

### A INSERÇÃO DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA O PROCESSO FORMATIVO E PROMOÇÃO DE SAÚDE EM ESCOLAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Alisson Maia de Almeida<sup>1</sup>;**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/4421750493552872>

**Crislane Barreto Santana<sup>2</sup>;**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/3818214797027825>

**Evile Vitória Santana Santos<sup>3</sup>;**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/4126380966764273>

**Iasmin Santos do Carmo<sup>4</sup>;**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/3827169499286910>

**Mariana Santiago de Sant'Ana<sup>5</sup>;**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/9239455831297519>

**Sheila Queiroz de Lima<sup>6</sup>;**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/5473695046252017>

**Tailine de Jesus Oliveira<sup>7</sup>;**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/1222231042754089>

**Vagner Nogueira Borges<sup>8</sup>;**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

<http://lattes.cnpq.br/1444292256364785>

**Yasmin da Silva Bitencourt<sup>9</sup>.**

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus, Bahia.

**RESUMO:** Introdução: A educação alimentar e nutricional (EAN) é um campo vasto e propício ao desenvolvimento de ferramentas que contribuem para o conhecimento e autonomia dos sujeitos no que se refere às práticas alimentares e à saúde. Dessa forma, sua participação contribui para a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e para a promoção da saúde, o que tem sido considerada uma estratégia fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos. Objetivo: Relatar estratégias realizadas por estudantes do Curso de Nutrição durante 2 meses em uma unidade escolar na Bahia, a partir da criticidade e entendimento sobre a importância das atividades de Educação Alimentar e Nutricional. Metodologia: O presente trabalho possui caráter qualitativo, de natureza básica, com objetivo descritivo sobre as atividades desenvolvidas. Conclusão: Por meio de todo esse processo de troca de conhecimento e vivências, conclui-se que alimentação escolar, enquanto dever do Estado e garantida através do PNAE, possui grande potencial de auxiliar no crescimento, desenvolvimento, melhora no rendimento escolar dos estudantes e, ainda, a construção de hábitos alimentares saudáveis para todos que estejam direta e indiretamente ligados às redes de ensino pública.

**PALAVRAS-CHAVE:** Nutrição. Alimentação escolar. Saúde.

## **THE INTEGRATION OF FOOD AND NUTRITIONAL EDUCATION FOR FORMATIVE PROCESS AND HEALTH PROMOTION IN SCHOOLS: AN EXPERIENCE REPORT**

**ABSTRACT:** Introduction: Food and nutritional education (FNE) is a broad field conducive to the development of tools that contribute to individuals' knowledge and autonomy regarding dietary practices and health. Thus, its participation contributes to Food and Nutritional Security (FNS) and health promotion and has been considered a key strategy for the prevention and control of contemporary food and nutritional problems. Objective: To report on strategies undertaken by students of the Nutrition Course over a period of 2 months at a school unit in Bahia, based on critical thinking and understanding of the importance of Food and Nutritional Education activities. Methodology: This study is qualitative and of a basic nature, with a descriptive objective regarding the activities carried out. Conclusion: Through this process of knowledge exchange and experiences, it is concluded that school feeding, as a state duty guaranteed through the National School Feeding Program (PNAE), has significant potential to assist in the growth, development, improved academic performance of students, and also in the establishment of healthy eating habits for all individuals directly and indirectly connected to public education networks.

**KEY-WORDS:** Nutrition. School meals. Health.

## INTRODUÇÃO

A educação alimentar e nutricional (EAN) é um campo vasto e propício ao desenvolvimento de ferramentas que contribuem para o conhecimento e autonomia dos sujeitos no que se refere às práticas alimentares e à saúde. A EAN é um instrumento contínuo, permanente, transversal, interdisciplinar e multiprofissional, que agrega as mais diversas abordagens educacionais, incorporando diferentes políticas voltadas para alimentação e nutrição, como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que estabelece como uma de suas diretrizes “a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida” (Brasil, 2012).

Nesse contexto, destacam-se a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) e a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), que “têm como propósito a melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira, mediante a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis” (PNAN, 2013), além de preservar e respeitar o direito humano à alimentação e saúde. Assim, pensar em estratégias de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar é propagar didaticamente a alimentação enquanto saúde e direito humano.

A EAN é um campo de ação da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde e tem sido considerada uma estratégia fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos. Entre seus resultados potenciais identifica-se a contribuição na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis e deficiências nutricionais, bem como a valorização das diferentes expressões da cultura alimentar, o fortalecimento de hábitos regionais, a redução do desperdício de alimentos, a promoção do consumo sustentável e da alimentação saudável (Brasil, 2012, p. 25).

Sendo assim, incorporar a EAN nas práticas educacionais promove a construção de hábitos alimentares saudáveis, potencializa a formação de indivíduos conscientes em suas escolhas, além de valorizar os saberes e hábitos regionais/culturais. Isso desmistifica a nutrição como uma ciência dura e restritiva que enxerga o alimento puramente por suas funções nutritivas, ampliando o olhar sobre o alimento como simbolismo, afeto e saúde.

No Brasil, os hábitos alimentares estão se alterando negativamente com o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, como bebidas adoçadas, *fast foods* e *snacks* (Louzada, 2023). Tal gama de alimentos é amplamente aceita devido à palatabilidade, porém possui alto teor de sódio, gorduras, açúcar e baixo valor nutricional. Portanto, o consumo frequente desses alimentos pode desenvolver quadros de baixo crescimento em crianças e condições conhecidas como Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), que incluem a obesidade, diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial em todas as faixas etárias (Costa, 2021).

Dessa forma, faz-se necessário o controle do consumo de alimentos ultraprocessados por crianças e adolescentes para evitar o desenvolvimento de alguma dessas DCNTs. Sendo assim, o PNAE:

[...] tem como objetivo contribuir para o desenvolvimento biopsicossocial, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos escolares, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e oferta de refeições que atendam às suas necessidades nutricionais durante a sua permanência na escola. (Brasil, 2020, p. 3)

A fomentação de hábitos alimentares saudáveis na escola é uma importante ferramenta de transformação social, empoderando as futuras gerações sobre seu poder de escolha tanto alimentar quanto social, diminuindo assim a incidência de doenças advindas de escolhas alimentares inadequadas.

A promoção da EAN deve ser de maneira horizontal, propondo diálogos em que as pessoas envolvidas sejam os atores e atrizes principais. Não esquecendo que a alimentação saudável envolve a diversidade alimentar, saberes e práticas das comunidades tradicionais, e também as diferentes escolhas alimentares (Brasil, 2012). Logo, os ambientes escolares são repletos de diversidade cultural e social, o que possibilita uma interação mais dinâmica entre profissionais e estudantes, mas que dificulta o processo de encontrar o ponto chave que interliga esses diferentes hábitos alimentares.

## OBJETIVO

Relatar estratégias realizadas por estudantes do Curso de Nutrição durante 2 meses em uma unidade escolar na Bahia, a partir da criticidade e entendimento sobre a importância das atividades de Educação Alimentar e Nutricional.

## METODOLOGIA

O presente estudo possui caráter qualitativo, de natureza básica, com objetivo descritivo sobre as atividades desenvolvidas. Por se tratar de um relato de experiência, este trabalho não contém dados a partir de estudos com seres humanos e/ou experiências com animais, não havendo, assim, necessidade da apresentação de aprovação em Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

Tendo como ponto de partida a EAN, foram desenvolvidas estratégias para garantir alta efetividade nas intervenções realizadas. Decidiu-se, então, pela organização em equipes para atender três públicos que têm impacto direto na continuidade do aprendizado sobre alimentação saudável.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após uma reflexão cuidadosa, a tríade de equipes ficou definida da seguinte maneira: Equipe 1: EAN com os escolares; Equipe 2: Pais e responsáveis; Equipe 3: Merendeiras. Além dessa abordagem, reconheceu-se a importância da participação da gestão escolar, planejando um momento com a equipe completa desse setor para revisar as atividades realizadas e discutir formas de garantir continuidade a elas.

### **Equipe 1 - É BRINCANDO QUE SE APRENDE: Formação de agentes escolares de EAN**

A formação de agentes escolares de EAN teve como objetivo promover a autonomia dos estudantes do ensino fundamental, para que discutissem e compartilhassem informações sobre alimentação saudável com colegas e funcionários da escola, bem como em outras esferas sociais (família, vizinhança, etc.). Promovendo hábitos saudáveis, e valorizando a alimentação escolar, com ênfase em alimentos regionais, além disso, buscou-se desenvolver a compreensão dos diferentes níveis de processamento dos alimentos e seus impactos na saúde.

A metodologia aplicada foi baseada em abordagem dialógica e participativa, visando uma educação baseada na ação crítica, dinâmica e horizontal. Para isso, construiu-se um “semáforo dos alimentos” - uma caixa revestida com cartolina preta, com três círculos pintados em verde, amarelo e vermelho. Alguns alimentos consumidos pelos estudantes foram selecionados para a produção e demonstração de fichas ilustrativas sobre os diferentes níveis de processamento, associando cada categoria às cores do semáforo: verde para alimentos liberados / *in natura* e minimamente processados, amarelo para atenção e consumo moderado / alimentos processados, e vermelho para evitar o consumo / alimentos ultraprocessados. Esse material foi levado pré-preparado, o que facilitou a construção durante a atividade com os alunos. Após essa etapa, houve uma mini formação para aprofundar o entendimento sobre os níveis de processamento dos alimentos. Em seguida, os alunos foram estimulados a replicar a atividade nas outras turmas da escola, promovendo assim a disseminação do conhecimento.

### **Equipe 2 - JOGANDO E PROSEANDO: Uma roda de conversa com Pais e Responsáveis**

Considerando que os pais e responsáveis desempenham um papel fundamental na formação dos hábitos alimentares das crianças, a equipe 2 teve como foco entender o consumo alimentar no ambiente familiar. Foram selecionados os alunos do 3º e 4º ano, que já têm alguma autonomia nas escolhas alimentares, para aplicação de um formulário adaptado dos Marcadores de Consumo Alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN). Além disso, utilizou-se um questionário próprio para avaliar a participação dos pais junto à escola. A ação começou com uma apresentação dinâmica do que é o PNAE, destacando sua importância para a saúde e aprendizado das crianças,

ênfatizando ser um direito assegurado pela constituição. Em seguida, introduziu-se o “Jogo do Guia”, onde os pais e responsaveis classificaram alimentos de diferentes niveis de processamento em categorias como in natura, minimamente processado, processado e ultraprocessado. A presença das crianças na atividade facilitou a interação e a participao dos pais, que inicialmente demonstraram certa hesitao, mas se engajaram ao longo da dinâmica. Destacaram-se alguns pais pela sua participao ativa e contribuio significativa para o diálogo sobre processamento de alimentos.

### **Equipe 3 - PARTILHANDO SABERES E SABOR: Empoderando Merendeiras com Boas Praticas de Fabricao**

As merendeiras desempenham um papel fundamental no Programa Nacional de Alimentao Escolar, garantindo a segurança alimentar e nutricional nas escolas. A oficina “Partilhando saberes e sabor: Empoderando merendeiras” teve como objetivo destacar essa importância e capacitar essas profissionais em Boas Praticas de Fabricao. A dinâmica incluiu uma roda de conversa formativa com merendeiras de uma creche escola, abordando seu papel crucial na garantia do Direito Humano  Alimentao Adequada (DHAA) e Segurança Alimentar e Nutricional, bem como a importância das Boas Praticas de Fabricao na preparao da alimentao escolar. Para promover o autocuidado, foi oferecida uma caixa de acolhimento com cartões motivacionais e chás, incentivando o bem-estar durante as atividades laborais. A segunda parte da ao focou em mitos e verdades sobre Boas Praticas de Fabricao, permitindo às merendeiras compartilhar experiências e conhecimentos, e discutir desafios enfrentados diariamente. Cartazes informativos sobre armazenamento de alimentos, descongelamento de alimentos, higienizao e uso de Equipamentos de Proteo Individual (EPIs) foram distribuídos e colocados em locais estratégicos da área de serviço, para reforçar o aprendizado e melhorar as práticas de serviço na Unidade de Alimentao e Nutrio (UAN). A iniciativa visou não apenas fortalecer as habilidades técnicas das merendeiras, mas também valorizar seu papel dentro da escola, promovendo uma gestão mais democrática e inclusiva.

### **CONSIDERAOES FINAIS**

Por meio de todo esse processo de troca de conhecimento e vivências, conclui-se que alimentao escolar, enquanto dever do Estado e garantida através do PNAE, possui grande potencial de auxiliar no crescimento, desenvolvimento, melhora no rendimento escolar dos estudantes e, ainda, na construo de hábitos alimentares saudáveis para todos que estejam direta e indiretamente ligados às redes de ensino pública. Neste sentido, realizar atividades de Educao Alimentar e Nutricional com toda a rede que permeia o ambiente escolar - seja os estudantes, os responsáveis, a instituio e os servidores -  fundamental para consolidar uma alimentao saudável, com autonomia nas escolhas alimentares sem desrespeitar as questões socioculturais que existam naquela comunidade.

Ademais, as mudanças causadas pela globalização tem promovido padrões alimentares voltados para o consumo diário de alimentos ultraprocessados, *fast foods* e *finger foods*, que em sua maioria, ou até mesmo totalidade, são alimentos que possuem baixíssimo ou nenhum valor nutricional e causam consequências severas com o consumo a longo prazo como, por exemplo, diabetes, hipertensão, obesidade e câncer.

Para além da sua função de produção de refeições no ambiente escolar, as merendeiras também possuem papel crucial no processo da educação alimentar e nutricional e da segurança alimentar, pois são elas que caminham entre os estudantes e a alimentação escolar. Logo, a valorização do trabalho exercido, compreensão do quão indispensável é a sua atuação e o estímulo à implantação de boas práticas de manipulação dos alimentos no local de produção devem ser realizadas com frequência para mantê-las motivadas a contribuir com o PNAE uma vez que, não existe alimentação escolar sem as merendeiras e não existem merendeiras na escola sem o PNAE.

Por fim, estar presente nestes ambientes como estudantes do curso de Nutrição é de extrema importância no processo de formação. Através disso é possível criar um olhar mais amplo, crítico e sensível sobre o PNAE, um programa gigante e de referência internacional. Isso tudo tendo em vista que a alimentação escolar é uma das áreas que mais empregam os profissionais da nutrição e durante a graduação o contato com esse ramo é curto e rápido. A possibilidade de vivenciar momentos como esses fornece o desenvolvimento de um diferencial, expertise e confiança enquanto futuros profissionais.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. **A merendeira que conquista as crianças inventando personagens e histórias**. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/component/tags/tag/merendeiras#:~:text=As%20merendeiras%20desempenham%20papel%20fundamental,rela%C3%A7%C3%A3o%20expressa%20com%20os%20estdantes>>. Acesso em: 18 jun. 2024.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília: MDS; 2012. Disponível em: [https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco\\_EAN.pdf](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf). Acesso em: 18 jun. 2024.

BRASIL. Ministério Da Educação/Fundo Nacional De Desenvolvimento Da Educação (Brasil). Nacional. **Resolução Nº 6, de 8 de Maio De 2020**. Disponível em: <<https://cecanesc.paginas.ufsc.br/files/2020/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-6-DE-8-DE-MAIO-DE-2020-RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-6-DE-8-DE-MAIO-DE-2020-DOU-Imprensa-Nacional.pdf>>. Acesso em: 18 jun. 2024.

COSTA, C. S.; SATTAMINI, I. F.; STEELE, E. M.; LOUZADA, M. L. da C.; CLARO, R.

M.; MONTEIRO, C. A.. **Consumo de alimentos ultraprocessados e associação com fatores sociodemográficos na população adulta das 27 capitais brasileiras (2019)**. Revista de Saúde Pública, São Paulo, Brasil, v. 55, p. 47, 2021. DOI: 10.11606/s1518-8787.2021055002833. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/189149>.. Acesso em: 19 jun. 2024.

LOUZADA, M. L. C.; CRUZ, G. L.; SILVA, K. A. A. N.; GRASSI, A. G. F.; ANDRADE, G. C.; RAUBER, F.; LEVY, R. B.; MONTEIRO, C. A.. **Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008-2018**. Revista de Saúde Pública, São Paulo, Brasil, v. 57, n. 1, p. 12, 2023. DOI: 10.11606/s1518-8787.2023057004744. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/209656>.. Acesso em: 19 jun. 2024.

MORAIS, J. V., **A carreira e a gestão da escola - Valorização e democracia**. Revista Retratos da Escola, Brasília, v. 3, n. 5, p. 399-412, jul./dez. 2009.

SZINWELSKI, N. K. et al. **Auto-Percepção Do Papel Da Merendeira No Espaço Escolar**. 2015. Disponível em: [https://convibra.org/congresso/res/uploads/pdf/2015\\_58\\_11402.pdf#:~:text=Essa%2520desvaloriza%C3%A7%C3%A3o%2520dos%2520demais%2520profissionais,n%C3%A3o%2520exigem%2520capacita%C3%A7%C3%A3o%2520e%2520qualifica%C3%A7%C3%A3o](https://convibra.org/congresso/res/uploads/pdf/2015_58_11402.pdf#:~:text=Essa%2520desvaloriza%C3%A7%C3%A3o%2520dos%2520demais%2520profissionais,n%C3%A3o%2520exigem%2520capacita%C3%A7%C3%A3o%2520e%2520qualifica%C3%A7%C3%A3o). Acesso em: 18 jun. 2024. Acesso em: 18 jun. 2024.