



Foto 3 – Pratos e talheres utilizados pelas crianças

1.1.4 Comportamento das crianças

Para a construção de hábitos alimentares saudáveis, não basta a preocupação com a ingestão de uma dieta equilibrada em termos de nutrientes, quantidade e formas de preparo dos alimentos. Para tanto, o comportamento alimentar do indivíduo deve ser considerado como um ato social inserido em um contexto cultural, como ensinam Philippi e Alvarenga (2004), que também afirmam:

A alimentação tem importantes componentes emocionais e sociais e o “comportamento alimentar” engloba também as atitudes do indivíduo com relação aos alimentos e com relação a sua dieta (PHILIPPI; ALVARENGA, 2004, p.32-33).

O comportamento alimentar ideal é aquele em que não há restrições alimentares aleatórias, inclui uma correta escolha de alimentos e não utiliza indiscriminadamente produtos dietéticos, sem adequada orientação (PHILIPPI; ALVARENGA, 2004).

As crianças ficam agitadas com a chegada do horário da merenda. Parecem gostar desse momento, pois estão sempre alegres, sorridentes, e

conversam bastante com os colegas. Independentemente do tipo de merenda, lanche ou refeição, elas apresentam esse mesmo comportamento. Portanto, a satisfação e a descontração estão ligadas ao momento da comida e não ao tipo de refeição.

Sob o comando das professoras, as crianças dirigem-se em filas até o refeitório. Frequentemente, as meninas estão na frente da fila. Se algumas crianças começam a correr para chegar ao refeitório, logo são repreendidas para que não corram.

Elas se servem do lanche, pegando a bebida e o complemento, bolachas ou bolos ou pães. Se quiserem, podem repetir. Algumas repetem; não a maioria. Somente quando são servidos flocos de milho com leite, os agentes auxiliam na distribuição. Elas também têm a opção de comer o cereal com ou sem o leite.

Um diferencial da escola quanto à autonomia das crianças é a possibilidade que elas têm de se servir no almoço. No refeitório, existe um balcão térmico de inox que mantém a comida aquecida em banho-maria. O balcão é pequeno e baixo, apropriado para crianças. Elas se servem de arroz e de feijão e são servidas de carne, de salada e da guarnição.

Considerando que são crianças entre 4 e 6 anos de idade, elas possuem bastante controle no ato de se servir; poucas são as que derrubam comida no balcão. Aquelas que demonstram alguma dificuldade são auxiliadas pelos agentes.

Essa possibilidade de autonomia permite às crianças desenvolver um dos atributos de um comportamento alimentar ideal, citado acima por Philippi e Alvarenga (2004): a correta escolha dos alimentos, assim como decidir quanto à quantidade de alimento que querem e conseguem ingerir. Saber o quanto ingerir, ou seja, saber parar de comer quando está saciado, também faz parte de um comportamento alimentar saudável. Portanto, a escola tem proporcionado o desenvolvimento desses aspectos do comportamento alimentar nas crianças por meio do sistema *self-service* implementado na merenda. Cabe lembrar que esse sistema vale apenas para o prato base (arroz e feijão ou macarrão). Já para o prato principal, guarnição ou salada, as crianças são servidas pelos agentes escolares. O fato de as crianças poderem servir-se de alguns itens da refeição já proporciona uma boa oportunidade de aprendizado. Os agentes escolares comentaram que, no começo da implantação do sistema, elas pegavam mais comida do que conseguiam

comer; mas, com o passar do tempo, elas foram aprendendo e se disciplinaram quanto à quantidade de comida de que deveriam se servir.



Foto 4 – Crianças se servindo de arroz e de feijão no balcão térmico de inox



Foto 5 – Crianças sendo servidas do prato principal e de salada



Foto 6 – Crianças almoçando

Quando elas terminam de almoçar, levam o prato de volta para a cozinha e, se houver restos de comida, elas mesmas jogam no lixo. É interessante ressaltar que as crianças que não comiam tudo e voltavam com alguma comida no prato tentavam disfarçar, passando rapidamente pelos agentes para que eles não percebessem, pois se eles vissem, certamente pediriam para elas voltarem e comerem mais um pouquinho. Os agentes estavam sempre falando às crianças para pegarem somente a quantidade de comida que conseguissem comer. Ao mesmo tempo, aquelas crianças que tinham comido tudo levantavam orgulhosas de seus lugares para devolver seus pratos, mostrando a todos que estavam vazios.



Foto 7 – Crianças jogando os restos de comida no lixo

A maioria das crianças sempre se servia de arroz e de feijão. Podiam até rejeitar outras preparações, mas essa combinação sempre era aceita, às vezes numa proporção não equilibrada, como muito arroz e bem pouco feijão, ou vice-versa. Na ordem de preferência, depois do arroz e do feijão, vinha o prato principal, preparado à base de carne de boi ou de frango ou de peixe. Nesse caso, a preferência tinha uma relação com a maneira como era preparada a carne: se foi frita, assada ou cozida, sendo essa a ordem de interesse. As saladas estavam em último lugar na aceitação das crianças. Normalmente, eram poucas as que pegavam salada. Dentre os tipos de saladas servidas durante o estudo, a de alface era a mais bem aceita.

Conforme consta do referencial teórico, Philippi (1999a) ensinam que o comportamento alimentar é fruto de um processo construído a partir de um conjunto de ações praticadas em relação ao alimento, dentre as quais estão inseridos os atos de preferência e de aversão a alguns alimentos.

Vale a pena destacar que, quando as crianças recebiam algum estímulo para consumirem as saladas ou qualquer outro tipo de preparação, a reação, em geral, era positiva; elas aceitavam pelo menos experimentar o alimento, demonstrando a sensibilidade da criança a esse tipo de estímulo. Às vezes, uma simples palavra pronunciada pelos agentes escolares, como: “Você não quer

experimentar? Está tão gostoso!”, resultava em aceitação e em consumo dos alimentos pelas crianças.

Outro forte estímulo observado foi o desenvolvimento das atividades relacionadas com a horta na escola. No dia em que as crianças colheram os pés de alface plantados por elas mesmas, e as merendeiras prepararam saladas para serem servidas no almoço, o resultado foi surpreendente: praticamente, todas as crianças comeram salada. Entusiasmo e animação estavam estampados nos rostos de todas. Entre aquelas que almoçaram depois dessa turma e que não haviam participado da colheita, a maior parte não se serviu da salada, como de costume.

Outro dado importante é que no dia da colheita da alface, a professora da turma acompanhou os alunos durante todo o almoço. Inclusive, foi ela mesma quem serviu a salada às crianças, normalmente distribuída pelos agentes escolares. Parece que a participação e o acompanhamento da professora durante o almoço também serviu de estímulo para que as crianças comessem a verdura servida.

Foi registrado no referencial teórico o peso da influência do professor no aprendizado e nas atitudes das crianças em relação à sua alimentação. Com efeito, a ação descrita acima comprovou essa influência na decisão das crianças em comer a salada de alface. Sem esquecer, todavia, que essa salada não era uma “salada qualquer”, mas uma salada especial para os alunos, pois foi preparada com as alfaces plantadas, acompanhadas e colhidas pelas próprias crianças.



Foto 8 – Professora servindo salada da alface colhida pelas crianças
Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).



Foto 9 – Praticamente todas as crianças pegaram a salada de alface
Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).

As frutas foram bem aceitas como sobremesa; elas comeram muito bem banana, laranja e maçã, servidas com frequência; basta observar o cardápio efetivamente servido durante o mês de novembro. Tanto as merendeiras como as professoras disseram que as crianças só comem as frutas que conhecem. As merendeiras contaram que algumas vezes serviram pêra como sobremesa, mas a maioria das crianças não queria pegar, pois não conheciam essa fruta. Tentando convencê-las a comerem a fruta, as merendeiras explicavam que a pêra era uma “prima” da maçã.



Foto 10 – Crianças pegando a sobremesa

Logo após a merenda, as crianças iam direto para o parquinho brincar. Elas tinham cerca de quinze minutos de recreio. Esse era um momento muito feliz para elas, que se divertiam bastante. O parque da escola era grande, arborizado e muito agradável. Tinha vários brinquedos e espaço suficiente para correrem.

De acordo com o *Guia alimentar para a população brasileira*, a “alimentação saudável e a atividade física regular são aliadas fundamentais para a manutenção do peso saudável, redução do risco de doenças e melhoria da qualidade de vida” (BRASIL, MS, 2005a, p.104). Nesse mesmo documento afirma-se que as crianças fisicamente ativas apresentam melhor desempenho escolar, assim como melhor relacionamento com pais e amigos e, provavelmente, terão menor

tendência a fumar ou utilizar drogas (BRASIL, MS, 2005a).

A prática de atividade física é de suma importância para a promoção de modos de vida saudáveis, assim como auxilia na prevenção e no combate ao sobrepeso e obesidade infantil. Portanto, esse momento livre que as crianças possuem na escola para movimentar-se no parque é fundamental. Conforme referencial teórico sobre obesidade infantil, pesquisadores têm verificado que esse problema está diretamente relacionado com o hábito de assistir televisão e inversamente relacionada com a prática de atividade física. Da mesma forma, o estudo de Taylor, Evers e Mckenna (2005), realizado no Canadá, aponta que a inatividade física e a má qualidade da dieta durante a infância têm implicado o alto índice de sobrepeso infantil.



Foto 11 – Crianças brincando no parque

Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).

1.1.5 Comportamento dos agentes escolares

Em geral, um ou dois agentes auxiliavam a tarefa da merenda e também na reposição dos alimentos quando estão acabando. Quando faltava algum agente, as próprias merendeiras é que faziam esse trabalho.

Quando o almoço estava pronto, um agente escolar (que normalmente é o mesmo e também o único homem agente escolar da escola) dirigia-se até às duas classes que iam almoçar primeiro e avisava as professoras que já podiam descer com as crianças para o almoço. Conforme as turmas iam terminando de comer, ele seguia avisando as professoras das outras turmas para virem também, cada uma no seu horário e na ordem de costume.

Esse agente escolar estava sempre junto com as crianças nos horários do lanche da manhã e do almoço. Ele era responsável por “tomar conta” delas durante a alimentação. Ajudava a servir, quando era necessário, e ficava atento ao comportamento delas durante a merenda. Chamava à atenção e, muitas vezes, em função do mau comportamento de algumas, acabava colocando-as de castigo num banco que fica encostado numa parede, dentro do refeitório mesmo, porém, separado das mesas em que as outras crianças estavam comendo. Ele só colocava de castigo depois que a criança tinha comido; não interrompia o almoço ou o lanche para isso. Quando não era ele que estava tomando conta das crianças, mas outro agente, observou-se também a prática do castigo, parecendo ser comum aos agentes. Todos os dias, após a merenda (almoço ou lanche), as crianças tinham o momento do recreio; elas iam direto para o parquinho brincar. Então, ficar de castigo depois da merenda significava não poder brincar no recreio o que, para elas, era realmente uma penalidade.

Ao mesmo tempo, percebeu-se que as crianças gostavam muito desse agente escolar. Ele era muito carinhoso e brincalhão com todas. Por exemplo, houve um dia em que estava ajudando a servir a salada e aquelas que não queriam pegar, se era menina, ele falava: “Ih! Não vai casar, não; que pena!” E àquelas meninas que aceitavam a salada ele dizia: “Ah, essa vai casar e vai ter três filhos”. As crianças morriam de rir dessa brincadeira.

Com os meninos, ele costumava brincar apelando para o time de futebol. O agente ficava brincando, dizendo que o melhor time de futebol do mundo era o Corinthians e que os outros não valiam nada. Uma vez ele perguntou para as crianças em alto tom de voz: “Qual é o melhor time que existe?” E, praticamente,

todas as crianças responderam bem alto que era o Corinthians, mostrando estar se divertindo com a brincadeira. Ele sabe o nome de quase todas elas e demonstra ter atenção e cuidado com cada uma.

Apesar de algumas brincadeiras que esse agente fazia e do momento de distração que era o almoço ou o lanche, o tempo todo se ouvia a alta voz dos agentes ou das professoras pedindo silêncio, mandando que as crianças ficassem quietas e que se comportassem.

De acordo com o descrito sobre o clima ao redor do alimento, nota-se que o momento da refeição interfere nas atitudes das crianças em relação aos alimentos; se o ambiente é agitado, pode prejudicar a alimentação, pode levar a uma tendência em comer rapidamente, o que não é adequado. Philippi (1999a) salienta ainda que o ambiente calmo na hora das refeições compõe as práticas de uma alimentação saudável.

As experiências boas ou ruins com os alimentos ou com as situações que os envolvem, somadas a outras ações frente aos alimentos que compõem o comportamento alimentar dos indivíduos, demonstram tratar-se de uma atitude que não está orientada exclusivamente pela razão, mas está associada com os aspectos psicológicos também.

Talvez os agentes escolares não tenham consciência das implicações de suas ações no comportamento alimentar das crianças. No entanto, a escola precisa garantir que a vivência das crianças durante o momento da merenda seja agradável, descontraída e que as incentive a praticarem uma alimentação saudável, de modo que adquiram bons hábitos alimentares.

1.1.6 Comportamento das professoras

As professoras acompanhavam os alunos até chegarem ao refeitório. Observavam se tinham formado a fila corretamente e controlavam cada criança para que não corresse, não falasse muito alto e não discutisse com os colegas.

Depois que todas se serviam e se sentavam às mesas, as professoras faziam os seus próprios pratos e iam almoçar em outro local. Juntavam-se às professoras das outras classes cujos alunos também estavam almoçando. Portanto, eles não comiam com as crianças; são os agentes escolares que as acompanhavam no momento da merenda. As professoras não almoçavam com as crianças, pois diziam que precisavam de um “momento de descanso”.

Depois de observar o almoço, no qual as crianças comeram a salada preparada com a alface colhida por elas próprias, foi possível perceber que a presença da professora da turma durante o almoço fez diferença no comportamento alimentar de cada uma. Por ser uma questão subjetiva do ponto de vista da percepção das crianças, não é possível avaliar qual das influências - presença da professora ou o fato de a alface ter sido plantada e colhida por elas - serviu de maior estímulo. No entanto, saber qual ação teve maior peso na escolha alimentar das crianças não é o mais importante; importa sim, perceber que o somatório de ações incentivadoras à prática de uma alimentação saudável se faz necessária, e que, nesse exemplo observado, proporcionou bons resultados, influenciando positivamente nas escolhas alimentares das crianças.

As professoras precisam conscientizar-se da influência que exercem no comportamento alimentar das crianças. Da mesma forma que os agentes escolares, precisam perceber que suas ações no momento da merenda também têm desdobramentos nas atitudes de cada uma em relação aos alimentos.

O professor precisa compreender que o momento da merenda escolar pode e deve ser explorado como espaço pedagógico, pois propicia uma rica troca de informações e experiências entre professor-aluno e aluno-aluno.

Davanço, Taddei e Gaglianone (2004), num estudo realizado com professores de ciclo básico de ensino, expostos e não expostos a curso de educação nutricional, afirmam que:

Para que o professor se transforme em agente promotor de hábitos alimentares saudáveis é essencial que possua, além do conhecimento dos preceitos teóricos de dieta equilibrada, uma postura consciente de sua atuação na formação dos hábitos alimentares da criança (DAVANÇO; TADDEI; GAGLIANONE, 2004, p.183).

O contato prolongado e diário dos professores com os alunos permite que eles tenham uma posição estratégica para desempenhar a tarefa de promover a saúde escolar. Os professores são o elemento principal nesse processo (TEMPORINI apud DAVANÇO; TADDEI; GAGLIANONE, 2004). Depois do almoço ou do lanche das crianças, as professoras iam para o pátio observar o lazer de todas elas.

1.2 Interação entre o Nutricionista e os Educadores

As atividades relatadas nos próximos itens são exemplos de interação profissional que deve existir entre o nutricionista e os educadores. O objetivo dessa interação foi promover a formação de hábitos alimentares saudáveis nas crianças.

Serão descritas as ações de três diferentes professoras que me convidaram para participar da aplicação de algumas atividades relacionadas com a educação nutricional de seus alunos. Elas colocaram que a presença da nutricionista na escola serviu de estímulo para essas ações.

Antes de aplicarem as atividades, elas conversaram comigo para tirar algumas dúvidas sobre conhecimento específico de nutrição. Também perguntaram se havia algum material sobre educação nutricional dirigido a crianças para emprestar. Essas professoras demonstraram grande satisfação em sentir minha presença na escola, pronta para auxiliá-las em suas atividades, ao mesmo tempo servindo-lhes de estímulo.

Nas três ações foi possível perceber a importância do trabalho integrado entre a nutricionista e as professoras, assim como a qualidade dos resultados. Essa interação trouxe tanta riqueza e detalhes de informações ao desenvolvimento das atividades que, certamente, se tivessem sido realizadas sem interação, não provocariam o mesmo efeito.

Esses trabalhos foram sementes plantadas em solo fértil e, com certeza crescerão e darão bons frutos, já que essas crianças, estando na fase de construção de seus hábitos alimentares, estavam em condições de serem influenciadas pelas suas professoras.

Conforme foi discutido no referencial teórico, a formação dos hábitos alimentares é um processo que tem suas bases fixadas na infância. Portanto, intervir precocemente nesse processo por meio de ações educativas será uma contribuição positiva para o estabelecimento de um comportamento alimentar saudável.

1.2.1 Professora 1 – construção da pirâmide alimentar

Antes de aplicar essa atividade, a professora me procurou para pedir material a respeito da pirâmide alimentar aplicada às recomendações de crianças de 4 a 6 anos de idade. Também pediu que emprestasse outros tipos de materiais relacionados com a educação nutricional dirigida às crianças. Foi muito gratificante ver o interesse em se informar para passar às crianças orientações corretas.

A professora distribuiu revistas às crianças e pediu para que elas recortassem fotos de alimentos que encontrassem. Depois ela falou sobre os diferentes grupos de alimentos de acordo com a distribuição da pirâmide alimentar. Também explicou que cada grupo possui um número adequado de porções que devem ser ingeridas ao longo do dia. Essa foi a parte mais difícil de explicar às crianças; elas tiveram um pouco de dificuldade para entender o que era uma porção.

A partir da explicação desses grupos, a professora ajudou as crianças a separarem as fotos dos alimentos que recortaram.

Por último, as crianças colaram as fotos numa grande pirâmide alimentar, desenhada numa cartolina. Elas se divertiram bastante e todas acompanharam a atividade com animação.

Alguns alimentos foram colados em grupos não correspondentes, mas isso não foi relevante; o importante foi as crianças descobrirem que os alimentos estavam distribuídos em grupos, conforme sua composição, e que existia uma quantidade adequada de cada alimento para ser ingerido ao longo do dia.



Foto 12 – Crianças apresentando a pirâmide alimentar.

1.2.2 Professora 2 – colheita da cenoura e preparo do suco de cenoura com laranja

No dia em que a professora colheu a cenoura plantada por seus alunos, no decorrer das atividades do Projeto Horta, ela pediu para que ajudasse no preparo de um suco de laranja com a cenoura colhida. Dessa forma, as crianças poderiam experimentar o alimento que elas mesmas haviam plantado e colhido de um modo diferente e num clima de descontração.

Acompanhadas pela professora, elas se dirigiram até o canteiro da horta no qual estavam plantadas suas cenouras. Elas as arrancaram da terra e depois levaram até um tanque próximo para lavar e tirar a terra. Depois de colhidas e lavadas, tiramos a pele das cenouras que foram cortadas em pedaços menores. Enquanto isso, as crianças ficavam aguardando no parque, acompanhadas por um agente escolar. A seguir, todas elas foram para o refeitório preparar o suco. Primeiro ajudaram a espremer as laranjas. Todas espremeram pelo menos uma metade de laranja. Depois a professora pegou o suco, juntou as cenouras com um pouco de açúcar e bateu no liquidificador. Todas as crianças experimentaram e beberam o suco. Elas estavam muito alegres e participaram das atividades muito animadas. De

uma maneira lúdica, elas puderam experimentar um suco natural, saudável e preparado com legumes que elas mesmas tinham plantado; por isso, estavam muito orgulhosas. A participação das crianças no preparo do suco serviu de estímulo para experimentá-lo, além de lhes proporcionar satisfação pelo resultado do trabalho. A professora também demonstrou alegria com o resultado do trabalho e comoveu-se pela sinergia de nossa interação profissional.



Foto 13 – Crianças colhendo as cenouras



Foto 14 – Crianças espremendo as laranjas
Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).



Foto 15 – Crianças ajudando a bater o suco no liquidificador
Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).



Foto 16 – Crianças tomando o suco de cenoura com laranja

1.2.3 Professora 3 – colheita da cenoura e leitura de história sobre alimentação saudável

A professora me convidou para participar da colheita das cenouras plantadas pelos alunos de sua turma e da atividade que iria desenvolver em seguida, em sala de aula. Seus alunos também plantaram cenoura nas atividades do Projeto Horta. Algumas salas coincidiram quanto ao vegetal plantado, pois foram as próprias crianças que escolheram.

Depois de colherem as cenouras, elas foram para a sala de aula acompanhar uma história sobre alimentação saudável. Para essa atividade, a professora fez com que os alunos se sentassem em roda, no chão de uma sala bem grande da escola. Ela pegou um livro e contou aos alunos uma história na qual o personagem principal descobriu a importância e os benefícios de uma alimentação saudável, assim como os efeitos maléficos de consumir apenas alimentos considerados “vilões” (alimentos gordurosos ou doces). Pela minha presença na sala de aula, a professora aproveitou para me apresentar às crianças, explicando quem eu era e o que fazia na minha profissão. Foi interessante ver a curiosidade de todos.

Era uma tarde quente e os alunos estavam um pouco cansados; mesmo assim, participaram com atenção.

Diferentemente da turma da professora 2, que preparou o suco logo após a colheita da cenoura, essa turma consumiu as cenouras na forma de uma sopa de legumes preparada no dia seguinte. A sopa foi feita pelas merendeiras com o auxílio da professora e com o acompanhamento das crianças. A sopa ficou com boa aparência e ótimo aroma. As crianças gostaram bastante; algumas até repetiram.

Nessa atividade, vale ressaltar a interação de trabalho que houve também entre a professora e as merendeiras, sem as quais não seria possível a realização da sopa. Cada profissional no seu papel contribuiu para que o trabalho tivesse um resultado de qualidade, o que realmente foi alcançado. E o mais gratificante foi ver as crianças tomando a sopa com vontade, satisfação e alegria.



Foto 17 – Crianças colhendo as cenouras



Foto 18 – Crianças ouvindo a história



Foto 19 – Crianças segurando as abobrinhas que serão utilizadas no preparo da sopa
Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).



Foto 20 – Receita da sopa elaborada pela professora com o auxílio das crianças
Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).



Foto 21 – Sopa pronta
Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).



Foto 22 – Crianças tomando a sopa
Autor: Escola Municipal de Educação Infantil (2005).

1.3 Análise do Questionário Aplicado às Professoras

Conforme foi descrito na metodologia do presente estudo, a análise de conteúdo dos dados obtidos com o questionário foi realizada por meio de categorias construídas com as respostas de cada uma das questões.

Dentre as vinte e uma professoras, apenas catorze responderam o questionário (67%); ou seja, não houve interesse por parte de todo o corpo docente em responder o questionário, mesmo com reiteradas solicitações da coordenadora pedagógica.

O questionário aplicado às professoras foi dividido em quatro grandes temas: 1. Perfil; 2. Você e a Educação Nutricional; 3. Merenda; 4. Horta.

1.3.1 Tema 1: Perfil

Dentro desse tema foram elaboradas questões sobre os seguintes assuntos: formação acadêmica; tempo de exercício como professora na educação infantil; turno de trabalho na escola; se durante a formação acadêmica, recebeu

algum tipo de informação sobre educação nutricional e se possuía alguma necessidade nessa área.

a) Qual é sua formação acadêmica?

Tabela 2 – Distribuição da formação acadêmica

Categorias	Número de professoras	Percentual
Curso de Pedagogia	9	64,3%
Outros cursos	3	21,4%
Não possui nível superior	2	14,3%
Total	14	100%

Quanto à formação acadêmica, pôde-se observar que, das catorze professoras que responderam, doze possuíam nível superior completo e duas, (apenas) o curso de magistério em nível de 2º grau. Dentre as que tinham nível superior completo, 64,3% eram formadas em Pedagogia. As outras três eram formadas: uma em História, uma em Serviço Social e a outra em Ciências Biológicas.

b) Qual é o nome da instituição de ensino de sua formação?

Dentre as nove professoras formadas em Pedagogia, seis delas estudaram na Faculdade Campos Salles, localizada nas proximidades da escola onde estava sendo realizado o presente estudo.

c) Há quantos anos você exerce a função de professora na educação infantil?

Tabela 3 – Distribuição dos anos de exercício da função de professora na educação infantil

Categorias	Número de professoras	Percentual
De 1 a 10 anos	2	14,3%
De 11 a 20 anos	7	50,0%
De 21 a 30 anos	4	28,6%
Total	13*	92,7%

* uma pessoa não respondeu essa questão

Portanto, 50% das professoras que responderam exerciam sua função na educação infantil de 11 a 20 anos; 28,6%, de 21 a 30 anos, e 14,3%, de 1 a 10

anos. Percebe-se que a escola pesquisada possui um quadro de professoras bastante experiente em educação infantil.

d) Turno de trabalho

Dentre as catorze professoras que responderam, oito delas trabalhavam no turno da tarde, ou seja, das 11h10 às 15h10; portanto, acompanhavam a merenda do tipo refeição; três delas eram do turno da manhã, das 7h às 11h; então, conheciam a merenda do tipo lanche; duas delas trabalhavam nos turnos da manhã e da tarde; conheciam, por conseguinte, os dois tipos de merenda; apenas uma estava nos turnos da manhã e da noite (horário da noite é das 15h20 às 19h20); conhecia, pois, apenas a merenda do tipo lanche.

e) Em sua formação acadêmica você recebeu alguma informação sobre educação nutricional? Se sim, que tipo de informação?

O objetivo dessa questão era levantar a existência da abordagem desse assunto na formação profissional das professoras.

Tabela 4 – **Recebimento de informações sobre educação nutricional na formação acadêmica**

Categorias	Número de professoras	Percentual
Não receberam nenhum tipo de informação	6	43,0%
Sim, receberam informações a respeito	8	57,0%
Total	14	100%

Dentre as oito professoras que afirmaram ter recebido informações sobre educação nutricional durante o curso de graduação, cinco delas estudaram na Faculdade Campos Salles. Nota-se que esse assunto foi abordado na formação da maioria das professoras (57%). Na próxima tabela observa-se qual a origem dessas informações na graduação.

Tabela 5 – **Origem das informações sobre educação nutricional recebidas na formação acadêmica**

Categorias	Número de professoras	Percentual
Disciplinas de biologia e/ou puericultura	5	62,5%
Palestras	1	12,5%
Não informa	2	25,0%
Total	8	100%

As professoras que não se referiram à origem das informações, apenas escreveram que receberam, sim, informações sobre nutrição, mas não especificaram por qual meio.

f) Quais são suas necessidades nessa área?

Nessa questão, elas deveriam responder se apresentavam algum tipo de necessidade em relação ao tema educação nutricional.

Tabela 6 – **Necessidades percebidas pelas professoras na área de educação nutricional**

Categorias	Número de professoras	Percentual
Obter maior conhecimento específico	4	28,6%
Saber incentivar e orientar as crianças a se alimentarem melhor	3	21,4%
Saber envolver a criança com o assunto nas atividades diárias	2	14,3%
Promover maior integração entre pais, escola e aluno para mudança dos hábitos alimentares	1	7,1%
Não responderam	4	28,6%
Total	14	100%

Se somarmos as respostas de todas as professoras que afirmaram sentir necessidade sob algum aspecto da educação nutricional, teremos um índice de 71,4%. Esse alto percentual demonstra que elas possuíam, sim, necessidades nessa área, apesar de a maioria ter colocado que receberam informações sobre educação nutricional em sua formação acadêmica. A necessidade mais apontada foi obter maior conhecimento específico sobre o tema.

O estudo de Davanço, Taddei e Gaglianone (2004), citado anteriormente, sobre conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo

básico, expostos e não expostos a um programa educativo de educação nutricional, concluiu que a aquisição de conhecimentos sobre nutrição por parte dos professores expostos ao curso promoveu uma maior conscientização deles quanto à função do professor e da escola na promoção de hábitos alimentares saudáveis. Também favoreceu a tomada de consciência no sentido de trabalhar educação nutricional no currículo escolar.

1.3.2 Tema 2: Você e a Educação Nutricional

Dentro desse tema foram elaboradas perguntas sobre os seguintes assuntos: importância da educação nutricional na escola; atividades realizadas sobre educação nutricional com os alunos; dificuldades em abordar esse assunto com as crianças; problemas observados nas crianças e em suas famílias relacionados com os hábitos alimentares; sugestões de temas e questões a serem abordadas em uma palestra sobre educação nutricional dirigida aos professores e aos pais.

a) Na sua opinião, qual é a importância da educação nutricional na escola?

O objetivo dessa questão era observar se as professoras percebiam a importância de se trabalhar educação nutricional na escola.

Tabela 7 – **Importância de trabalhar educação nutricional na escola**

Categorias	Número de professoras	Percentual
Há necessidade de ensinar as crianças a se alimentarem adequadamente e conscientizá-las para a importância de uma alimentação saudável	5	35,7%
Há necessidade de conscientizar alunos e pais	4	28,6%
Há necessidade de rever os hábitos alimentares das crianças	3	21,4%
A escola é o local mais apropriado para as crianças aprenderem sobre alimentação saudável	2	14,3%
Total	14	100%

Através das respostas pôde-se observar que, de maneira unânime, as professoras concordaram quanto à importância de se trabalhar educação nutricional com as crianças. Apontaram para a importância de ensinar as crianças a se

alimentarem adequadamente, conscientizando-as sobre a necessidade de praticar hábitos alimentares saudáveis. Algumas professoras (28,5%) também levantaram a questão de envolver a família nesse trabalho, pois o apoio dos pais é fundamental para alcançar resultados satisfatórios, de modo que a formação dos hábitos alimentares saudáveis tenha continuidade em suas casas. Duas professoras alertaram ainda para o papel da escola nesse aprendizado, colocando que o ambiente escolar é o local apropriado para ensinar a alimentação saudável.

b) Você trabalha ou já trabalhou temas relacionados à educação nutricional com seus alunos? Dê exemplos das atividades que você desenvolveu e achou mais interessante.

Tabela 8 – Exemplos de atividades desenvolvidas com os alunos sobre educação nutricional

Categorias	Número de professoras	Percentual
Desenhos, cartazes, música e pesquisa sobre alimentos; alimentos encontrados na feira.	4	28,6
Através do Projeto Horta da escola	4	28,6
Temas trabalhados: cadeia alimentar, pirâmide alimentar, tipos de alimentos, hábitos alimentares e o Projeto Horta da escola.	3	21,4
Através do projeto mão na massa, no qual foram preparadas saladas pelos próprios alunos	1	7,1
Não realizou nenhuma atividade	1	7,1
Não respondeu	1	7,1
Total	14	100%

Por meio das respostas obtidas, observa-se que, praticamente, todas as professoras afirmaram desenvolver atividades com os alunos sobre educação nutricional. O problema notado foi que apenas sete das catorze professoras relacionaram as atividades desenvolvidas com os alunos sobre educação nutricional com as atividades do Projeto Horta. A não percepção das outras professoras para essa relação é preocupante, pois demonstra o desconhecimento dos objetivos do Projeto Horta por parte do corpo docente ou não-adesão ao projeto em todos os seus aspectos.

Chamou a atenção nas respostas a falta de padronização das atividades. Parece que, na prática, fica a cargo das professoras decidir se aplicam

ou não atividades relacionadas à educação nutricional com os alunos e, quando são aplicadas, cada professora acaba escolhendo uma maneira diferente de abordar o tema.

c) *Você sente alguma dificuldade para abordar esse tema com as crianças? Quais são?*

Tabela 9 – **Dificuldades apresentadas pelas professoras para abordar educação nutricional com as crianças**

Categorias	Número de professoras	Percentual
Não possuem dificuldades para abordar esse tema com as crianças	8	57,0%
Falta de conhecimento específico	2	14,3%
Raramente as crianças comem frutas e verduras em sua alimentação diária	1	7,1%
As crianças desconhecem muitos alimentos	1	7,1%
Como abordar esse assunto e em que momento	1	7,1%
Não respondeu	1	7,1%
Total	14	100%

Observa-se que a maioria das professoras colocou não ter dificuldades para trabalhar educação nutricional com as crianças (57%). Cinco referiram-se a ter dificuldades para abordar educação nutricional. É interessante observar que, apesar de a maioria das professoras não apresentarem dificuldades em abordar o assunto com as crianças, ao mesmo tempo, quatro dentre essas professoras sentiam necessidade de obter maior conhecimento específico e saber incentivar e orientar as crianças a se alimentarem melhor, conforme analisado na questão: *quais são suas necessidades nessa área?*, do tema Perfil.

d) *Quais os problemas que você detecta nas crianças e em suas famílias relacionados com o tema “hábitos alimentares” e conhecimentos sobre a “importância de uma alimentação saudável” ?*

Essa pergunta teve como objetivo verificar se as professoras estão atentas e observam o comportamento de seus alunos e de suas famílias relacionado com essas questões.

Tabela 10 – Problemas detectados pelas professoras em relação aos hábitos alimentares das crianças e de suas famílias

Categorias	Número de professoras	Percentual
Oferecimento pela família de alimentos não saudáveis (mais fáceis de preparar): salgadinhos, “miojo”, doces e bolachas, muitas vezes substituindo as refeições.	5	35,7%
Falta de informação	4	28,6%
Hábitos alimentares inadequados	4	28,6%
Problemas financeiros	1	7,1%
Total	14	100%

Nota-se que as professoras tinham consciência da influência direta da família sobre os hábitos alimentares que as crianças demonstram na escola.

Alguns dos alimentos (doces e bolachas) citados pelas professoras como exemplos de alimentos não saudáveis constantemente oferecidos pela família estão em consonância com os resultados da pesquisa realizada por Philippi (2001). Conforme essa pesquisa, produtos como leite em pó, açúcar, achocolatados e biscoitos tiveram aumento expressivo no consumo médio entre as crianças avaliadas.

No mesmo sentido, o estudo de Fisberg (1995), aponta o grande consumo de doces e guloseimas e os hábitos familiares inadequados como relevantes problemas na formação dos hábitos alimentares nas crianças, tendo relação direta com o aumento da incidência de obesidade na população.

e) Em uma palestra sobre educação nutricional dirigida a professores, quais temas e questões você sugeriria que fossem abordados?

Tabela 11 – Sugestões de temas a serem abordados numa palestra sobre educação nutricional dirigida a professores

Categorias	Número de professoras	Percentual
Atividades práticas para serem trabalhadas com as crianças	4	28,6%
Reaproveitamento dos alimentos	3	21,4%
Fundamentos da educação nutricional	3	21,4%
Dicas de como estimular a criança a comer adequadamente	1	7,1%
Higienização e armazenamento dos alimentos	1	7,1%
Doenças na infância decorrentes de uma má alimentação	1	7,1%
Não respondeu	1	7,1%
Total	14	100%

f) Em uma palestra sobre educação nutricional dirigida aos pais, quais temas e questões devem ser abordados?

Tabela 12 – Sugestões de temas a serem abordados numa palestra sobre educação nutricional dirigida aos pais

Categorias	Número de professoras	Percentual
O que é uma alimentação saudável; importância dos alimentos	8	57,0%
Alimentação saudável e reaproveitamento dos alimentos	3	21,4%
Alimentação saudável e manipulação adequada dos alimentos	2	14,3%
Doenças na infância decorrentes de uma má alimentação	1	7,1%
Total	14	100%

Nota-se que, ao sugerir temas para uma palestra aos pais, todas as professoras, exceto uma, convergem para a questão básica: o que é uma alimentação saudável. Cinco ainda sugerem assuntos afins, como reaproveitamento e manipulação adequada dos alimentos.

1.3.3 Tema 3: Merenda

Dentro desse tema foram feitas perguntas sobre os seguintes assuntos: o momento da merenda; o que as crianças mais gostam de comer e o que menos gostam; se elas se alimentam bem; a opinião das professoras sobre a merenda e se teriam alguma sugestão de mudança.

a) As crianças gostam do momento da merenda? Justifique.

Tabela 13 – **Percepções das professoras em relação ao momento da merenda**

Categorias	Número de professoras	Percentual
Sim, as crianças gostam do momento da merenda, pois é um momento de descontração e de socialização com os colegas e com os funcionários da escola.	10	71,4%
Sim, gostam do momento da merenda, porém algumas crianças costumam recusar os alimentos servidos.	2	14,3%
Sim, gostam do momento da merenda, mas ela poderia ser melhor.	1	7,1%
Sim, gostam do momento da merenda, e percebe-se que muitas crianças chegam à escola sem café da manhã.	1	7,1%
Total	14	100%

Apesar de haver quatro categorias de respostas diferentes, todas as professoras concordaram em dizer que o momento da merenda era apreciado pelas crianças, seja por estarem comendo, seja pelo fato de esse momento ser de descontração e de socialização. Parece que o prazer sentido pelas crianças está mais relacionado com o fato de ser um momento de descontração do que por estarem se alimentando.

Foi muito interessante verificar que dez das catorze professoras relataram o momento da merenda como um espaço de socialização. Com isso, demonstraram perceber que a alimentação, ainda mais em um ambiente escolar, de grupo, é intrinsecamente um ato social, e deve, portanto, ser observado sob esse prisma.

A percepção de que o momento da merenda escolar traz forte componente social e cultural é um importante passo para a conscientização de que

ele deve ser explorado como espaço pedagógico para a formação de bons hábitos alimentares.

b) O que as crianças comem na merenda? Do que elas mais gostam e do que menos gostam?

Tabela 14 – O que as crianças mais gostam de comer na merenda

Categorias	Número de referências
LANCHES	10
Pão com manteiga	6
Bolinhos	5
Bolachas	5
Cereal de milho com leite	4
Salsicha com pão	4
Suco	3
Gelatina	2
Leite	2
Pão com geléia	1
Pão com patê	1
Pão com maionese	1
REFEIÇÕES	4
Arroz, carne e batata	2
Arroz com feijão	2

Tabela 15 – O que as crianças menos gostam de comer na merenda

Categorias	Número de referências
LANCHES	10
Canjica	5
Arroz-doce	2
Pão com geléia	1
Suco de laranja	1
Flocos de milho com leite	1
Pudim quente	1
REFEIÇÕES	4
Salada e legumes	2
Feijão, salada e legumes	2

Dentre os alimentos preferidos, segundo as observações das professoras, os que se destacaram nos lanches foram: pão com manteiga, bolinhos, bolachas, cereal de milho com leite e cachorro quente. Nas refeições, os alimentos que tiveram destaque foram: arroz, carne e batata. Quanto ao feijão, duas professoras colocaram o feijão com arroz como os alimentos que as crianças mais gostavam; outras duas colocaram o feijão, junto com as saladas e os legumes como os alimentos que menos gostavam.

Percebe-se que a batata, um dos alimentos citados como preferido pelas crianças, não foi servida durante todo o mês de novembro.

Dentre os alimentos do lanche que as crianças menos gostavam, a canjica foi a mais citada. Já em relação aos alimentos servidos nas refeições, as saladas e os legumes foram os mais citados como os alimentos que as crianças menos gostavam. As quatro professoras que comentaram sobre as refeições, referiram-se às saladas e aos legumes de forma unânime como sendo os alimentos que as crianças menos gostavam de comer.

De fato, conforme o estudo de Macedo (2003), no ambiente familiar, muitas vezes, os legumes e vegetais são oferecidos às crianças de forma negativa, enquanto que os doces ou os alimentos ricos em gordura são oferecidos em clima descontraído, de comemoração ou de premiação.

Observa-se aqui a necessidade de se compreender a importância de uma alimentação saudável, na qual devem ser privilegiados os alimentos não-industrializados, verduras, legumes e frutas, a fim de que haja mudanças positivas nas escolhas alimentares das crianças.

c) Elas se alimentam bem? Espontaneamente ou precisam ser estimuladas?

Tabela 16 – **As crianças precisam ser estimuladas para comerem?**

Categorias	Número de professoras	Percentual
Sim	7	50,0%
Algumas crianças sim	4	28,6%
Não	2	14,3%
São sempre os mesmos que aceitam	1	7,1%
Total	14	100%

Percebe-se que metade das professoras afirmou que todas as crianças precisavam ser estimuladas para se alimentarem; quatro (28,6%) afirmaram que

algumas crianças também precisavam. Dessa forma, 78,6% das professoras acreditam que todas ou algumas crianças precisavam de estímulo para comer; apenas duas disseram que elas comiam bem, independentemente de estímulos.

d) Você já experimentou a merenda? Qual é a sua opinião sobre ela? Ela é saborosa? Possui boa apresentação?

Tabela 17 – **A opinião das professoras em relação à merenda**

Categorias	Número de professoras	Percentual
A merenda (refeição) é boa e possui boa apresentação	8	57,0%
A merenda (refeição) é boa, porém muito repetitiva	1	7,1%
A merenda (lanche) não é boa, pois são oferecidos muitos alimentos doces	2	14,3%
O lanche deveria ser mais atraente e ser oferecida mais de uma opção	2	14,3%
Não opinou	1	7,1%
Total	14	100%

A maioria das professoras, 57%, achou que a refeição da escola era saborosa e possuía boa apresentação. Uma delas declarou que a refeição era boa, porém repetitiva. Dentre as quatro professoras que opinaram sobre o lanche, duas afirmaram que o lanche não era bom, pois eram servidos muitos alimentos doces, contribuindo para uma formação de hábitos alimentares não adequados; as outras duas declararam que o lanche deveria ser mais atraente e ter mais de uma opção para ser servida às crianças.

Pôde-se verificar que todas as professoras alimentavam-se na escola dos mesmos lanches e refeições servidas aos alunos. Oito das nove professoras que fizeram menção à refeição elogiaram sua apresentação e sabor. Das quatro que opinaram sobre o lanche, todas apresentaram críticas, ora quanto à aparência, ora quanto à qualidade (excesso de doces) e falta de outras opções.

e) Você acha que deveria haver alguma mudança em relação à merenda? Em relação à comida, espaço físico ou ambiente? Qual seria?

Tabela 18 – Mudanças sugeridas pelas professoras em relação à merenda

Categorias	Número de professoras	Percentual
Maior variedade do cardápio (refeição)	4	28,6%
Maior oferta de frutas (lanche)	3	21,4%
Mais uma opção de lanche	1	7,1%
Maior oferta de alimentos salgados no lanche	1	7,1%
Deveriam ser oferecidos garfos e facas, as mesas deveriam ter toalhas e poderia ter música ambiente suave.	2	14,3%
Não deveria haver nenhuma mudança (refeição)	1	7,1%
Não opinou	2	14,3%
Total	14	100%

A maioria das professoras (78,6%) afirmou que deveria haver algum tipo de mudança na merenda, sob os diferentes aspectos categorizados na tabela acima.

1.3.4 Tema 4: Horta

Dentro desse tema foram elaboradas questões sobre os seguintes assuntos: como se dá esse trabalho com as crianças; como as professoras vêem a relação da horta com a educação nutricional, se possuem dificuldades para trabalhar essa relação com as crianças e sugestões para potencializar o uso da horta em educação nutricional.

a) Como você tem trabalhado a horta com as crianças? Quais atividades você tem desenvolvido?

Tabela 19 – Atividades desenvolvidas com a horta da escola

Categorias	Número de professoras	Percentual
Plantio, observação do canteiro, colheita e experimentação, mais atividades em sala de aula, reforçando as questões da horta: pesquisas, desenhos, música, trabalhos manuais, histórias e poesias.	9	64,3%
Plantio, observação do canteiro, colheita e experimentação mais atividades em sala de aula, reforçando as questões da horta e relacionadas com a educação nutricional: caça-palavras sobre a importância da boa alimentação; pesquisa do valor nutricional; importância de comer esses alimentos.	3	21,4
Projeto mão na massa: prepara em sala de aula saladas com o alimento colhido	1	7,1%
Não participa do Projeto Horta	1	7,1%
Total	14	100%

Através das respostas, foi possível levantar as atividades realizadas pelas professoras em relação ao Projeto Horta. Elas baseavam-se no plantio, no acompanhamento do crescimento, na colheita e experimentação de algum vegetal (cada classe escolhia qual vegetal queria plantar). Além disso, em sala de aula, as professoras trabalhavam outras atividades para reforçar o aprendizado, citadas na tabela acima. Apenas três professoras relacionaram as atividades em sala de aula com práticas da educação nutricional.

b) Como você vê a relação da horta com a educação nutricional?

Tabela 20 – Relação da horta com a educação nutricional

Categorias	Número de professoras	Percentual
A horta é um meio facilitador e de estímulo para abordar o tema; experimentação de novos alimentos saudáveis.	8	57,0%
Afirma que existe relação, mas não explica.	3	21,4%
Caminho para mudar hábitos alimentares	1	7,1%
Não opinaram	2	14,3%
Total	14	100%

Exceto as duas professoras que não opinaram, todas as outras (85,7%) concordaram que existe relação entre a horta e a educação nutricional; e mais: que

as atividades da horta podem ajudar a introduzir questões sobre educação nutricional, servindo ainda como estímulo para formação e mudança dos hábitos alimentares.

c) Quais são as dificuldades para trabalhar essa relação com as crianças?

Tabela 21 – Dificuldades reconhecidas pelas professoras para trabalhar a relação da horta com educação nutricional

Categorias	Número de professoras	Percentual
Não têm nenhuma dificuldade	6	43,0%
Falta de conhecimento específico; as crianças não possuem o hábito de comer legumes e verduras em casa, portanto, também não os conhecem.	1	7,1%
Falta de linguagem e materiais adequados para trabalhar	1	7,1%
Nem todas as escolas possuem horta	1	7,1%
Não opinaram	5	35,7%
Total	14	100%

Muitas professoras (43%) referiram-se a não ter dificuldades para trabalhar a relação das atividades da horta com educação nutricional. Entretanto, poucas (21,4%) relataram a prática efetiva de atividades relacionadas com a educação nutricional em sala de aula.

d) Que sugestões você daria para potencializar o uso da horta nesta relação com a educação nutricional?

Tabela 22 – Sugestões de atividades para potencializar o uso da horta na educação nutricional

Categorias	Número de professoras	Percentual
Trazer os alimentos da horta para a merenda	3	21,4%
Dar continuidade ao Projeto Horta	2	14,3%
Todas as escolas deveriam ter uma horta	1	7,1%
Não opinaram	8	57,0%
Total	14	100%

Observou-se nessa questão que a maioria das professoras não opinou a respeito ou não ofereceu sugestões. Porém, três delas sugeriram utilizar os

produtos da horta na alimentação das crianças.

e) É servido na merenda algum produto que vêm da horta cultivada na escola?

Tabela 23 – Os produtos da horta são servidos na merenda?

Categorias	Número de professoras	Percentual
Sim, no almoço.	10	71,4%
Não	2	14,3%
Não opinaram	2	14,3%
Total	14	100%

A maioria afirmou que os alimentos da horta são servidos na merenda. Entretanto, pela minha observação durante a pesquisa, pareceu que essa utilização é mais eventual; apenas quando falta algum item ou o produto recebido pela escola não está em boas condições. As crianças sempre comem os alimentos da horta quando está na época da colheita daquele vegetal que sua turma plantou; ou seja, dentro das atividades do Projeto Horta.

f) Você já fez ou faz algum levantamento junto às crianças sobre o que elas comem ao longo da semana? O que elas comem? Quais as deficiências que você nota a partir desses dados?

Tabela 24 – Quais alimentos as crianças consomem normalmente em casa?

Categorias	Número de professoras	Percentual
Muitos alimentos industrializados como: "miojo", bolachas, salgadinhos e "danones". Geralmente não consomem verduras, legumes e frutas.	7	50,0%
Não sabem dizer	4	28,6%
Alimentação variada: macarrão, verduras, arroz, feijão .	1	7,1%
Não opinaram	2	14,3%
Total	14	100%

Por meio das respostas de metade das professoras, foi possível observar que as crianças em geral não possuem o hábito de consumir verduras, legumes e frutas; ingerem mais os alimentos industrializados.

1.4 Projetos Educacionais da Escola voltados à Educação Nutricional

De acordo com o depoimento na entrevista da coordenadora pedagógica, o Projeto Horta, um dos projetos pedagógicos da escola, é o meio de atuar na educação nutricional junto às crianças. Ele possui os seguintes objetivos: estabelecer vínculo afetivo da criança com a natureza; despertar o gosto pela alimentação e incentivar uma alimentação saudável.

Ela comentou que esse projeto envolve atividades de plantio, de experimentos, de leitura, de escrita, de culinária e de artes. Concluiu que os assuntos: corpo humano, plantas, alimentação e desperdício devem ser tratados em sala de aula a partir das atividades do Projeto Horta.

Entretanto, apenas sete das catorze professoras que responderam o questionário (questão “b” do Tema 2) citaram as atividades relacionadas com o Projeto Horta quando perguntadas a respeito de suas atividades sobre educação nutricional aplicadas aos alunos. Não houve a esperada identificação do Projeto Horta como um projeto que abarca o tema educação nutricional. Em resposta à questão “a” do Tema 4, verificou-se que apenas três das catorze professoras relacionaram as atividades desenvolvidas dentro do Projeto Horta com o tema educação nutricional. Pelo que se pôde observar, as demais entenderam o Projeto Horta como uma oportunidade de os alunos terem contato com a terra, conhecerem as verduras e os legumes, acompanharem o plantio, o crescimento, mas, aparentemente, não compreenderam que esse espaço pedagógico era uma oportunidade de trabalhar conceitos de educação nutricional.

Mas quando foi feita uma pergunta direta e objetiva sobre a relação da horta com educação nutricional, doze professoras (85,7%) afirmaram que havia relação direta entre horta e educação nutricional; oito dessas doze professoras ainda mencionaram que a horta era um meio facilitador e de estímulo para abordar o tema.

Parece que, para a coordenadora pedagógica, estava claro que dentro do Projeto Horta estavam inseridas atividades de educação nutricional. Porém, para os educadores, pareceu não estar tão evidente, já que não foram unânimes em afirmar que desenvolviam atividades de educação nutricional dentro do Projeto Horta.

Os educadores não poderiam ter dúvidas quanto às ações do Projeto Horta e os objetivos que o envolviam, pois esse era um Projeto que já estava bem estruturado e estabelecido entre as atividades curriculares da escola. Era possível

até que esses educadores trabalhassem educação nutricional com as crianças a partir do Projeto Horta; entretanto não o fizeram de maneira consciente, por não terem visto relação entre os assuntos ou por terem desconhecido parcialmente os objetivos do Projeto.

1.5 Avaliação do Estado Nutricional das Crianças a partir dos Dados Antropométricos

De acordo com o exposto anteriormente sobre Nutrição na Infância, mais especificamente com o que foi tratado sobre avaliação nutricional da criança, verificou-se que a avaliação do estado nutricional de um indivíduo ou de um grupo é o primeiro passo para qualquer ação de intervenção em saúde, educação nutricional e política alimentar.

Portanto, no caso da escola em estudo, analisar os dados antropométricos colhidos pelos agentes de saúde era essencial para a promoção de atividades de educação nutricional com os alunos. Com efeito, conhecendo o estado nutricional das crianças, os objetivos traçados iriam ao encontro das suas reais necessidades, e as ações teriam maior significado e melhor resultado.

A iniciativa do Posto de Saúde de pesar e de medir os alunos foi muito importante para a presente pesquisa; isso permitiu o conhecimento do estado nutricional dessas crianças. Entretanto, apenas com a minha presença na escola foi possível dar significado às informações colhidas e elucidar o resultado final, já que ninguém na escola possuía conhecimento específico do assunto. E o próprio Posto de Saúde não fez a conclusão final desses dados, nem repassou às professoras ou aos pais as orientações nutricionais pertinentes.

A partir desse fato, foi possível perceber a importância de um trabalho integrado entre profissionais de diversas áreas para a elaboração de uma ação de educação nutricional: o nutricionista analisando os dados antropométricos, que podem ser medidos tanto pelos agentes de saúde quanto pelo próprio nutricionista; os educadores, recebendo as informações, compartilhando-as com os pais e alunos, e utilizando-as para a propositura de novas ações de educação alimentar.

Esse processo de integração profissional exige que os professores estejam bastante envolvidos, não apenas tomando conhecimento do resultado da análise dos dados, mas trabalhando de modo objetivo questões relativas à educação nutricional junto às crianças. Igualmente importante seria o envolvimento de mais

dois atores da comunidade escolar: coordenação pedagógica, a fim de gerenciar os projetos educacionais sobre o tema e repassar os resultados da avaliação nutricional das crianças aos pais e às merendeiras; não só porque a decisão sobre a forma de preparo dos alimentos recai sobre essas profissionais, mas para que se sintam valorizadas profissionalmente ao integrar uma equipe multidisciplinar.

Depois de inserir no aplicativo EPIINFO (NCHS - 1977) os dados de peso, de altura, de data de nascimento e sexo das 490 crianças, com idade média de 5 anos e 9 meses e escolhendo como base para os cálculos as curvas de crescimento NCHS de 1977, foi possível obter os seguintes resultados:

Tabela 25 – Perfil nutricional das crianças

	Nº de Crianças	Percentual
Desnutridos	13	2,7%
Normais	301	61,3%
Sobrepeso	106	22,0%
Obesidade Moderada	40	8,0%
Obesidade Grave	30	6,0%
<i>Total</i>	490	100,0%
	Meninos (231)	Meninas (259)
Sobrepeso	49	57
Obesidade Moderada	15	25
Obesidade Grave	15	15
<i>Total</i>	79	97
<i>Total %</i>	34,2%	37,5%
<i>9,5% mais meninas com sobrepeso ou obesidade do que meninos</i>		

O que mais chama a atenção nos resultados é o alto índice de crianças com sobrepeso (22%), correspondendo a 106 crianças do total. Ainda há 40 crianças com obesidade moderada (8%) e 30 crianças com obesidade grave (6%). Se somarmos os casos de obesidade grave, de obesidade moderada e os de sobrepeso, teremos um total de 176 (36%) crianças que estão com excesso de peso.

Observa-se que o excesso de peso atinge mais as meninas do que os meninos. O índice percentual é de 9,5% mais meninas com sobrepeso ou obesidade do que meninos. Para o cálculo desse índice foi considerado o fato de haver mais

meninas do que meninos no total de crianças da escola.

O aplicativo utilizado permite o levantamento de gráficos para visualização da distribuição da amostra (490 alunos) dentro das curvas normais de peso x idade e peso x estatura, conforme se verifica abaixo:

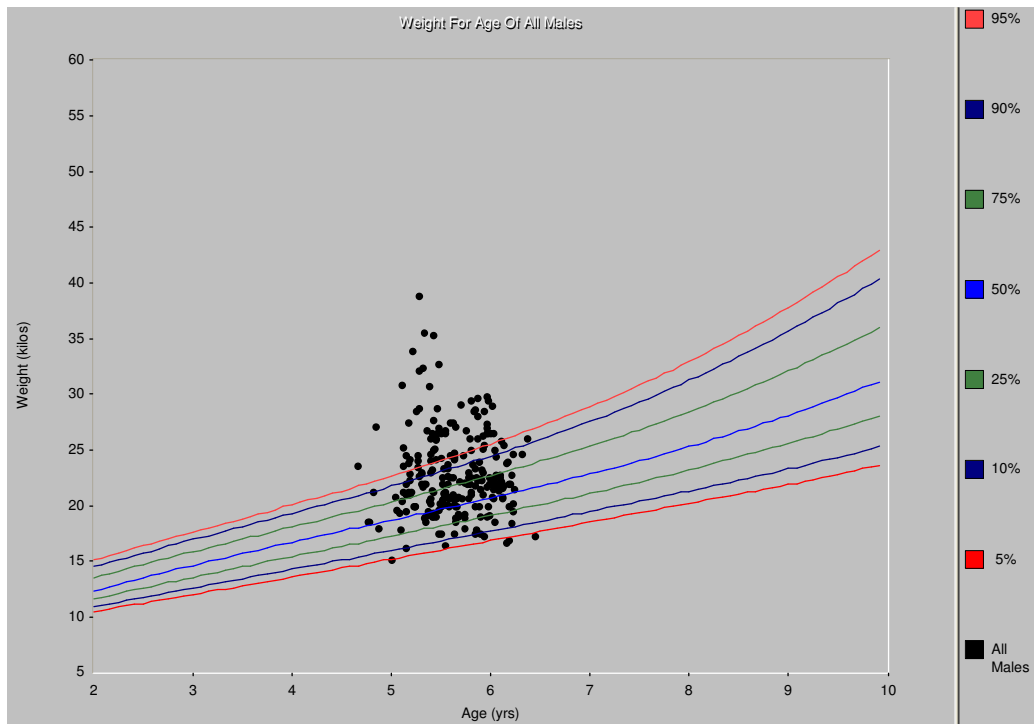


Gráfico 1 – Peso por idade - meninos

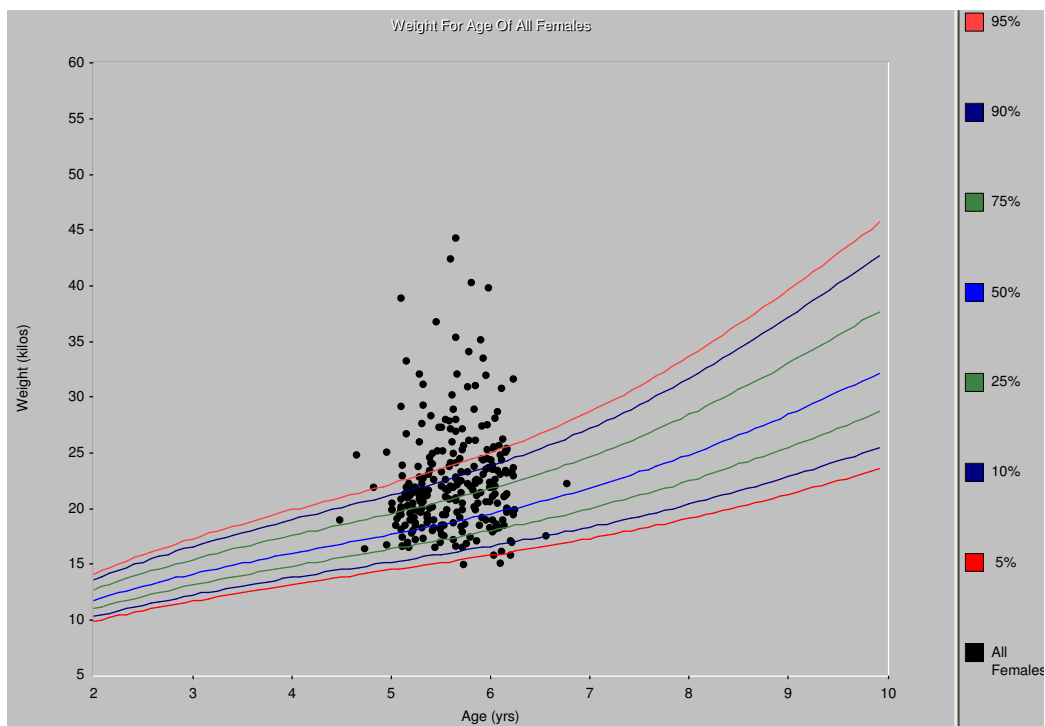


Gráfico 2 – Peso por idade - meninas

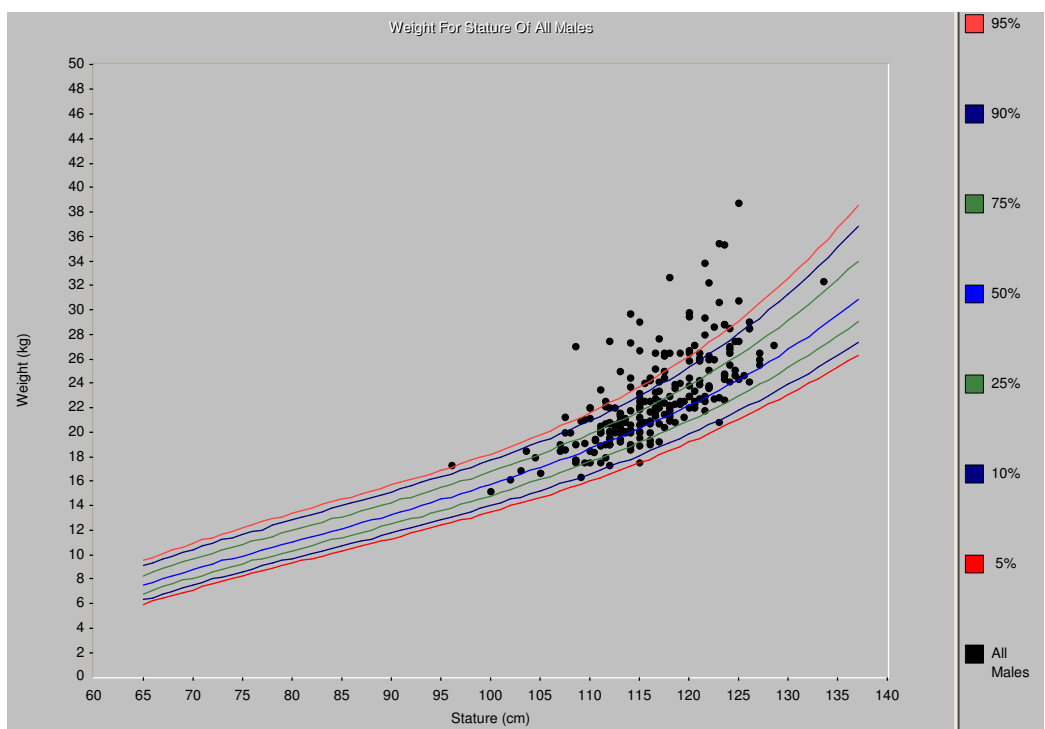


Gráfico 3 – Peso por estatura - meninos

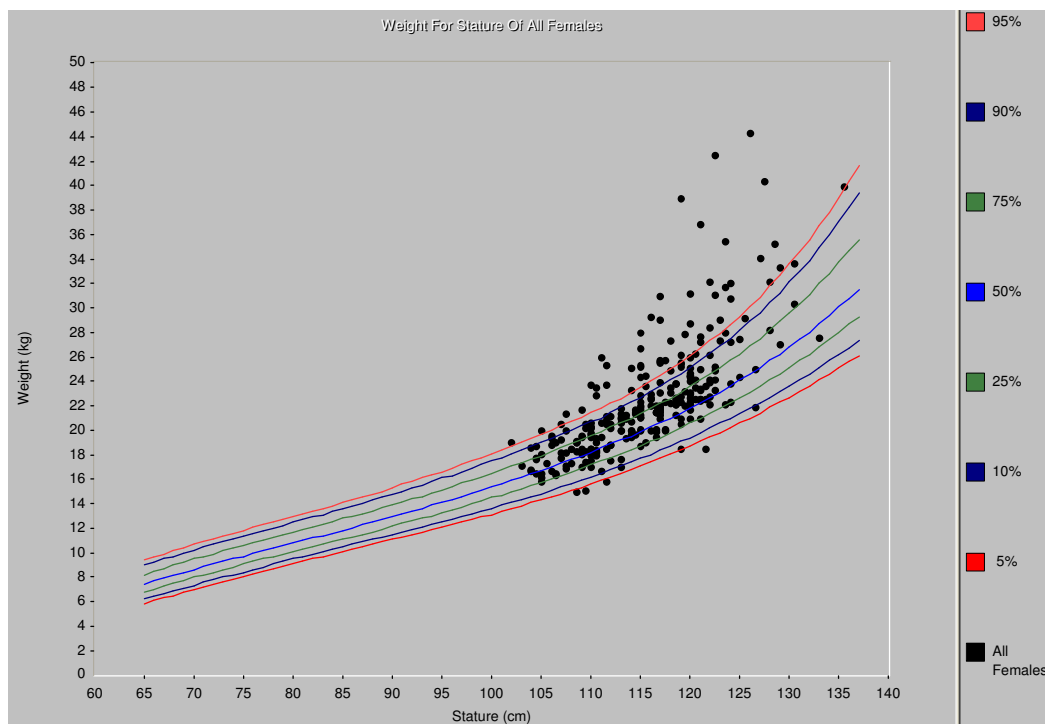


Gráfico 4 – Peso por estatura - meninas

A partir desses gráficos foi possível verificar, em termos qualitativos, o representativo número de alunos fora da distribuição normal esperada. Foi possível também verificar que a discrepância da distribuição é ainda mais acentuada na amostra feminina. O estudo de Taddei (1995) citado referencial teórico, de igual modo apontou uma maior prevalência de obesidade entre as meninas do que entre os meninos.

A Secretaria Municipal de Educação elaborou um Programa denominado “São Paulo é uma escola” que consiste em oferecer aos alunos de suas escolas, além do período regular de aulas, atividades de caráter educacional, cultural, social e esportivo que estejam em níveis de coerência no âmbito do sistema municipal de ensino. Dentre as informações apresentadas no corpo do texto explicativo do Projeto foi apresentada uma tabela com dados percentuais de problemas detectados nas crianças das escolas municipais de São Paulo. Para obtenção dos resultados de obesidade e sobrepeso foram avaliadas 5.074 crianças (PREFEITURA DA CIDADE DE SÃO PAULO, 2005).

Tabela 26 – Percentuais dos problemas detectados nas escolas da capital



Fonte: PREFEITURA DA CIDADE DE SÃO PAULO (2005, p. 20).

O estudo acima referido não divulgou a idade média dos alunos da amostra. Por pertencerem à rede pública municipal de ensino, os alunos da amostra pertenciam às denominadas EMEI ou EMEF, podendo situar-se entre 4 e 11 anos de idade.

Comparando-se o resultado da tabela “Perfil nutricional das crianças” do presente estudo com os valores de obesidade e de sobrepeso da tabela acima, observa-se que a escola em estudo apresentou um valor percentual maior, tanto em relação à obesidade (14% versus 9,7%), quanto em relação ao sobrepeso (22% versus 8,3%) sobre as crianças analisadas pela Secretaria Municipal de Educação, confirmando a gravidade da situação nutricional das crianças das escolas municipais paulistanas.

Num estudo realizado por Garcia (2003), que realizou a avaliação do estado nutricional de 448 crianças (236 meninas e 212 meninos) com média de idade de 4 anos e 4 meses, matriculadas em creches do Município de São Paulo, constatou-se que 7,1% dos meninos e 7,2% das meninas eram obesos. Já o valor percentual de obesos encontrado na escola da presente pesquisa foi maior do que os valores apresentados pelo citado estudo.

Outros estudos apontados pela Sociedade Brasileira de Pediatria

também na cidade de São Paulo, publicados no jornal *Diário do Grande ABC*, observaram índices de 30% de excesso de peso entre crianças e adolescentes (MORAES, 2004).

É fundamental destacar que as crianças que apresentaram um quadro de obesidade estão correndo o risco de desenvolver outros problemas de saúde.

1.6 Palestra aos Educadores

No dia 20 de dezembro de 2005, na última visita à escola, foi realizada uma palestra a todos os educadores da escola, que contou com a presença da coordenadora pedagógica. O título era: “Educação Nutricional e a Escola Promotora de Saúde”. Teve a duração de cerca de quarenta minutos e o conteúdo foi apresentado através de *datashow*.

O objetivo central era estimular e conscientizar os professores sobre a necessidade e a importância de a criança praticar hábitos alimentares saudáveis, para que, desde a infância, tenha uma alimentação saudável e consolide esse comportamento até a vida adulta. Além disso, a idéia era destacar o papel da escola e dos educadores na formação dos hábitos alimentares das crianças.

Na palestra, foram abordados os seguintes assuntos: um breve panorama da saúde no Brasil, o resultado da avaliação nutricional dos alunos da EMEI, as ações que o governo tem tomado a respeito da alimentação e da nutrição da população, definição do que é “Escola Promotora de Saúde” e apresentação do projeto de educação nutricional proposto pela escola.

Para finalizar, foram apresentadas imagens das crianças em atividades aplicadas por algumas professoras, praticadas na própria escola, relacionadas com o Projeto Horta e com a educação nutricional.

O que mais chamou a atenção das professoras foi o resultado da tabulação dos dados antropométricos das crianças. O corpo docente ficou assustado com o número de casos de crianças com excesso de peso (176 crianças) e ainda, dentre estas, 70 crianças eram obesas moderadas ou graves. Ficou evidente que os educadores não tinham idéia da dimensão do problema e que essa realidade estava bem próxima deles.

Perceberam ainda que o problema da obesidade não estava relacionado com o nível social, mas sim, com os hábitos alimentares das crianças. Ao final, a maioria das professoras comentou que seria de suma importância fazer

um alerta também aos pais, já que eles eram os responsáveis pela alimentação de seus filhos, e os maus hábitos alimentares praticados pela família tinham se refletido no estado de saúde das crianças.

2. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise dos resultados obtidos no transcorrer da presente pesquisa, pode-se afirmar que a metodologia adotada permitiu alcançar com êxito os objetivos propostos resumidos no conhecimento da atuação da escola frente ao tema educação nutricional. Como foi estabelecido, tal conhecimento deu-se a partir da observação da merenda escolar, dos projetos educacionais da escola e do grau de conscientização e das ações efetivas dos professores nesse sentido.

Quanto à observação do momento da merenda escolar, destacou-se o problema da falta de diversidade do cardápio efetivamente oferecido, tanto do lanche como da refeição, o fato tende a dificultar a aceitação por parte das crianças. Do ponto de vista qualitativo e dos aspectos sensoriais (sabor e aparência), a refeição apresentou, no período observado, maior adequação do que o lanche. A refeição compreendia alimentos pertencentes aos grupos básicos dos alimentos, não-industrializados e preparados de forma saudável. Em contrapartida, o lanche tinha grande quantidade de produtos industrializados, como bolachas e sucos, com pouca oferta de alimentos naturais. As crianças, em geral, aceitaram bem a merenda, tanto o lanche como a refeição; entretanto, demonstraram baixa aceitação de verduras e de legumes.

Contudo, o aspecto mais relevante observado no momento da merenda escolar não foi propriamente o relativo aos alimentos consumidos. Na verdade, o que chamou atenção foi perceber que os agentes escolares e as merendeiras não são orientados no sentido de contribuírem com a educação nutricional das crianças no momento da merenda escolar, bem como parecem não estar conscientizados de que a alimentação no ambiente escolar pode e deve ter função pedagógica.

Cabe salientar que, dentro da estrutura hierárquica da escola, as merendeiras respondem a uma nutricionista da prefeitura, responsável por essa unidade escolar, que faz visitas esporádicas ao longo do ano. Esse fato promove certa independência e até mesmo isolamento das merendeiras, o que parece prejudicar a comunicação e a integração delas com os demais profissionais da escola.

Quanto aos projetos educacionais, verificou-se que a escola possuía em andamento o denominado Projeto Horta, cujos objetivos incluíam despertar nas crianças o gosto pela alimentação e incentivar a prática de uma alimentação

saudável. Ou seja, era um projeto educacional que tinha como base atividades inerentes a uma horta (plantio, acompanhamento, colheita, contato com a terra, legumes e verduras), e que utilizava tais atividades como recursos para o desenvolvimento de atividades de educação nutricional.

No âmbito da coordenação pedagógica, a escola demonstrou considerar relevante o tema educação nutricional, e estar preocupada com os hábitos alimentares de seus alunos. A conscientização da coordenação pedagógica ficou evidente, também, pela participação da escola no curso “Nutrir e Educar: alimentando idéias”.

Entretanto, a avaliação das respostas do questionário aplicado aos educadores, permitiu detectar que essa postura da coordenação pedagógica ainda não tinha sido compreendida por parte do corpo docente.

Não obstante a dissonância entre os objetivos propostos pelo Projeto Horta e a não compreensão desses objetivos por algumas professoras, mesmo assim todas elas apontaram a importância da educação nutricional no ambiente escolar. A maioria delas (85,8%) referiu-se já ter desenvolvido alguma atividade sobre o assunto com as crianças.

Cabe destacar os relatos das professoras em relação ao momento da merenda escolar. A grande maioria (71,4%) descreveu-a como um momento de socialização com colegas e funcionários da escola, demonstrando a percepção de que o ato de comer envolve outros aspectos que não apenas a ingestão de alimentos.

Em termos gerais, pode-se afirmar que os educadores perceberam o significado da educação nutricional estar inserida nas atividades da escola; mesmo assim essa inserção não se transformou em ações efetivas por parte de todo o corpo docente. Nesse sentido, a coordenadora pedagógica ainda não obteve êxito em integrar o corpo docente nesse trabalho educativo.

Quanto ao resultado da avaliação do estado nutricional das crianças a partir dos dados antropométricos obtidos pelo Posto de Saúde, pode-se afirmar que foi preocupante. Com efeito, o percentual de obesidade encontrado foi de 14% (70 crianças), sendo maior entre as meninas, 9,5% a mais do que entre os meninos. No que dizia respeito ao índice de sobrepeso, o valor foi de 22% (106 crianças). Esses índices são muito altos e estão maiores do que os valores encontrados nas referências registradas na presente dissertação: Prefeitura da Cidade de São Paulo (2005); Garcia (2003) e Taddei (1995).

Esse panorama indica grande possibilidade de doenças crônicas não-transmissíveis nas crianças do grupo estudado quando alcançarem a idade adulta e, muitas vezes, mesmo na infância ou na adolescência.

Mais uma vez, então, os pais precisam ser alertados pela escola quanto à condição do estado nutricional de seus filhos. Precisam receber orientação sobre os procedimentos que devem tomar numa situação de sobrepeso ou de obesidade, e sobre as conseqüências que tais situações acarretam no estado de saúde de seus filhos. Convém saber também a importância de uma alimentação saudável associada a modos de vida saudável, o que inclui a prática de exercícios físicos. Para essas recomendações, o ideal seria que um nutricionista ou um profissional de saúde pudesse orientá-los. Entretanto, não foi observado esse tipo de cuidado nem por parte da escola, nem pelos postos de saúde.

A respeito da possibilidade de interação profissional entre o nutricionista e os educadores, pode-se afirmar que não apenas é possível, mas é extremamente necessária. Por meio das experiências realizadas com as três professoras em atividades de educação nutricional foi possível perceber que há um potencial aumento de qualidade no resultado final das ações integradas. Troca de informações e sinergia no trabalho permitem também maior clareza e segurança ao traçar os objetivos e aplicá-los às atividades.

Ainda tratando da possibilidade de interação profissional, foi visto que a formação de hábitos alimentares nas crianças sofre a influência de diversos fatores ambientais, que a alimentação é um ato social inserido num contexto cultural e que o comportamento alimentar envolve aspectos práticos, sociais e psicológicos. Portanto, quanto maior for a integração entre os profissionais que podem contribuir nas ações de educação nutricional no ambiente escolar, melhores serão as chances de alcançar resultados positivos. Essas chances significam as crianças adquirirem hábitos alimentares saudáveis experimentando e praticando uma alimentação saudável. Profissionais, como coordenadores pedagógicos, agentes escolares e merendeiras, podem e devem ser envolvidos nesse processo. Os pais também precisam estar integrados nessas atividades, permitindo a continuidade do trabalho educativo em suas casas.

A palestra realizada foi bem sucedida. Com efeito, seu objetivo central era promover a conscientização dos professores sobre a necessidade e a importância de a criança praticar hábitos alimentares saudáveis e destacar o papel da escola e dos educadores na formação desses hábitos. Despertou grande

interesse no corpo docente e na coordenadora pedagógica, especialmente por ter explorado exemplos de atividades da própria escola e das próprias professoras, bem como por ter exposto o resultado da avaliação nutricional dos alunos, fato que chamou bastante a atenção de todos os educadores.

Em função das etapas de desenvolvimento da pesquisa foi possível entrar em contato com os diferentes agentes que participam do sistema de alimentação escolar. Antes do primeiro contato com a escola, houve encontros com nutricionistas da SEMAB e acompanhamento do curso de educação nutricional dirigido às escolas da Prefeitura de São Paulo. No citado curso, estavam presentes vários profissionais (coordenadoras, merendeiras e nutricionistas) e representantes dos órgãos que participam do programa de alimentação escolar. As informações transmitidas foram de excelente nível e de grande utilidade para o desenvolvimento de atividades de educação nutricional. Entretanto, ao menos em relação à escola pesquisada e no período analisado, não houve a desejada repercussão. Como exemplo, pode-se citar que as merendeiras não utilizaram nenhuma das receitas fornecidas no curso, que tinham o objetivo de variar as preparações do cardápio oferecido às crianças. A coordenadora informou às professoras a respeito de sua participação no curso, mas não houve o efetivo repasse do conteúdo do curso.

Ao que pôde ser observado, não existia dentro da estrutura burocrática atual do sistema municipal de alimentação escolar, um responsável pelo acompanhamento intersetorial de projetos de educação alimentar ou de programas contínuos de promoção de hábitos alimentares saudáveis. Há pouca comunicação entre os órgãos da prefeitura (Divisão de Administração da Merenda Escolar da SEMAB, Secretaria Municipal de Educação – DOT/EI) que atuam juntamente com a escola e a própria escola, e quase nenhuma retroalimentação das informações.

A Secretaria Municipal da Saúde, que também poderia atuar através de seus Centros de Saúde, não tem sido integrado às atividades de educação nutricional no ambiente escolar. Conforme observado no decorrer da pesquisa, o Centro de Saúde próximo à escola efetuou a medição e a pesagem dos alunos. Contudo, esse trabalho não foi concluído, deixando de apresentar recomendações às professoras, pais e alunos a respeito do estado nutricional das crianças. E muito menos esclarecer possíveis conseqüências no que dizia respeito ao desenvolvimento de doenças crônicas não-transmissíveis, dentre outros aspectos. Faltou articulação, encadeamento e organização nas partes envolvidas.

Na verdade, a relevância do tema educação nutricional na educação

infantil, escolhido há dois anos para ser desenvolvido nessa dissertação, foi se tornando recorrente na mídia, em seminários e congressos de profissionais de saúde, em iniciativas do terceiro setor. O próprio poder público tem confirmado seu significado social. No dia 8 de maio de 2006, o Ministério da Saúde e o Ministério da Educação assinaram Portaria Interministerial, de nº1.010, que tratava de várias questões que foram discutidas nesse trabalho. Tal documento instituiu as diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, de ensino fundamental e de ensino médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. O documento apresentava, em sua exposição de motivos, diversas considerações que bem resumem algumas das premissas estabelecidas na presente dissertação e merecem ser destacadas:

- a mudança no perfil epidemiológico da população brasileira com o aumento das doenças crônicas não-transmissíveis, com ênfase no excesso de peso e obesidade, assumindo proporções alarmantes, especialmente entre crianças e adolescentes;
- as doenças crônicas não-transmissíveis são passíveis de serem prevenidas, a partir de mudanças nos padrões de alimentação;
- o grande desafio de incorporar o tema da alimentação e nutrição no contexto escolar, com ênfase na alimentação saudável e na promoção da saúde, reconhecendo a escola como um espaço propício à formação de hábitos saudáveis e à construção da cidadania;
- a alimentação não se reduz à questão puramente nutricional, mas é um ato social, inserido em um contexto cultural;
- a alimentação no ambiente escolar pode e deve ter função pedagógica (BRASIL, MS, 2006b).

Dentre as ações propostas na citada Portaria, pode-se destacar:

- estimular a produção de hortas escolares para a realização de atividades com os alunos e a utilização dos alimentos produzidos na alimentação ofertada na escola;
- sensibilizar e capacitar os profissionais envolvidos com alimentação na escola para produzir e oferecer alimentos mais saudáveis;
- desenvolver estratégias de informação às famílias, enfatizando sua co-responsabilidade e importância de sua participação nesse processo;
- aumentar a oferta e promover o consumo de frutas, legumes e verduras;

- desenvolver um programa contínuo de promoção de hábitos alimentares saudáveis, considerando o monitoramento do estado nutricional das crianças, com ênfase no desenvolvimento de ações de prevenção e controle dos distúrbios nutricionais e educação nutricional;
- incorporar o tema alimentação saudável no projeto político pedagógico da escola, perpassando todas as áreas de estudo e propiciando experiências no cotidiano das atividades escolares (BRASIL, MS, 2006b).

Com certeza, é possível afirmar que a escola pesquisada já desenvolve, ainda que de modo fragmentado e intuitivo, atividades voltadas à educação nutricional. Mas, indubitavelmente, ainda há inúmeros passos a serem dados a fim de que ela venha a desenvolver todo o seu potencial como agente formador de bons hábitos alimentares, com muito maior repercussão na vida dos alunos e em toda a comunidade escolar, realizando, por fim, o papel social que cabe à escola desempenhar.

3. RECOMENDAÇÕES

Em função dos resultados obtidos com a presente pesquisa, pode-se sugerir:

- que sejam implementados programas contínuos de promoção de hábitos alimentares saudáveis em outras escolas, considerando seus aspectos sociais e culturais e os projetos educacionais em andamento;
- que haja um profissional nutricionista para cada grupo de três a seis escolas, sendo responsável pelo acompanhamento intersetorial de projetos de educação nutricional e de programa contínuo de alimentação escolar, a fim de interligar as partes, coordenando, articulando e acompanhando as fases e a finalização dos processos;
- que sejam realizadas, periodicamente, palestras de orientação nutricional dirigidas aos pais, bem como cursos de capacitação aos professores, merendeiras e agentes de ensino;
- que os Centros de Saúde sejam integrados nas ações de educação nutricional das escolas.