



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA

CENTRO DE EDUCAÇÃO

CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA À DISTÂNCIA

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: construção de hábitos alimentares saudáveis

SIMONE BATISTA DOS SANTOS

**GUARABIRA/PB
2017**

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA

CENTRO DE EDUCAÇÃO

CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA À DISTÂNCIA

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: construção de hábitos alimentares saudáveis

SIMONE BATISTA DOS SANTOS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal da Paraíba, curso de Pedagogia à Distância, como requisito para obtenção do título de Pedagoga, sob a orientação da Prof^a Ms. Miriam Espíndula dos Santos Freire.

GUARABIRA/PB

2017

S237a Santos, Simone Batista dos.

Alimentação escolar: construção de hábitos alimentares saudáveis / Simone Batista dos Santos. – João Pessoa: UFPB, 2017.

30f. : il.

Orientadora: Miriam Espíndula dos Santos Freire Trabalho de Conclusão de Curso (graduação em Pedagogia – modalidade a distância) – Universidade Federal da Paraíba/Centro de Educação.

1. Educação. 2. Alimentação escolar. 3. Hábitos alimentares saudáveis. I. Título.

UFPB/CE/BS

CDU: 37+612.3(043.2)

SIMONE BATISTA DOS SANTOS

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: construção de hábitos alimentares saudáveis

Banca Examinadora

Prof^ª Ms. Miriam Espíndula dos Santos Freire

Prof^ª Ms. Giovanna Barroca de Moura

Prof. Ms. Carlos da Silva Cirino

DEDICATÓRIA

A Deus, que nos criou e foi criativo nesta tarefa. Seu fôlego de vida foi sustento que me deu, coragem para questionar realidades e propor sempre um novo mundo de possibilidades, por abençoar a minha trajetória até aqui.

AGRADECIMENTOS

Mãe, minha amada mãe, você me ensinou a ser forte, você me ensinou a não abaixar a cabeça, você me ensinou a lutar. Eu aprendi tantas coisas importantes com você, mas a mais importante delas foi agradecer à vida por tudo aquilo que ela coloca em meu caminho e seguir em frente sem deixar que nenhum obstáculo lhe faça parar.

Você me ensinou a ter um olhar humilde para o mundo, me ensinou que em tudo que acontece há uma lição para mim, por isso eu devo agradecer. Aprendi a me resignar diante daquilo que não posso mudar e a me reconciliar comigo, me livrando da culpa e abrindo o coração para que novas coisas, diferentes daquelas que desejei e planejei para mim, aconteçam.

A minha professora orientadora Miriam Espíndula por não desistir diante dos desafios, por me dar força e me fazer confiar, pelas palavras de apoio, por sua enorme paciência, enfim, por tudo além do profissional e emocional, fez parte do nosso trabalho em equipe, pelos conhecimentos e aprendizados que me passou, o meu muito obrigado!

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	9
2 METODOLOGIA.....	12
3 A ALIMENTAÇÃO ESCOLAR E OS MARCOS LEGAIS	14
3.1 Alimentação e nutrição	15
3.2 A importância do cardápio de alimentação escolar e as regras para sua elaboração.	17
3.3 O cardápio planejado	17
4. ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA MERENDA ESCOLAR	19
5. ALGUMAS CONSIDERAÇÕES	24
REFERÊNCIAS	25
APÊNDICES	26
Apêndice A – Questionário aplicado á direção.....	26
Apêndice B – Questionário aplicado à professora.....	27

RESUMO

Sabe-se que as crianças possuem necessidades nutricionais específicas, cabendo a escola zelar pela nutrição das mesmas no ambiente escolar, através de um trabalho pedagógico efetivo em sala de aula e do fornecimento de uma alimentação escolar adequada. Assim sendo, o objetivo geral deste estudo foi descrever como as professoras dos anos iniciais do ensino fundamental de uma escola do Município de Duas Estradas trabalham a temática da alimentação saudável. Utilizamos uma abordagem qualitativa, de tipo descritiva. Os instrumentos utilizados foram: questionário aplicado com professor e diretor e; observação. Concluímos que o trabalho desenvolvido pela escola precisa desenvolver um trabalho educativo e de conscientização junto às merendeiras, cujo objetivo seria desenvolver a compreensão e noção de questões nutricionais básicas. Os professores estão adotando temáticas relacionadas à conscientização e a reeducação alimentar saudável dos alunos, mas se em sua própria escola a merenda saudável não existe ainda, isto se torna incoerente, e seu trabalho pedagógico fica prejudicado.

Palavras-chave: Educação. Alimentação escolar. Hábitos alimentares saudáveis.

ABSTRACT

It is known that children have specific nutritional needs, and the school is responsible for nurturing them in the school environment, through effective pedagogical work in the classroom and providing adequate school meals. Thus, the general objective of this study was to describe how the teachers of the initial years of elementary school in a school in the municipality of Duas Estradas work on the theme of healthy eating. We use a qualitative, descriptive approach. The instruments used were: questionnaire applied with teacher and director and note. We conclude that the work developed by the school needs to develop an educational and awareness - raising work with the lunch ladies, whose objective would be to develop the understanding and notion of basic nutritional questions. Teachers are adopting themes related to the students awareness and healthy dietary reeducation, but if in their own school healthy lunch ladies do not yet exist, this becomes incoherent, and their pedagogical work is impaired.

Keywords: Education. School feeding. Healthy eating habits.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

IMAGEM 1: Sala de aula

IMAGEM 2 e 3: Momento da merenda na cantina.

LISTA DE SIGLAS

PNAE – Programa Nacional de Alimentação Escolar

CAE – Conselho de Alimentação Escolar

1 INTRODUÇÃO

O campo da educação tem recebido um interesse maior, sobretudo, na metodologia de ensino, no seu material didático, entre outros. A alimentação escolar também tem sido destacada, pois contribui para/no desenvolvimento físico e mental das crianças. Para tanto, se faz necessária uma alimentação equilibrada e adequada para o desenvolvimento, suprimindo todas as suas necessidades das crianças.

Muitos profissionais não reconhecem que o recreio ou intervalo é um dos momentos mais importante para os alunos. Neste momento, os alunos se reúnem para se sociabilizarem através das brincadeiras, conversas e também para repor as energias com uma alimentação saudável e equilibrada. A merenda escolar, quando combinada com ingredientes adequados para uma alimentação saudável, contribui na melhoria do desempenho escolar, evita doenças futuras, além de promover hábitos alimentares adequados.

Dados crescentes vêm mostrando um grande aumento de crianças com sérios problemas de saúde, um destes é a obesidade. Pesquisa elaborada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), que aborda os Orçamentos Familiares de 2008-2009, mostrou que em cerca de 20 anos os casos de obesidade mais do que quadruplicarão entre crianças de 5 a 9 anos, chegando a 16,6% (meninos) e 11,8% (meninas)¹. A obesidade vem se tornando uma grande vilã para as crianças dessa faixa etária, gerando uma probabilidade de diversos problemas de saúde futuros, que podem perpetuar na fase adulta, devido aos maus hábitos alimentares adquiridos ainda na fase da infância.

A merenda/e ou lanche é uma das refeições intermediárias, servidas nas escolas antes do almoço e antes do jantar, refeição essa que serve para nutrir e repor os nutrientes das energias gastas pelas crianças seja durante o recreio ou no desempenho cognitivo e físico em sala de aula. Para que as crianças venham a ter um bom desempenho em suas atividades escolares a merenda precisa ser distribuída em porções que contenham nutrientes suficientes e necessários para o desenvolvimento nutricional das necessidades do organismo da criança.

Assim sendo, o correto é procurar apresentar uma variedade de lanches saudáveis, de cores variadas, para que as crianças possam despertar o interesse de conhecer, sendo atraídas pelos aspectos visual, olfativo e gustativo do alimento distribuído nas merendas escolares.

¹ Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>
Acesso em: 04/01/2018.

Não podendo esquecer a água, que também deve ser incluída no cardápio, para a hidratação do organismo.

O desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis é um desafio a ser superado e trabalhado no ambiente da escola, pois encontramos muita praticidade nos salgadinhos, refrigerantes, biscoitos, balas, chicletes e etc. Nesta lista, também se encontram os produtos industrializados ricos em gordura, açúcar e sal. O domínio dos salgadinhos e doces ainda se encontra em diversos lanches de alunos, na maioria das vezes o prático nunca é o correto e nem o mais saudável para as crianças.

Os alimentos que citamos não são recomendados para serem incluídos nas merendas escolares, pois possuem baixíssima concentração de nutrientes e fibras. Importante conhecermos que tais alimentos contém uma quantidade excessiva de gorduras saturadas e açúcares que não fazem bem ao organismo, nem para seu desenvolvimento, ao contrário, aumentam os riscos de desenvolverem problemas de saúde.

A família é a grande colaboradora/motivadora do aprendizado de bons hábitos alimentares. Os pais devem educar os seus filhos desde o início, nos primeiros hábitos alimentares que adquiridos na infância, contribuindo assim para o consumo de alimentos saudáveis e variados, conscientizando-os da importância de se comer de forma adequada. Os pais são os responsáveis pelas escolhas da alimentação de seus filhos na infância, além de terem a responsabilidade pela qualidade de vida que seus filhos terão no futuro. Contudo, alguns pais já vêm de uma educação alimentar prejudicada, possuem hábitos alimentares irregulares e não saudáveis, passando estes para os seus filhos. Entendemos que os pais são as primeiras pessoas que se tornam referência para os filhos, quando os pais apresentam hábitos alimentares saudáveis os filhos tendem a desenvolver os mesmos costumes. Fato que reforça a ideia de que a família é uma grande colaboradora neste sentido.

No que se refere à alimentação escolar, sabe-se que as crianças possuem necessidades nutricionais específicas, cabendo a escola zelar pela nutrição das mesmas no ambiente escolar, através de um trabalho pedagógico efetivo em sala de aula e do fornecimento de merenda e refeições saudáveis. Todos nós sabemos da importância de comer bem, pois traz benefícios para a saúde, ajuda a nos manter ativos para realizar as tarefas do dia a dia, além de melhorar o humor. Acreditamos que, para um bom desempenho e desenvolvimento mental e físico das crianças na idade escolar, se faz necessário que as mesmas ingiram uma quantidade ideal de nutrientes o que nos move a questionar também qual a relação entre uma boa alimentação e a educação escolar?

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) indica que a alimentação escolar tem função social e política, sendo percebida como um direito das crianças. (BRASIL, 2008). Neste sentido, a intenção foi identificar se a escola, a qual foi realizada a pesquisa, trabalha nestas duas frentes: desenvolve um trabalho pedagógico educativo com o tema da alimentação saudável e se distribui junto às crianças cardápio coerente com o previsto pelo PNAE. Assim sendo, o objetivo geral é descrever como as professoras dos anos iniciais do ensino fundamental de uma escola do Município de Duas Estradas trabalham a temática da alimentação saudável. Para tanto, verificou-se a maneira como o tema é abordado/trabalhado pelas professoras dos anos iniciais do ensino Fundamental em suas respectivas salas de aula; descreveu-se como o cardápio é elaborado pela/na escola, observando os sujeitos envolvidos nesta seleção e elaboração, se este condiz com o que é referendado no PNAE.

Na disposição dos capítulos, iniciamos com um capítulo introdutório, em seguida apresentamos a metodologia utilizada, em seguida abordamos as questões da alimentação escolar e os marcos legais. Logo após, refletimos sobre a alimentação saudável na merenda escolar, no qual apresentamos algumas reflexões sobre os achados e, por fim as considerações.

2 METODOLOGIA

Utilizamos na pesquisa a abordagem qualitativa, posto que tenha “o ambiente como fonte direta dos dados. Mantendo o contato direto com o objeto de estudo e pesquisa, necessitando de um intensivo trabalho de campo” (PRODANOV E FREITAS, 2013, p. 70).

A presente pesquisa se classifica como descritiva, pois “Procura descobrir a frequência com que um fato ocorre, sua natureza, suas características, causas, relações com outros fatos” (PRODANOV E FREITAS, 2013, p. 52). A pesquisa foi realizada numa escola do Município pertencente ao Município de Duas Estradas/PB. Utilizamos como instrumentos para a coleta dos dados o questionário aplicados ao professor e diretor, da referida escola bem como, observação nas áreas comuns, cujo foco foi o tipo de cardápio servido durante o período destinado a observação. Com relação ao período de pesquisa, destinamos duas semanas de observação dos cardápios servidos na escola, observando a reação dos alunos e seus comentários sobre o mesmo.

Como exposto, realizamos entrevista com uma professora do 1º ano do ensino fundamental, com 15 alunos frequentando as aulas e a diretora da Escola. A escola possui 102 alunos matriculados. A estrutura física da escola é composta por dois pátios, uma secretarias, uma sala de informática, dois banheiros, uma sala de vídeo, uma cantina e seis salas de aula com cadeiras e mesas de acordo com a idade das respectivas crianças. As imagens que seguem ilustram um pouco da rotina e dos ambientes da escola.

Imagem 1: Alunos em sala de aula .



Fonte: Produzida pela pesquisadora.

Imagem 2: Momento da merenda na cantina.



Fonte: Produzida pela pesquisadora.

Imagem 2: Momento da merenda na cantina.



Fonte: Produzida pela pesquisadora.

3 A ALIMENTAÇÃO ESCOLAR E OS MARCOS LEGAIS

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) pertence ao programa do governo, busca desenvolver atividades que promovam e desenvolvam a formação de hábitos alimentares saudáveis na vida escolar dos alunos. O PNAE é importante para o funcionamento da merenda escolar saudável, pois regulamenta a alimentação escolar através da socialização das necessidades nutricionais das crianças nas redes de ensino do país.

Aos professores cabe incentivar os alunos, através de um trabalho pedagógico e de práticas comuns de alimentação diária saudável. A participação da comunidade escolar, com parceria do nutricionista, do CAE, da merendeira, da direção, dos professores, pais e alunos, num único propósito: que todos se comprometam em garantir a qualidade de uma alimentação saudável para as crianças.

Uma das funções do PNAE é assegurar que a criança receba alimentos adequados e com qualidades que seja o suficiente para que incentive os alunos a permanecerem na escola, através da satisfação em sala de aula e uma boa merenda escolar. A merenda escolar é um direito que a Constituição Federal garante às crianças que estão regularmente matriculadas nos sistemas de ensino em todo o país. O PNAE contribui de forma significativa com o fortalecimento e o desenvolvimento de uma educação alimentar escolar mais saudável, além de respeitar os hábitos culturais de cada região (BRASIL, 2008). Dentre os princípios do PNAE, estão a democratização do atendimento, a equidade, o respeito aos hábitos alimentares do nosso povo, descentralização das ações e participação social (BRASIL, 2008). O PNAE é percebido como uma das oportunidades de boa parte das crianças terem uma refeição decente preenchendo as necessidades nutricionais no ambiente escolar, contribuindo para o aprendizado dos alunos.

A Constituição Federal de 1988 em seu Artigo 6º insere a alimentação como um dos direitos sociais, juntamente com a educação, saúde, moradia, lazer, trabalho entre outros (BRASIL, 1988). Tal regulamento ressalta o direito de todos os alunos terem uma alimentação de qualidade. Em seu Art. 208, inciso IV e VII, trata a alimentação escolar como um dever do Estado, pois é um direito que todos os alunos regularmente matriculados na Educação Básica possuem (BRASIL, 1988). O PNAE estabelece que a “alimentação é um direito que todo indivíduo possui independente de gênero, adulto ou criança, sozinho ou em sociedade, com condições ou não econômicas” (BRASIL, 2008, p. 18).

O PNAE abrange toda à faixa etária de idade dos alunos matriculados nas escolas de rede pública, da educação infantil ao ensino médio, sem se importar com classe social, raça ou

religiões. O PNAE é visto pelo Ministério da Educação, como intermediário para uma alimentação alimentar saudável entre a família e a escola. Sendo assim, contribui preenchendo a lacuna da falta de nutrientes dos alunos que não possuem uma alimentação mais balanceada em casa, ou mesmo dos que não tem acesso a uma alimentação regulada, acaba auxiliando nesta questão social (BRASIL, 2008).

As ações que tratam da alimentação escolar pode se estender a organização de hortas escolares podendo ser usada na metodologia de ensino aprendizagem dos alunos, além de oferecer alimentos que foram plantados, cultivados e colhidos pelos os próprios alunos, para consumo diário em sua merenda escolar. Prática que pode ser trabalhada de forma a conscientizar os alunos sobre as responsabilidades que eles possuem com seu bem estar, promovendo uma reeducação alimentar.

São várias as práticas pedagógicas que podem ser trabalhadas pelos professores no ambiente escolar sobre este tema. A merenda escolar saudável possui um leque de opções, como, por exemplo, na disciplina de Ciências, que se tem a possibilidade para se realizar atividades onde os alunos adquirem os conhecimentos da composição dos alimentos, aspectos físicos e valores nutricionais e a importância destes valores para um desempenho e rendimento físico e mental completo para a rotina escolar (BRASIL, 2008).

Com todo esse trabalho de conscientização os alunos adquirirão conhecimentos, orientação e formação com isso formarão suas próprias opiniões a respeito de sua alimentação. Estes alunos se tornarão adultos capazes de fazer suas escolhas e seus conhecimentos adequados ao consumo de seus alimentos para uma alimentação adequada e saudável. Devido às preocupações é importante que os cardápios da merenda sejam elaborados por profissionais, especialistas na área de alimentação e nutrição. Lembrando-se de respeitar os hábitos alimentares de todas as culturas, crenças e costumes alimentares.

3.1 Alimentação e nutrição

O PNAE tenta garantir uma alimentação saudável, mas para isso se faz necessário um trabalho coletivo entre o programa, os profissionais ligados a área da nutrição, o Conselho de Alimentação Escolar (CAE), os profissionais da escola (merendeiras, professores, alunos) e pais, enfim toda a comunidade escolar (BRASIL, 2008).

O papel do nutricionista é garantir que a escola cuide da qualidade e fiscalização da merenda escolar. Dentre as funções do nutricionista temos:

a avaliação nutricional e de consumo alimentar dos alunos;

a adequação alimentar, considerando necessidades específicas da faixa etária atendida;

a avaliação e solicitação de equipamentos e utensílios para o preparo da alimentação;

os programas de educação alimentar e nutricional, visando aos alunos, pais, professores, funcionários e diretoria da escola;

a aplicação do teste de aceitabilidade, instrumento que permite saber se o cardápio elaborado está sendo aceito pelos alunos, de modo a evitar o desperdício;

o atendimento individualizado de pais e alunos, orientando sobre alimentação da criança e da família;

a elaboração da pauta, lista ou relação de compras, que indicará quais os gêneros alimentícios e as quantidades a serem compradas, que permitirá a preparação do cardápio planejado;

apoio à elaboração do projeto básico ou termo de referência que conduzirá o processo de compra;

a elaboração de manual de boas práticas de acordo com a realidade da unidade escolar; e

a identificação de crianças portadoras de doenças e deficiências associadas à nutrição, entre outras atividades. (BRASIL, 2008, p. 35).

O cardápio da merenda no âmbito da escola é elaborado com a ajuda do Conselho de Alimentação Escolar (CAE), o qual deve garantir que a merenda escolar tenha um valor mínimo nutricional de 30% para os alunos de Creches, Educação Infantil e Ensino Fundamental. Para as escolas que estejam inseridas em áreas remanescentes o percentual é de 15% dos valores nutricionais (BRASIL, 2008).

Dessa maneira, o nutricionista define o cardápio alimentar das escolas (lanches e demais refeições), orientando as escolhas e alimentos que são importantes os alunos consumirem (BRASIL, 2008). Para os nutricionistas existe três preocupações que devem estar presentes na formação dos cardápios das merendas escolares:

O que oferecer aos alunos para que tenham as necessidades nutricionais garantidas?

O que oferecer aos alunos para que adquiram, mudem ou aprimorem seus hábitos alimentares?

Como contribuir com os alunos que possuem problemas de saúde?

(BRASIL, 2008, p. 38)

Como observado, as escolas podem utilizar tais questões como forma de reflexão e construção de projetos pedagógicos vinculados a esse tema. Contudo, não descartamos as contribuições e a presença de um profissional que entenda do assunto, o nutricionista, caso seja possível.

3.2 A importância do cardápio de alimentação escolar e as regras para sua elaboração.

O cardápio para a merenda escolar, na escola pesquisada foi enviado pela secretaria, pois segundo a direção, toda decisão referente ao cardápio da merenda é tomada antes de chegar a mesma, pela Secretaria do Município. A direção cabe executar durante o mês todo o cardápio previamente elaborado. O PNAE informa que a alimentação escolar e o cardápio devem ficar a cargo do nutricionista. Caso tenha alguma rejeição por parte dos alunos, a direção juntamente com a merendeira ficam responsáveis por fazerem as alterações, conforme a escola e as escolhas dos alunos. O processo de escolha do que será servido deve ser decidido em um planejamento escolar, o qual deve prevê uma alimentação equilibrada, balanceada e com valores nutricionais adequados. A merenda escolar diversificada precisa ser de boa qualidade, nutricional, higiênica, saborosa e readaptada aos recursos e alimentos de suas regiões locais e com aparência legal para que chame a atenção dos alunos. Além disso, deve-se observar a estrutura física dos refeitórios no qual as refeições serão servidas (BRASIL, 2008).

3.3 O cardápio planejado

Na escola pesquisada, a merenda escolar funciona, conforme as orientações da secretaria, de onde vem o cardápio já pronto e elaborado, que por sua vez, recebe todo o cronograma do cardápio do PNAE, ou seja, tudo já vem escolhido. O PNAE visa preencher as necessidades nutricionais dos alunos em todas as fases, cujo propósito é melhorar o desempenho e rendimento escolar.

Sabemos que toda criança com fome não se concentra nas atividades escolares, muito menos se desenvolve no processo de ensino e aprendizagem em sala de aula. O PNAE é tido como um programa que pode fazer valer e suprir as necessidades nutricionais dos alunos em idade escolar, com a alimentação adequada no período regular das aulas. Contudo, os professores e a direção da escola precisam trabalhar a conscientização e o aprendizado ensinando-os a importância de uma merenda saudável, que contribua com o desenvolvimento e a saúde dos alunos. Os alimentos que são servidos nas escolas possuem algumas restrições. Dentre elas estão, os que podem provocar em algum aluno intolerância, os lanches industrializados e o refrigerante.

O PNAE indica que a elaboração do cardápio alimentar precisa ser realizada mediante uma consulta em geral, que poderia ser em uma reunião entre pais, direção e professores, com o objetivo de contribuir para a melhoria das necessidades nutricionais e a construção de

hábitos alimentares mais saudáveis entre as crianças, contribuindo assim com a saúde das mesmas (BRASIL, 2008).

Nos últimos anos as crianças estão enfrentando problemas de saúde seríssimos como obesidade e desnutrição. A escola como lugar privilegiado de ensino, tem um papel importante na reflexão desses problemas e na mudança de hábito, juntamente com as Secretarias de Saúde dos Municípios, através das Unidades de Saúde da Família. Ambas estão trabalhando em prol da melhoria da saúde, com especial destaque na fase inicial da vida. Quando se unem em campanhas, em muitos momentos estão avaliando os alunos da rede pública de ensino, trocando informações necessárias sobre eles e ao mesmo tempo informando aos pais problemas de saúde descobertos com essa parceria (BRASIL, 2008).

Assim sendo, para que a escola possa intervir na elaboração de um cardápio escolar é necessário que tenha informações sobre as possíveis necessidades nutricionais dos alunos, em caso de uma particularidade, como por exemplo alguma deficiência na saúde do aluno acompanhado junto a um médico. Neste sentido, faz-se necessário que o nutricionista tenha consciência que alguns alunos precisam de uma alimentação diferenciada. Esse é um desafio no cotidiano escolar, incluir na merenda um cardápio que possa favorecer a todos, inclusive onde todos se alimentam da mesma refeição suprimindo as necessidades de todos para um desempenho e desenvolvimento físico e mental (BRASIL, 2008).

4. ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA MERENDA ESCOLAR

Um das funções primordiais do professor é intermediar o processo de ensino e aprendizagem, contribuindo com a apreensão, conscientização e sedimentação do conhecimento trabalhado em sala de aula, observando o seu efetivo aprendizado. Assim sendo, os conhecimentos socializados e apreendidos pelos alunos, no que se refere a uma alimentação saudável, possibilitam a aquisição de hábitos alimentares saudáveis, o que repercute na sua futura qualidade de vida.

Ao perguntar a uma professora formada em Geografia, com especialização em Ciências Ambientais e com mais de vinte anos de sala de aula na mesma escola, se trabalha o tema da alimentação saudável em sala de aula e de que forma. Como os alunos reagem? A mesma respondeu que

Sim, com atividades e demonstração de alimentação saudável em sala de aula, todos contribuem com um pouco de conhecimento, que acham correto ou que o pai ou a mãe fala tenham falado mas aí vêm a realidade que muitas crianças, que inclusive são meus alunos, vivem em uma situação difícil, não apenas em minha sala, mas acredito que em toda escola, mas sempre foi difícil a merenda escolar, pois algumas vezes é algo que as crianças nem gostam, pronto umas semanas dessas uma estagiária permaneceu conosco em sala de aula durante duas semanas e ela trabalhou, o tema Alimentação saudável - Merenda Escolar, e no último dia da aula da “estagiária” ela mesmo levou diversas frutas, fez uma mesa onde todas as crianças, puderam lembrar o que se tinha estudado durante a semana que ela ficou dando aula pro estágio da mesma. Fizeram uma festa quando viram aquela mesa, perguntaram se podiam comer logo a estagiária respondeu que sim, logo após a aula, todos poderão comer, e em seguida elas fez os pratos e serviu para os alunos, teve crianças que pediu pra repetir, acredito eu, que em algumas casas não possui frutas em sua alimentação ou se possui em quantidade insuficiente.

Quando perguntada sobre como esse tema poderia ser trabalhado pedagogicamente pela escola, a professora respondeu que seria através de aulas de campo, aulas de culinárias. Então perguntamos como esta temática poderia ser trabalhada nos anos iniciais do ensino fundamental. A professora respondeu que através de aulas e atividades demonstrativas. Como aconteceu a realização de um projeto dentro da escola com o tema Projeto Viva Saudável, incluindo alimentação saudável e higienização, com a coordenadora da educação infantil, perguntei também a professora S quais os conteúdos que poderiam ser associados no trabalho com este tema? Com rapidez e segurança ela respondeu, de forma afirmativa “pois já tinha feitos atividades com esse tema Saúde, higiene pessoal e meio ambiente” Foi perguntado se tinha algumas atividades que poderiam ser desenvolvidas com esta temática, ela respondeu que: “aulas de campo, pesquisas e demonstração, pois através dessas atividades a capacidade

de aprendizado e fixação do conteúdo aumenta se tornando mais fácil o aprendizado”. Perguntamos a mesma sobre a elaboração do cardápio escolar da escola a mesma disse: “bom pelo pouco que eu sei o cardápio já vêm pronto, direto da secretaria, como o programa do Pnae manda para as escolas e dessa maneira são feitas para as merendas do dia a dia”.

Quando perguntada sobre o que achava disso, respondeu “que não se metia na merenda, mas que muitas das vezes a merenda deixava a desejar no critério alimentação saudável”. Observamos em conversa com a professora S, que mesmo com o PNAE as merendas escolares ainda deixam muito a desejar. Mesmo com o CAE fiscalizando a merenda escolar, ainda encontramos uma baixa qualidade de alimentação escolar.

Buscamos conhecer como funciona a merenda escolar a partir da visão da direção. A diretora é formada em Logus II, tem trinta e um anos de profissão e estava a dez meses à frente da direção da escola pesquisada. Perguntamos como costumava ser a merenda dos turnos manhã e tarde. Possui algum tipo de alimentação saudável? A mesma respondeu que “Sim, Possui, todos os dias possui um alimento saudável complementando a merenda”. Continuando, perguntei como é elaborado o cardápio da escola. A diretora respondeu que “O cardápio da escola já vêm pronto, o responsável por isso é o programa do Pnae”. Certo, mas quem repassa para a escola? A diretora respondeu que é a Secretaria de Educação.

A escola conta com um Conselho de Alimentação Escolar? “Sim. Mas o conselho não possui muito poder de decisão, pois quando chega o cardápio da merenda a escola já chega pronto” esta foi sua resposta. Ainda insistindo, procuramos saber como ela percebia este fato, se isso era o correto, ela me respondeu “porque veio através da secretaria de Educação do Município e se eles mandam acredito eu que eles saibam o qual é correto”.

No momento da conversa com a diretora, uma das merendeiras interrompeu e questionou a diretora sobre o que iria ser feito para a merenda da tarde, pois o que estava no cardápio da merenda, não se tinha na escola. Acertaram que seria frango, que deveria se fazer e preparar a merenda. Neste momento, observamos que algumas merendeiras tomavam, em certo nível, o poder de decisão, reelaborando o cardápio de acordo o contexto da escola. A merendeira deu a ideia de se fazer leite com biscoito, mas a diretora prontamente, falou que não, que iria ligar para alguém. Acreditamos que seria para a Secretaria de Educação, para se resolver aquela situação. Até o término da entrevista, não tivemos resposta sobre o que ficou resolvido.

Continuando a pergunta. Aqui possui o CAE? A diretora respondeu que “sim”. Quem são os membros do CAE na escola? Ela listou alguns nomes, mas não informou sua função. Com relação ao cardápio, é elaborado semanalmente ou mensalmente? A diretora afirmou que “o cardápio é elaborado mensalmente, e quando chega a escola, já chega com todos os cardápios elaborados e decidido para o mês todo, pela secretaria de educação”. Questionamos com a diretora se a escola não poderia ter autonomia na escolha do cardápio? Ela falou que

apenas quando a merenda não está sendo bem aceita pelos alunos, que a direção decidi juntamente com a merendeira do turno o que fazer para ocupar o lugar da merenda que não teve uma aprovação boa por parte dos aluno.

Antes de perguntar se a escola desenvolve algum trabalho pedagógico educativo no que se refere à construção de hábitos alimentares saudáveis, ela já foi logo apresentando a Coordenadora da Educação infantil e falando que inclusive na referida semana aconteceu a realização do Projeto Vida Saudável, na semana no dia 10.10.2017. Projeto esse realizado pela referida coordenadora, a qual socializou o projeto impresso. Observamos após leitura do mesmo que o projeto abordava hábitos alimentares, higiene e saúde e contou com a participação de profissionais da saúde, que trataram da higienização pessoal e de nutricionista convidada pela direção, que tratou de hábitos alimentares através da exposição de cartazes que abordavam a questão da alimentação saudável e não saudável.

O que se observa é que uma das grandes dificuldades de se ter uma alimentação equilibrada é que às vezes o cardápio é um e o oferecido é outro. Diversos fatores podem contribuir para esta distorção, como uma merendeira que desenvolva outra função na escola e por este motivo não teve tempo para preparar a merenda do cardápio. A insatisfação dos alunos em relação à determinada merenda, pode ser outro motivo, pois podemos observar que os alunos, na maioria das vezes, não são perguntados sobre o tema. Falta de diálogo entre professores, gestores e merendeiros sobre o assunto da merenda. Sabemos que a alimentação na escola não é um tema muito discutido, mas acreditamos o debate promoverá uma contribuição a saúde, contribuindo com o rendimento escolar das crianças e a construção de hábitos alimentares mais saudáveis.

Ao analisarmos as respostas da diretora mediante os questionamentos, que ela se dispôs a responder, pudemos perceber que ela faz tudo conforme a Secretaria designa. Quando perguntada por qual motivo não tomava a decisão da elaboração do cardápio da merenda escolar, ela falou que ficava a cargo da Secretaria de Educação, exceto quando os

alunos não aprovam o cardápio oferecido. Mas, por que será que os alunos não aceitam bem alguns cardápios e merendas, se elas são elaboradas conforme as atribuições do PNAE?

Acreditamos que em alguns momentos eles não são executados como o PNAE orienta. O PNAE recomenda que seja servida uma merenda escolar saudável e balanceada, diferente do que propôs a merendeira (leite com bolacha). Acreditamos que a mesma deveria ser a primeira a defender e propor uma merenda escolar mais saudável. Contudo, estamos cientes de que não são profissionais da área. O PNAE prevê que, em todas as escolas existam um cardápio sendo executado, mediante suas orientações, prevendo que o bom desempenho, desenvolvimento e rendimento escolar estão sendo garantidos nos sistemas de ensino do país (BRASIL, 2008).

Sabemos que, tal garantia é flexibilizada mediante o contexto das escolas e dos sistemas de ensino. Uma alimentação de qualidade com valores nutricionais que possam oferecer nutrientes capazes de produzir energias e disposição aos alunos é algo que se almeja e em muitos sistemas de fato ocorre. Na referida escola, algumas vezes realmente é servido leite com biscoito, macarrão com carne moída, iogurte com pão, pão e carne moída com sucos. O que se questiona é se esses cardápios garantem aos alunos a reposição nutricional adequada. E como fica o trabalho pedagógico com a alimentação saudável? E a construção de hábitos alimentares saudáveis?

O CAE é o órgão responsável pela fiscalização e execução do programa PNAE nas escolas, mas o que se percebe é que os participantes do conselho não possuem o conhecimento do mesmo. Ao perguntar a direção da escola, se existia esse conselho, a diretora não soube responder com exatidão, pediu ajuda a uma das coordenadoras que estava a mais tempo na escola. A diretora, como relatado anteriormente, só tinha dez meses na direção da escola. Diante da situação, procuramos saber se o conselho existia e quais os participantes. Mesmo com dúvidas e, ainda perguntado a outros professores do turno, a coordenadora conseguiu me passar três nomes, mas sem saber seus cargos no conselho. Acreditamos que o CAE, possuía dificuldades na fiscalização, para fazer valer o que o PNAE recomenda. Seria a falta de um incentivo financeiro? Já que os participantes do CAE têm apenas acesso ao cargo e suas atribuições, ao status de conselheiro, mas não recebe nenhuma remuneração por isso.

Com relação às professoras dos anos iniciais do Ensino Fundamental da escola pesquisada, trabalham com a temática alimentação saudável, através de aulas práticas. Fazem com que seus alunos tenham acesso através de demonstração, com rodas de conversas,

atividades trabalhadas com rótulos de embalagens, no qual cada aluno trazia para a sala de aula diversas embalagens. A partir de então, eram trabalhadas as descrições das embalagens, em seguida, discutiam para que serviam aqueles alimentos ou produtos em nosso organismo, qual a função deles. No caso do refrigerante, o que ele fazia dentro do nosso corpo. Tudo isso a professora estudava com os alunos. Cada criança falava algo diferente, uns falavam que não acontece nada e é gostoso, outros falavam que fazia mal.

No que se refere ao PNAE, o mesmo prevê a garantia do direito à uma alimentação de qualidade na merenda saudável, mas até o momento não foi o que encontramos na escola pesquisada. A merenda é oferecida, mas não de acordo com as informações do PNAE, pois em muitas vezes a direção da escola, não possui o conhecimento destas, no que se refere aos valores nutritivos que os cardápios necessitam ter.

5. ALGUMAS CONSIDERAÇÕES

Analisando e refletindo sobre a pesquisa desenvolvida e mediante o que recomenda o PNAE e seus órgãos fiscalizadores, observamos que ocorre diferença entre o que se recomenda e a realidade cotidiana na escola. Acreditamos que se os responsáveis fizessem valer as recomendações contidas no PNAE, teríamos nas escolas crianças bem alimentadas, conscientes da importância de se alimentar de forma saudável, pois a construção de hábitos alimentares saudáveis é importante para o bom rendimento escolar. A alimentação saudável serve como prevenção, pois o que comemos hoje irá nutrir e prevenir futuros problemas de saúde na fase adulta. Este é um processo que deve ser desenvolvido desde a infância, e a escola é o lugar privilegiado para este trabalho. Contudo, precisa do acompanhamento da família. O trabalho de conscientização de consumo de alimentos saudável é algo que deve ser coletivo, só assim teremos condições de termos uma melhor qualidade de vida.

A escola precisa desenvolver um trabalho educativo e de conscientização junto às merendeiras, cujo objetivo seria desenvolver a compreensão e noção de questões nutricionais básicas, que as possibilitasse o desenvolvimento de cardápios diferenciados e criativos, mediante realidade da escola. As merendas não seguem a risca os cardápios elaborados. Seria interessante se as merendeiras trabalhassem juntamente com os professores e a direção objetivando a construção de bons hábitos alimentares.

Assim sendo, acreditamos que a alimentação saudável é uma temática na qual as escolas precisam melhorar no seu desenvolvimento, mas já se foi dado um passo de conscientização dos professores. As aulas e projetos desenvolvidos até então não abordavam a temática alimentar e, muito menos, a merenda saudável. Acreditamos que a merenda saudável, ainda está longe de acontecer em muitas escola das redes públicas, talvez devido a burocracia que temos em relação a elaboração dos cardápios, sem levar em consideração a opinião do alunado que são os mais interessados.

Os professores estão adotando temáticas relacionadas à conscientização e a reeducação alimentar saudável dos alunos, mas se em sua própria escola a merenda saudável, não existe ainda, isto se torna incoerente. Todo o trabalho pedagógico de argumentação feita em sala de aula em prol de uma alimentação equilibrada e balanceada é jogado fora em muitos momentos. Então, faz-se necessário que ambos possam caminhar juntos num trabalho coletivo e colaborativo, para que aconteça um aprendizado satisfatório.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Secretaria de Direitos Humanos da Presidência da República Direito à alimentação adequada. – Brasília: Coordenação Geral de Educação em SDH/PR, Direitos Humanos, Secretaria Nacional de Promoção e Defesa dos Direitos Humanos, 2013.

MACEDO, Amanda Cristyne. GIASSI, Bianca V.. OLIVEIRA, Denise M. de. Alimentação saudável: a importância da orientação na fase escolar. Trabalho de Conclusão do Curso de Técnico de Enfermagem/IFSC- Joinville, 2014. Disponível em: <http://joinville.ifsc.edu.br/~bibliotecajoi/arquivos/pi/enfermagem2014/170975.pdf> . Acesso em: 16/11/2017.

PRODANOV, Cleber Cristiano. **Metodologia do trabalho científico [recurso eletrônico]: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico** / Cleber Cristiano Prodanov, Ernani Cesar de Freitas. – 2. ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>. Acesso em: 04/01/2018.

APÊNDICES

Apêndice A – Questionário aplicado á direção



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA À DISTÂNCIA**

MODELO 1: DIREÇÃO

PERFIL PROFISSIONAL

Nível de Formação:

Curso:

Especialização:

Tempo de profissão:

Está à frente da direção desde:

QUESTIONÁRIO

Como costuma ser a merenda dos turnos manhã e tarde? Possui algum tipo de alimentação saudável?

Como é elaborado o cardápio da escola?

A escola conta com um Conselho de Alimentação Escolar?

Quem são os membros do CAE na escola?

O cardápio é elaborado semanalmente ou mensalmente?

A escola tem autonomia na escolha do cardápio?

A escola desenvolve algum trabalho pedagógico educativo no que se refere à construção de hábitos alimentares saudáveis?

Agradecemos sua participação!

Apêndice B – Questionário aplicado à professora



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA CENTRO DE EDUCAÇÃO CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA À DISTÂNCIA

MODELO 2: PROFESSOR

PERFIL PROFISSIONAL

Nível de Formação:

Curso:

Especialização:

Tempo de profissão:

Turma que leciona:

QUESTIONÁRIO

Você trabalha/ou trabalhou o tema da alimentação saudável em sala de aula? De que forma?

Como esse tema poderia ser trabalhado pedagogicamente pela escola?

Como esta temática poderia ser trabalhada nos anos iniciais do ensino fundamental?

Quais os conteúdos que poderiam ser associados no trabalho com este tema?

Cite algumas atividades que poderiam ser desenvolvidas com esta temática.

Como é elaborado o cardápio de alimentação na escola?

Agradecemos sua participação!