de estudos, que convergem em termos do público com que foram desenvolvidos, incluindo educadores, diretores e coordenadores pedagógicos e os donos de cantina, no sentido de ampliar as discussões e qualificar a prática de EAN no ambiente escolar.

Os estudos voltados para educadores, profissionais de saúde e donos de cantina escolar (N5 e N6) ressaltam a necessidade dos professores aprenderem conceitos corretos sobre nutrição, pois estes atores são a base para o

desenvolvimento de ações educativas na escola. O estudo desenvolve dois eixos de atuação: Eixo Capacitação de Educadores, que oferece bases técnico-pedagógicas e conhecimentos necessários ao trabalho autônomo de educação nutricional na escola; e Eixo Cantina Escolar Saudável, que atua na capacitação e assessoramento de proprietários de cantinas escolares. Ressalta-se que este fato pode estar relacionado com a diminuição do número de cantinas escolares, em virtude da restrição da venda de determinados alimentos considerados não saudáveis, conforme legislação específica de nível estadual e/ou municipal (BRASIL, 2007).

Em sua metodologia descreve que “os conteúdos relacionados à área da nutrição visaram transmitir conhecimentos que gerassem atitudes e práticas relacionadas a hábitos alimentares adequados, enfocando regras gerais para uma dieta balanceada” (DAVANÇO; TADDEI; GAGLIANONE, 2004, p.180).

O debate em torno da regulamentação ou da adoção de medidas que possam transformar as cantinas e os serviços de alimentação escolar em locais que garantam o fornecimento de alimentos e refeições saudáveis, com o aumento da oferta de frutas, legumes e verduras e a restrição de alimentos e bebidas com alto teor de gordura, açúcar e sódio, vem assumindo dimensão internacional. Inúmeros países estão construindo alternativas para o ambiente escolar, procurando intervir nos elevados índices de sobrepeso e obesidade infantil (BRASIL, 2007).

A EAN nas escolas demanda um aporte conceitual e técnico dos vários atores sociais envolvidos, mobilizando diferentes campos do saber. É necessária uma compreensão ampliada sobre a EAN que permita percebê-la para além das atividades ligadas à alimentação e nutrição. A EAN requer uma abordagem integrada que articule as práticas alimentares a questões relativas à disponibilidade e ao acesso aos alimentos, incluindo os condicionantes dos comportamentos envolvidos nas escolhas alimentares, as formas de produção, preparo e consumo destes alimentos, permeadas por aspectos ambientais, sociais, culturais e históricos. Ou seja, a EAN precisa ser discutida enquanto estratégia que compreende a alimentação em seu contexto social, biológico, cultural, político e econômico (BRASIL, 2012), historicamente datado, e que deve ser abordada de forma articulada para construir conhecimento e práticas que levem a escolhas alimentares mais adequadas e autônomas. Os dois estudos

supracitados (N5, N6) demonstram a pertinência de que sejam desenvolvidas continuamente capacitações sobre EAN com este público, utilizando estratégias que busquem a problematização do papel do educador como promotor da saúde no ambiente escolar, contribuindo para a construção de recursos que os permitam enfrentar questões relacionadas à alimentação e nutrição no espaço da escola.

Os educadores conhecem e convivem diariamente com os estudantes em uma relação simultânea de construção de conhecimento e de troca, motivo pelo qual se propõe que eles tenham um papel importante na configuração e no estabelecimento da EAN. Para tanto, reforça-se que o conhecimento e a reflexão do educador no âmbito desta temática são essenciais (DOMENE, 2008). O estudo de Bernardon et al. (2009) verificou que é necessário melhorar o conhecimento sobre alimentação e nutrição dos educadores, como um primeiro passo para a promoção da saúde no ambiente escolar.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão integrativa demonstra a relevância da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) para o fortalecimento das ações de nutrição no ambiente escolar e sobre a pertinência de que seja desencadeado um processo de reflexão sobre suas possibilidades e limites, como forma de contribuir para avanços neste campo. Os estudos apontam como atores sociais, os estudantes, educadores, gestores escolares e comerciantes de alimentos. Ainda assim, entre estas categorias, observou-se um predomínio, no período avaliado, de estudos de intervenção com foco nos escolares, os quais se caracterizaram pela adoção de estratégias pouco participativas e críticas baseadas principalmente na transmissão de informações. Esse modelo de ensino-aprendizagem tradicional em relação à promoção da alimentação saudável diminui nos estudos conforme se estabelecem parcerias e se desenvolvem atividades práticas, incorporando ações e temáticas multidisciplinares.

Constatou-se que a alimentação escolar, apesar de representar a mais antiga política pública brasileira na área da alimentação e da nutrição, vigente há mais de 60 anos, é pouco concebida como estratégia de EAN.

Esta observação reforça a necessidade de fortalecer, neste ambiente, uma

nova compreensão de alimentação escolar, que vai além da refeição fornecida. A maioria dos artigos avaliados foi de intervenção, porém, por se tratarem de estudos no campo da educação, tal metodologia apresentou limitações para a EAN, tais como o curto tempo entre a intervenção e a avaliação. A partir de 2009 observa-se um aumento nos estudos sobre a temática, reforçando a relevância crescente do tema nos últimos anos. Principalmente os estudos mais recentes desenvolvidos com educadores propuseram a construção da EAN com diálogo, participação, conscientização e transformação, com uma proposta de aproximação entre nutricionistas e educadores, podendo ser uma forma de superação dos limites da EAN no ambiente escolar.

Portanto, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) pode ter como principal desafio o desenvolvimento de abordagens que concebam envolver demandas alimentares em uma perspectiva ampliada, por meio de estratégias complexas que superem a redução da transmissão de informação. Sendo intermediada por meio da adoção de projetos inovadores de promoção à saúde no ambiente escolar.

REFERÊNCIAS

- ACCIOLY, E. A escola como promotora da alimentação saudável. **Revista: Ciência em Tela**, Volume 2, Número 2, 2009. Disponível em: <<http://www.cienciaemtela.nutes.ufrj.br/artigos/0209accioly.pdf>>. Acesso em: 21/08/2018.
- ANZOLIN, C. et al. Intervenções nutricionais em escolares. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 23, n. 4, p. 297-306, 2010.
- BOTELHO, L.P. et al. Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo. Nutrire: **Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, v. 35, n. 2, p. 103-116, 2010.
- BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para políticas públicas**. – Brasília: MDS, 2012b.
- BRASIL. **Resolução/CD/FNDE no 38, de 16 de julho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Diário Oficial da União, 16 jun. 2009.
- COSTA, G.G. et al. Efeitos da educação nutricional em pré- escolares: uma revisão de literatura. **Com.Ciências Saúde**, São Paulo, v.24, n.2, p.155-168, abr-jun.2013.
- COSTA, M.C. de et al. Experiência Lúdica de Promoção de Alimentação Saudável no Ambiente Escolar: satisfação e aprendizado dos estudantes. **Revista O Mundo da Saúde**, São Paulo, v.40, n.1, p.38-50. 2016.
- GURGEL, V. **Educação alimentar quer melhorar hábitos e qualidade de vida de alunos**, 2003. Disponível em: <www.campinas.sp.gov.br/uploads/1255259238.pdf> -> Acesso em: 21/08/2018.
- JUZWIAK, C.R.; CASTRO, P.M.; BATISTA, S.H.S.S. A experiência da Oficina Permanente de Educação Alimentar e em Saúde (OPEAS): formação de profissionais para a promoção da alimentação saudável nas escolas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.18, n.4, p. 1009-1018, 2013.
- LONGO, V.C.C. **Vamos jogar? Jogos como recursos didáticos no ensino de ciências e biologia**. Prêmio professor Rubens Murillo Marques, 2012. Disponível em: <http://www.fcc.org.br/pesquisa/jsp/premioIncentivoEnsino/arquivo/textos/TextosFCC_35_Vera_Carolina_Longo.pdf>. Acesso em: 25/08/2018.
- MORAIS, F. P; COLLA, L. M. Alimentos funcionais e nutracêuticos: definições, legislação e benefícios à saúde. **Revista Eletrônica de Farmácia**, Vol 3 (2), 109-122, 2006. Disponível: <[file:///C:/Users/computador/Downloads/2082-9018-1-PB%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/computador/Downloads/2082-9018-1-PB%20(2).pdf)>. Acesso em: 21/08/2018.

MURGUERO, J.C. **Avaliação do lanche de crianças de 7 a 10 anos de duas escolas em Araraguá, SC.** Criciúma, julho de 2009. Disponível em: 39 <<http://www.bib.unesc.net/biblioteca/sumario/00003E/00003E17.pdf>>. Acesso em: 21/08/2018.

SCHMITZ, B.A.S. A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. **Cad. Saúde Pública**, v.24, n.2, p.312 – 322, 2008.

SILVEIRA, J.A, Taddei, J.A, GUERRA. P.H, NOBRE, M.R. A efetividade de intervenção nutricional as escolas para prevenção e redução do ganho excessivo de peso em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. Rio de Janeiro. 2011; v.87, n.5, p. 382-392.

VASCONCELOS, F.A.G. **Manual de orientação para a alimentação escolar na educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e na educação de jovens e adultos.** Org. Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos...et al. – 2. ed. - Brasília: PNAE: CECANE-SC, 2012.