



BJGH

Brazilian Journal
of Global Health
Revista Brasileira
de Saúde Global

Educação alimentar e nutricional para escolares

Jacqueline Teixeira Cardoso¹, Gabriela Martinez Moura Tavares², Lucas Vinicius Morais³, Luiz Henrique da Silva Nali², Carolina Nunes França², Patrícia Colombo de Souza², Marcela Maria Pandolfi^{1,2*}

¹Curso de Nutrição, Universidade Santo Amaro, São Paulo/SP, Brasil.

²Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Universidade Santo Amaro, São Paulo/SP, Brasil.

³Curso de Fisioterapia, Universidade Santo Amaro, São Paulo/SP, Brasil.

RESUMO

OBJETIVO

Sistematizar as principais ações e intervenções de Educação Alimentar e Nutricional para escolares e descrever as atividades encontradas na literatura nacional.

MÉTODOS

Revisão bibliográfica não sistematizada sobre educação alimentar de escolares, utilizando os critérios: artigos publicados em periódicos nacionais, teses, dissertações e livros sobre tema entre 2009 e 2022.

RESULTADOS

No Brasil, alimentação é direito previsto conforme promulgação da Constituição Federal desde 1988, assegurando o direito à alimentação escolar a todos os alunos do ensino fundamental por meio de programa suplementar de alimentação escolar a ser oferecido pelos governos federal, estaduais e municipais, e desde fevereiro de 2010, a alimentação foi incluída entre os direitos sociais previstos no artigo 6º da Constituição Federal definido pela Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional. Contudo ainda existem desafios frente sua efetivação.

CONCLUSÕES

As ações de Educação nutricional são importantes, pois apresentam benefícios para a saúde das crianças e promove consciência alimentar precoce. Porém embora seja item obrigatório no currículo pedagógico falar sobre alimentação saudável segundo diretrizes da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), esse assunto não é tão aprofundado e abordado em estudos visto a dificuldade em selecionar artigos, pois além de ser obrigatório nos currículos pedagógicos das escolas ensinar e praticar a alimentação saudável, talvez não no nível de profundidade e atualização desejados pelos autores. Educação Nutricional deve ser parte integrante das disciplinas obrigatórias, principalmente para os alunos em fases iniciais do ensino, alcançando-os também aqueles que com eles convivem e a sociedade no geral.

DESCRITORES

Educação Alimentar, Nutrição, Dieta, Escolares, Educação, PNAE, Insegurança Alimentar.

Autor correspondente:

Marcela Maria Pandolfi.

Docente do curso de Nutrição e Medicina da Universidade Santo Amaro. R. Prof. Enéas de Siqueira Neto, 340 - Jardim das Imbuías, São Paulo - SP, Brasil.

E-mail: mpandolfi@prof.unisa.br

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3903-9132>

Copyright: This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons

Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided that the original author and source are credited.

DOI: <https://doi.org/10.56242/globalhealth;2022;2;8;6-9>

INTRODUÇÃO

Manter uma alimentação saudável ao longo da vida evita não só a má nutrição em todas as suas formas, mas também uma gama de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e outras condições de saúde. No entanto, o aumento da produção de alimentos processados, a rápida urbanização e a mudança de estilos de vida deram lugar a uma alteração nos padrões alimentares. As pessoas consomem mais alimentos ricos em calorias, gorduras, açúcares livres e sal/sódio - e muitas não comem frutas, vegetais e outras fibras alimentares o suficiente¹. Pensando nesses fatores se torna cada dia mais difícil estabelecer hábitos saudáveis de alimentação, e é na infância que esses hábitos se iniciam e consolidam, estratégias de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) são grandes aliadas para promoção de hábitos alimentares saudáveis¹.

Define-se Educação Nutricional como uma “combinação de estratégias educacionais, acompanhada de ações que possibilitem um ambiente que apoie o comportamento almejado, que promova a autonomia e facilite a adoção voluntária de escolhas alimentares e outros comportamentos relacionados, com o objetivo de bem-estar e saúde”².

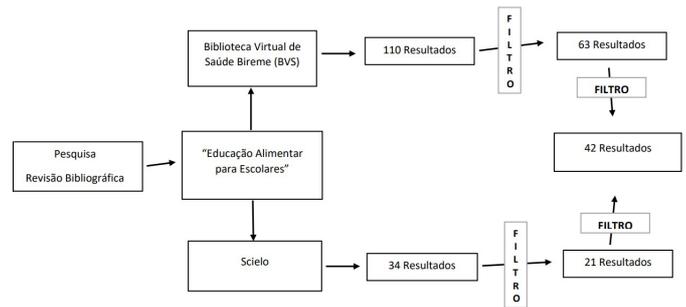
Já a definição adotada pela Resolução N° 380/2005 do CFN diz que se trata de um “procedimento realizado pelo nutricionista junto a indivíduos ou grupos populacionais, considerando as interações e significados que compõem o fenômeno do comportamento alimentar, para aconselhar mudanças necessárias a uma readequação dos hábitos alimentares”³.

Para que ações de educação nutricional sejam efetivas, em especial para crianças, deve-se considerar o uso de metodologias lúdicas e dinâmicas de modo a explorar a criatividade e a imaginação, buscando proporcionar um ambiente de ensino favorável. O ambiente escolar é propício e deve ser utilizado com o objetivo de contribuir para o processo de construção/afirmação da identidade alimentar durante a infância⁴. Na educação formal, o ambiente escolar destaca-se como local adequado e propício para a implementação da EAN, pois é nele que as práticas pedagógicas necessárias para o processo de aprendizagem e melhoria da qualidade de vida ocorrem⁵. Para abordar a EAN no ambiente escolar, é importante considerar dois profissionais que atuam neste cenário e possuem influência sobre a alimentação e a nutrição: o nutricionista e o educador, os quais podem oferecer contribuições relevantes⁵.

MÉTODOS

Os dados foram coletados por meio de pesquisa bibliográfica não sistematizada de revisão da literatura, onde foram utilizados os seguintes critérios: artigos científicos publicados em periódicos nacionais, teses, dissertações e livros específicos que abordem o tema no período entre 2009 e 2022. O levantamento de dados foi obtido a partir de artigos científicos extraídos da biblioteca virtual de saúde Bireme, pelas fontes SCIELO, Ministério da Saúde, Organização Mundial de Saúde (OMS), e consulta de dados pelas fontes Sociedade Brasileira de Pediatria e Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica. Foram estabelecidos como critérios de inclusão para esta pesquisa livros e artigos com publicações nos últimos dez anos. O levantamento nas bases de dados foi realizado entre fevereiro e setembro de 2020, utilizando os seguintes descritores: Educação Alimentar, Nutrição, Dieta, Escolares, Educação, PNAE, e Insegurança Alimentar. O fluxograma demonstra as etapas para seleção dos artigos analisados nesse estudo.

Figura 1. Fluxograma referente ao processo de busca e seleção dos artigos.



RESULTADOS

No Brasil, alimentação é direito previsto na Constituição Federal, contudo ainda existem grandes desafios frente a sua plena efetivação. A escola é um local estratégico para a promoção da alimentação adequada e, em termos de políticas públicas, duas ações são estratégicas: o Programa de Saúde na Escola (PSE) e o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). O PSE desenvolve ações de prevenção, promoção e atenção à saúde dos estudantes da rede pública de educação através da articulação local com Sistema Único de Saúde (SUS - por meio da Estratégia de Saúde da Família) e inclui dentre suas ações a promoção da alimentação saudável. O PNAE garante o direito à alimentação escolar em caráter universal e a define em suas diversas dimensões: da saúde incluindo necessidades alimentares especiais; da educação nutricional com ênfase nos hábitos alimentares saudáveis; e do respeito à cultura alimentar e à produção sustentável de alimentos⁶.

Tendo por pressupostos os direitos à saúde e à alimentação adequada e saudável, o Guia Alimentar para a População Brasileira é um documento oficial que aborda os princípios e as recomendações de uma alimentação adequada e saudável para a população brasileira, configurando-se como instrumento de apoio às ações de educação alimentar e nutricional no SUS e em outros setores⁷.

O Guia Alimentar para a População Brasileira se constitui em uma das estratégias para implementação da diretriz de promoção da alimentação adequada e saudável que integra a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN)⁷.

Considerando os múltiplos determinantes das práticas alimentares e, a complexidade e os desafios que envolvem a conformação dos sistemas alimentares atuais, o guia alimentar reforça o compromisso do Ministério da Saúde de contribuir para o desenvolvimento de estratégias para a promoção e a realização do direito humano à alimentação adequada. Neste sentido, a OMS propõe que os governos forneçam informações à população para facilitar a adoção de escolhas alimentares mais saudáveis em uma linguagem que seja compreendida por todas as pessoas e que leve em conta a cultura local⁷.

A legislação vigente identifica como objetivo do PNAE contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, o rendimento escolar, a aprendizagem e a formação de práticas alimentares saudáveis dos alunos, por meio da realização de ações de educação alimentar e nutricional (EAN) e da oferta de refeições que garantam as necessidades nutricionais dos estudantes no período em que estes se encontram na escola^{8,9}. No âmbito do PNAE, a EAN representa o conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que

colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde do escolar e a qualidade de vida. São pressupostos das ações de EAN a promoção da oferta de alimentação saudável e adequada na escola; atividades que favoreçam hábitos alimentares regionais e culturais; ações que articulem políticas em todos os níveis, no âmbito da alimentação escolar; utilização de metodologias inovadoras para o trabalho pedagógico e desenvolvimento de tecnologias sociais voltadas para a alimentação escolar; além da utilização do alimento como ferramenta pedagógica⁹.

Um estudo realizado em uma escola no município de Aracaju/SE, Brasil; relata o sucesso de uma ação de EAN para escolares na faixa etária de 5 a 10 anos. As ações educativas realizadas estão inseridas no estágio curricular de Nutrição Social abrangência Saúde Pública, tendo como enfoque principal o incentivo a alimentação saudável para escolares, e tiveram como estratégia o lúdico e dinâmico do ensino. Os temas desenvolvidos foram: “Conhecendo os Alimentos” e “Montando prato colorido”. As ações foram analisadas subjetivamente mediante *feedback* ao término de cada atividade. Foram considerados satisfatórios no que concerne a conscientização dos hábitos saudáveis e qualidade de vida, destacando a interação expressiva e amistosa do público-alvo¹⁰.

Realizou-se um estudo transversal analítico, executado pelo Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição do Escolar da Universidade Federal de Goiás e FNDE/MEC. A amostra incluiu todos os municípios de Goiás no ano de 2012 (n = 246). Destes, foram excluídos aqueles que não recebiam recurso do PNAE, ou onde os representantes locais do PNAE não souberam responder sobre as ações de EAN. A coleta dos dados foi realizada no período de abril a agosto de 2012, por sete entrevistadores (duas nutricionistas e cinco estudantes de Nutrição) treinados. As informações foram obtidas por meio do *software* Skype, e registradas em formulário estruturado. Dentre os entrevistados que relataram realizar atividades de EAN, 119 (61,0%) informaram que as ações estão inseridas no projeto político pedagógico das unidades escolares, porém apenas 67 (56,3%) souberam relatar em quais disciplinas o tema está inserido. Dos que informaram, a disciplina de Ciências foi a mais citada (n = 59; 88,1%), seguida por Língua Portuguesa (n = 33; 49,2%) e Matemática (n = 27; 40,3%). Dos 19 municípios em que as ações de EAN não eram executadas, em 18 (94,7%) o entrevistado soube relatar os motivos para esta não realização, sendo os mais citados a ausência de nutricionista (33,3%), a falta de tempo (33,3%), o desinteresse da comunidade escolar (22,2%) e a insuficiência de recursos humanos (16,7%). Foi encontrada associação positiva entre a presença do nutricionista e a realização de ações de EAN. Nesse sentido, o desenvolvimento de projetos exige a colaboração mútua entre diretores, coordenadores, professores e nutricionistas, sendo que a participação desse último em reuniões pedagógicas¹¹.

No cenário social contemporâneo, o resgate do vínculo do alimento com a natureza é central para o desenvolvimento de ações educativas. Baseado no contato direto com o alimento e a natureza a horta escolar é uma estratégia pedagógica que abre diversas possibilidades para se pensar a relação com a alimentação¹¹.

Um estudo realizado em escolas públicas do município de Embu das Artes no estado de São Paulo, onde o objetivo foi de compreender como a experiência pessoal de envolvimento com plantio e participação na horta escolar contribuem para a construção de uma relação com a comida, utilizando método hermenêutico filosófico para compreender experiências e vivências - subjetivas e intersubjetivas - de educadores envolvidos nas hortas escolares. Esse estudo foi realizado com apoio do Programa Fonte Escola (PFE), iniciado em 2009 por uma organização não governamental, que foi responsável por realizar atividades com grupos de crianças das escolas públicas da região, desenvolver cursos de formação em hortas escolares agroecológicas. Ao todo foram avaliadas nove escolas

municipais, sendo que três permaneceram com o plantio de hortas. Em relação ao papel da horta como estratégia à EAN, houve uma relação direta a produção de conhecimento, e com atividades que saíram do padrão informativo e possibilitavam práticas educativas¹².

Apesar das inegáveis conquistas com a inserção da EAN no PNAE, parece existir uma lacuna entre o discurso e a prática; entre o recomendado e o executado. Sugere-se a realização de estudos *in loco*, com vistas a avaliar a eficácia das metodologias empregadas; como tem sido a inserção do tema alimentação e nutrição nos currículos escolares, bem como o perfil do nutricionista para cumprir o proposto neste contexto¹¹.

Com o início da pandemia da COVID-19 no Brasil em 2020, ocorreu a suspensão das aulas nas escolas públicas o que significou a interrupção ou a precarização do acesso à alimentação, o que não apenas impacta no orçamento das famílias, mas também prejudica quantitativa e qualitativamente a alimentação dos alunos¹³.

O desafio nesse período de pandemia foi de assegurar que fosse garantido o direito humano à alimentação adequada (DHAA), como o fortalecimento e a continuidade de ações públicas do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)¹³.

Apesar de ser uma medida previsível, visto que outros países já enfrentavam situações parecidas, quando ela ocorreu, não havia, por parte do FNDE, uma orientação sobre como os estados e municípios deveriam proceder no fornecimento da alimentação escolar. Dada a urgência da situação, os gestores adotaram medidas distintas para continuar fornecendo alimentos aos escolares e, sem respaldo legal, se viram impossibilitados de utilizar os recursos do PNAE para essas ações. O respaldo legal veio somente em abril de 2020, por meio da Lei nº 13.987, que autorizou, “em caráter excepcional, durante o período de suspensão das aulas em razão de situação de emergência ou calamidade pública, a distribuição de gêneros alimentícios adquiridos com recursos do PNAE aos pais ou responsáveis dos estudantes das escolas públicas da educação básica”^{13, 14}.

Graças a sua abrangência e perfil do público atendido, o PNAE tornou-se um importante instrumento para promover os direitos relacionados à saúde e alimentação, além de contribuir para o fortalecimento da economia no período da pandemia¹⁵.

DISCUSSÃO

A aquisição de bons hábitos alimentares deve ser iniciada desde cedo e de forma gradual, por isso é importante estimular a promoção da alimentação saudável nas escolas de forma lúdica com o intuito de favorecer o desenvolvimento de ações de práticas alimentares saudáveis dentro e fora do ambiente escolar¹⁶. Entre os fatores determinantes do estado nutricional, destacam-se preferências alimentares, que têm papel importante na determinação da seleção de alimentos e qualidade da dieta. Cabe aos pais também manipular uma conduta de bons hábitos, de estabelecer uma dieta balanceada e satisfatória ao crescimento e desenvolvimento, bem como supervisionar o aprendizado de autocontrole do apetite e da saciedade¹⁷.

Com o objetivo de apoiar as ações de Educação Nutricional nos diversos setores de modo a integrar estratégias mais amplas para promoção da qualidade de vida da população e de um campo comum de reflexões e práticas, o “Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas” aponta que a Educação Nutricional: deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar¹⁸.

Acredita-se que ações educativas em nutrição devem ser parte integrante do currículo escolar, tendo em vista que esse

ambiente é favorável a mudanças comportamentais.¹⁹ A Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade (ABESO) acredita que a escola seja um espaço estratégico para prevenir a obesidade infantil porque a criança faz, pelo menos, uma refeição por dia na escola^{19, 20}.

CONCLUSÃO

Com base nas evidências apresentadas é inegável a importância de ações de Educação Alimentar e Nutricional nas escolas, embora essas ações sejam de extrema importância, não são frequentemente adotadas pelas escolas, ou não são frequentemente abordadas em estudos visto a dificuldade em selecionar artigos sobre o assunto.

Evidenciamos também a necessidade da extensão dessas ações ao país e/ou responsáveis pelos escolares, uma vez que muitos deles não possuem um real conhecimento sobre alimentação equilibrada e saudável, e levando em consideração que é em casa que os hábitos alimentares se consolidam, esse é um ponto muito importante a ser desenvolvido. Inclusive é importante destacar a necessidade de integração entre escola e comunidade, todas as partes devem trabalhar com o mesmo foco para que o aprendizado seja efetivo. E por se tratar de uma abordagem que preconiza a saúde e bem-estar de dentro para fora da escola, alcançando não só os alunos, mas também aqueles que com eles convivem e a sociedade no geral. É possível constatar a importância da iniciativa pública como meio de disseminação de Educação Nutricional, tendo como parceiros das escolas as unidades de saúde através do PSE, é um revés de extrema importância, pois atua com o tema alimentação direcionado para a questão de saúde e é abordado por profissionais devidamente capacitados para esse trabalho, tornando-o mais eficaz.

Conclui-se que então que a Educação Alimentar e Nutricional deve ser parte integrante das disciplinas obrigatórias, principalmente para os alunos em fases iniciais do ensino.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Organização Pan Americana de Saúde (OPAS). Folha informativa - Alimentação saudável. [acesso em 06/03/2020.] Disponível em: <https://bit.ly/3ioXsZq>
2. CONTENTO, Isobel. Nutrition Education. Linking research, theory and practice. Jones and Bartlett Publishers. Boston, 2007.
3. Conselho Federal de Nutricionistas - RESOLUÇÃO CFN Nº 417, DE 18 DE MARÇO DE 2008. [acesso em 06/03/2020]. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_417_2008.htm .
4. Borsoi AT, Teo CRPA, Mussio BR. Educação alimentar e nutricional no ambiente escolar: uma revisão integrativa. RIAEE - Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação, v. 11, n. 3, p.1441-1460, 2016.
5. Conselho Alves DS, et al.. Educação nutricional com crianças, família e comunidade escolar de município no interior de Minas Gerais. In: I Simpósio de Atenção à Saúde de Populações Negligenciadas. LASFC - Universidade Federal de Uberlândia. 2018; 1:16-17.
6. Casemiro JP, Fonseca AB. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO PROGRAMA DE SAÚDE NA ESCOLA: UMA EXPERIÊNCIA DE PESQUISA-AÇÃO. Rede Unida, 10º Congresso Internacional da Rede Unida. Botucatu, 2012.
7. Guia Alimentar: BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2ª edição. Brasília, DF, 2014.
8. Brasil. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução/CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. Diário Oficial da União 2013; 18 jun.
9. Brasil. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução CD/FNDE nº 32, de 10 de agosto de 2006. Estabelecer as normas para execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar. Diário Oficial da União 2006; 25 ago.
10. Mendonça ACN, Seabra LBG, Maia SCC. A importância da arte interativa e lúdica na Educação Nutricional para Escolas: Relato de Experiência. Universidade Tiradentes/ Nutrição/Aracaju, SE. Outubro/2016.
11. Silva SU et al. As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar. Ciência & Saúde Coletiva, 23(8):2671-2681, Goiânia-GO/Brasil,2018.
12. Coelho DEP, Bógus CM. Vivências de plantar e comer: a horta escolar como prática educativa, sob a perspectiva dos educadores. Saúde Soc. São Paulo, v.25, n.3, p.761-771, 2016.
13. BRASIL. . LEI Nº 13.987, DE 7 DE ABRIL DE 2020. Atos do Poder Legislativo. DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO. Publicado em: 07/04/2020; | Edição: 67-B | Seção: 1 - Extra | Página: 9.
14. Amorim, ALB et al., Programa Nacional de Alimentação Escolar: estratégias para enfrentar a insegurança alimentar durante e após a COVID-19. REVISTA DE ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA. Rio de Janeiro, RJ, jul. - ago. 2020.
15. Salgado, BT, Delgrossi ME. Segurança Alimentar e PNAE: o que mudou durante a pandemia?. Segur. Aliment. Nutr., v. 29, p. 1-12. Campinas, SP. 2022.
16. Martins KA, et al.. Sugestões de Atividades de Educação Alimentar e Nutricional, Coordenação de Vigilância Nutricional GVE/SUVISA/SES-GO 2015.
17. Laus MF, Nascimento PCBD, Almeida SS, Braga Costa TM. Determinantes ambientais do comportamento alimentar. In: Diez-Garcia RW, Cervato-Mancuso AM (Coords.). Mudanças alimentares e educação nutricional. Rio de Janeiro: Guanabara Kogan; 2011. p. 118-138.
18. Marco EAN - BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de Referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília, DF, 2012.
19. Baroni WSGV, Menezes JBF, Castro SMV. Avaliação da eficiência da educação nutricional em escolares obesos. Nutrivisa - Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde Volume 3 · Número 3· Fortaleza - CE. novembro-fevereiro/2017.
20. A Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade (ABESO). Brasil. Ministério da Saúde/Organização Pan Americana de Saúde . Cartilha de Orientação Nutricional Infantil. [acesso em 15/05/2020]. Disponível em: <https://bit.ly/3bxuYbt>.