



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UnICEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

**ANÁLISE DOS MÉTODOS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E
NUTRICIONAL EM UMA ESCOLA PARTICULAR NO GAMA**

Débora de Matos Carvalho
Maína Ribeiro Pereira Castro

Brasília, 2018

RESUMO

Introdução: O processo de globalização aumentou o nível de mortes causadas por doenças crônicas não transmissíveis. Uma parcela desses problemas se origina na infância. A Educação Alimentar e Nutricional possui um papel conjunto com a escola, de promover bons hábitos alimentares nas crianças para que no futuro, essas tenham um estilo de vida mais saudável, uma vez que a escola possui um papel importante na formação do comportamento alimentar. **Objetivo:** Analisar os métodos de Educação Alimentar e Nutricional aplicados em uma escola particular no Gama. **Metodologia:** O presente estudo é uma pesquisa descritiva e transversal. A coleta de dados foi feita em uma escola particular, a qual tem um profissional nutricionista que acompanha os alunos e que também monitora a qualidade do lanche escolar. Foi feita uma entrevista com a nutricionista responsável pela unidade para verificar seu grau de autonomia, quais atividades realiza com os alunos, quais métodos de Educação Alimentar e Nutricional são aplicados na escola e dificuldades encontradas. **Resultados:** apesar de pouco apoio dos familiares dos alunos e dos colaboradores da escola, a nutricionista aplica métodos que condizem com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira e incluem princípios de Educação Alimentar e Nutricional propostos pelo Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. **Conclusão:** A presença de um profissional nutricionista nas escolas de ensino privado e público, é importante para que haja a correta aplicação de conteúdos relacionados a nutrição, treinamento dos professores a respeito de como colocar a educação alimentar no ensino dos alunos e garante a segurança higiênico-sanitária dos lanches escolares.

Palavras-chave: Educação alimentar; Educação nutricional; Escolares; Merenda escolar; Nutrição da criança.

INTRODUÇÃO

O processo de globalização aumentou o número de mortes causadas por doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como obesidade, hipertensão e diabetes, além dos transtornos alimentares como a anorexia nervosa. Uma parcela desses problemas se origina na infância e/ou adolescência. Compreende-se que a infância é a fase formadora de hábitos e preferências alimentares, podendo sofrer alterações conforme a inserção da criança na sociedade (RAMOS; SANTOS; REIS, 2013).

A escola pode tornar-se um ambiente promotor do comportamento alimentar adequado, facilitando o processo de educação alimentar e nutricional (BEZERRA et al, 2017), já que possui papel importante na formação do comportamento alimentar uma vez que a criança sai do círculo familiar e entra em outro grupo social, tendo contato direto com alimentos de variados tipos e origens e influências dos comensais, modificando suas escolhas e hábitos alimentares (RAMOS; SANTOS; REIS, 2013).

A alimentação é um direito básico do ser humano e deve ser garantido e cumprido pelo Estado. A alimentação adequada e saudável é um fator importante quando o assunto é promoção da saúde. Nesse contexto, a Educação Alimentar e Nutricional, aqui mencionada como EAN, é uma estratégia de promoção da saúde para a prevenção e controle dos problemas de saúde que envolvem alimentação (GENTIL; BANDEIRA, COUTINHO, 2017).

Segundo Gentil et al (2017), EAN pode ser entendida como uma área multiprofissional, intersetorial e transdisciplinar, de práticas e conhecimento contínuo e permanente cujo objetivo é a promoção da prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. Tratando-se de uma política pública, a Educação Alimentar e Nutricional deve ser associada aos princípios organizativos e doutrinários da área onde está sendo aplicada, tendo como base o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (BRASIL, 2012).

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), para uma alimentação equilibrada e saudável, a população deve priorizar o consumo de alimentos in natura e minimamente processados (alimentos que sofreram pouco ou nenhum tipo de processamento), limitar o consumo de alimentos processados (aqueles que passaram por processamento de adição de açúcares, sal, óleo ou outros componentes em sua formulação) e evitar os ultraprocessados (alimentos que contém

grandes quantidades sal, gordura e açúcar em sua composição além de outros componentes industriais, tornando-se desbalanceados na composição nutricional).

Segundo Carvalho et al (2014), os lanches escolares adquiridos em cantinas escolares (lanchonetes), que é a opção mais acessada por estudantes de escolas privadas, podem contribuir com 25 a 50% dos nutrientes totais que devem ser ingeridos em um dia, onde a maioria possuem alto valor calórico e baixo valor nutricional, contribuindo para o desenvolvimento de DCNT.

A alimentação escolar associada a ações de Educação Alimentar e Nutricional e políticas públicas, é importante para assegurar os direitos humanos da criança à alimentação de qualidade, além de melhorar o consumo alimentar dos escolares e desenvolver hábitos alimentares saudáveis e escolhas saudáveis, podendo transformá-los em pontos-chave na família e comunidade para a mudança de comportamento alimentar (FAO,2018)

A escolha do tema desta pesquisa justifica-se em razão da importância das ações de EAN em escolares, pois promovem a construção de saberes sobre as escolhas alimentares, provocando resultados duradouros. É de suma importância associar práticas de EAN e estratégias de incentivo, para a concretização da promoção de hábitos alimentares saudáveis, prevenindo prejuízos futuros. Muitas escolas do ensino público e privado no Brasil, ainda não fazem uso dos métodos de EAN, dificultando a aceitação dos indivíduos por alimentos in natura e minimamente processados, e aumentando seu consumo de produtos processados e ultraprocessados durante a adolescência e vida adulta.

Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi analisar os métodos de Educação Alimentar e Nutricional em uma escola do sistema privado no Gama, Distrito Federal, tendo como requisito a escola ser assistida por um profissional nutricionista.

OBJETIVOS

Objetivo primário

Analisar os métodos de Educação Alimentar e Nutricional em uma escola particular do Gama.

Objetivos secundários

- ✓ Avaliar a aplicação dos princípios de Educação Alimentar e Nutricional na escola observada, com base no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas;
- ✓ Discutir sobre a importância de métodos de Educação Alimentar e Nutricional para o público escolar;

MATERIAIS E MÉTODOS

Sujeitos da Pesquisa

Escola analisada.

Desenho do estudo

O presente estudo caracteriza-se como um estudo de caso.

Amostra

Os critérios de inclusão para a pesquisa foram que a escola particular selecionada tivesse uma nutricionista responsável técnica da Unidade de Alimentação e Nutrição da escola e que esta tivesse interação direta com os alunos.

Foram excluídos os participantes que não apresentarem o TCLE – participantes e/ou desistirem em alguma etapa do projeto.

Metodologia

A coleta de dados foi feita em uma escola particular na cidade-satélite do Gama, onde a mesma tem um profissional nutricionista que atua tanto no acompanhamento dos alunos, como na UAN (Unidade de Alimentação e Nutrição) da instituição. Na escola estudada, o sistema é privado e atende desde a Educação Básica do Ensino Fundamental (1º ao 9º ano) até o Ensino Médio, sendo a educação básica ensino parcial e integral. O número total de alunos contemplados pela escola, não foi fornecido a pesquisadora por ausência da direção.

A escola oferece três refeições para os alunos, sendo lanche matutino, almoço e lanche vespertino. De acordo com dados oferecidos pela nutricionista da escola, são oferecidas 190 refeições no lanche matutino, 315 refeições no almoço e 210 refeições no lanche vespertino. Os alunos que não levam seus lanches de casa, ou que não comprem na lanchonete da escola, podem ter acesso à merenda escolar, desde que seus pais e/ou responsáveis paguem a taxa do lanche inclusa na mensalidade escolar.

A UAN da escola não faz todas das preparações servidas, apenas as que são feitas com os alunos nas aulas práticas e algumas preparações do cardápio planejado, em razão da escola ter um sistema de comida transportada, onde são atendidos todas

os critérios higiênico-sanitários na preparação e transporte das refeições. As refeições são preparadas e transportadas pela central de produção localizada no Guará, onde são feitas as principais preparações como arroz, feijão e carnes, assim como também os cardápios são planejados pela nutricionista da central e enviados à todas as unidades da empresa

Para a profissional nutricionista, foi entregue um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Participantes (APÊNDICE A) juntamente com um questionário que foi aplicado na forma de entrevista (APÊNDICE B).

Após a coleta de dados com a participante, foi feita a análise de quais métodos e princípios de EAN são aplicados a partir da entrevista à mesma. Foi registrado as dificuldades que o profissional nutricionista encontra ou encontrou, para a aplicação das práticas de EAN na instituição, grau de autonomia, atribuições dentro da escola, perfil nutricional dos alunos, participação da comunidade escolar e dos pais dos alunos.

A coleta de dados foi feita no mês de novembro de 2018, durante um dia, como havia disponibilidade da nutricionista para entrevista.

Análise de dados

A análise dos métodos de EAN aplicados na escola foi feita com entrevista ao profissional nutricionista da escola e analisado de maneira qualitativa e avaliativa.

Para a análise, foi utilizado o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas e o Guia Alimentar para a População Brasileira.

Aspectos Éticos

Antes da submissão do projeto ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), foi solicitada à instituição participante a assinatura no Termo de Aceite Institucional. A coleta de dados foi iniciada após a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa do Uniceub CAAE 97456918.4.0000.0023, como está no Parecer nº 3.019.054 e assinatura dos participantes do TCLE para participantes (APÊNDICE A).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A nutricionista da escola, cumpre uma jornada de trabalho de 40 horas semanais e suas funções na escola se dividem em responsável técnica do refeitório (UAN), acompanhar a distribuição dos lanches, preceptora de estágio de nutrição na escola e faz atendimento nutricional com alunos que possuam alguma necessidade alimentar específica. Segundo a nutricionista, o perfil nutricional dos alunos varia entre alunos considerados saudáveis, casos de obesidade infantil, intolerantes a lactose e sobrepeso.

O cardápio semanal é planejado pela nutricionista da Central de Preparação de Alimentos. Entretanto, a nutricionista da escola relatou em entrevista, que ela pode dar sugestões de cardápio e preparações para a nutricionista da central, para que seja melhor adequado às condições da escola.

Na escola estudada, as atividades realizadas pela nutricionista com foco na Educação Alimentar e Nutricional que foram possíveis de serem aplicadas com sucesso, foram visitas técnicas à central de produção com os alunos, para mostrar como são preparadas as refeições; Gincana do Desperdício de Alimentos, onde os alunos aprendem sobre o desperdício e como diminuí-lo e todos recebem prêmios nas competições; Educação à Mesa, palestras didáticas nas salas de aula sobre alimentação saudável e Dez Passos para uma Alimentação Saudável, além de oficinas de cozinha experimental, onde os alunos aprendem sobre a correta higiene antes de manipular os alimentos e têm a oportunidade de preparar e experimentar uma receita junto com a nutricionista. A frequência de realização das visitas técnicas varia com o semestre letivo; a gincana do desperdício é realizada mensalmente; as oficinas de cozinha experimental, as palestras em salas de aula e oficina de educação à mesa, são realizadas semanalmente.

As ações são planejadas para todas as turmas do 1º ao 5º ano, que são as turmas disponíveis para a nutricionista. Entretanto a direção da escola não disponibiliza a quantidade de materiais necessários para todos os alunos, por esse motivo, a nutricionista seleciona grupos de alunos da turma para fazer as preparações, enquanto os outros assistem, sendo esse processo repetido para todas as turmas.

Sobre ações que não obtiveram bons resultados, a nutricionista relatou que foi feita uma horta na escola juntamente com os alunos. Porém, durante as férias

escolares, a horta não recebeu os devidos cuidados como irrigação diária, pela equipe de funcionários internos que trabalham nesse período e o projeto teve que ser interrompido.

Todas as ações propostas e aplicadas pela nutricionista, tiveram total participação dos alunos do ensino fundamental e apenas a implantação da horta não pode ser continuada.

Quando questionada se na instituição, há alguma ação ou método relacionado a EAN incluso no currículo escolar, foi relatado que há apenas nos currículos do 6º ano (antiga 5ª série) em diante. Entretanto, não há participação da nutricionista nas orientações de educação alimentar e nutricional nas séries a partir do 6º ano ou no planejamento de aula dos professores, pois os responsáveis por ensinar e discutirem o assunto com os discentes são os próprios professores em sala de aula. Porém, uma pequena parcela de professores, pedem orientação prévia da nutricionista, sobre a melhor forma de aplicar a temática de EAN em sala de aula.

Segundo Bezerra et al. (2017), que liderou um estudo de coorte seccional que fez parte do ERICA (Estudos de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes), a maioria das escolas do sistema privado não promovem ambientes saudáveis para os alunos e também não incluíam o tema alimentação saudável no currículo programático. Na escola estudada, há a inclusão do tema alimentação saudável no currículo escolar, porém somente a partir do 6º ano e sua aplicação não tem participação da nutricionista.

Quanto ao ambiente, a escola possui um ambiente favorável à promoção da alimentação saudável, porém há presença de uma lanchonete dentro da escola. A pesquisadora observou que os alimentos mais vendidos são bebidas açucaradas e salgados fritos. Como está no Art 5º da Portaria Interministerial nº1010/2006, todos os locais dentro da escola que envolvem produção, distribuição e/ou venda de alimentos, devem reconhecer a alimentação como uma estratégia de promoção da saúde e promover a oferta de alimentos com baixo teor calórico e alto teor nutricional, assim como, fortalecer e promover um ambiente não-obesogênico para os estudantes.

Segundo o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (2012) para as Políticas Públicas, as ações de EAN devem envolver nove princípios. São eles:

- I. **Sustentabilidade social, ambiental e econômica:** é promover a educação alimentar e nutricional para satisfazer as necessidades alimentares dos indivíduos, a curto e longo prazo, sem danificar os recursos naturais renováveis e não renováveis.
- II. **Abordagem no sistema alimentar, na sua integralidade:** as ações de EAN devem contribuir para que os indivíduos façam escolhas conscientes e que essas escolhas conscientes interfiram nos processos do sistema alimentar. O sistema alimentar é o processo que abrange desde o acesso à terra e água, até a comercialização e escolha dos alimentos.
- III. **Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas:** a EAN deve respeitar a cultura alimentar da população local, com suas particularidades dos saberes regionais, da religião e ciência. Também deve respeitar as escolhas alimentares sejam voluntárias ou não.
- IV. **A comida e o alimento como referências; valorização da culinária enquanto prática emancipatória:** a EAN deve abordar valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais, levando em consideração que as pessoas não ingerem apenas nutrientes, mas sentimentos e texturas, cores e odores diferentes. Além disso, promover a arte culinária, é promover o indivíduo autônomo que pratica seus conhecimentos sobre alimentos e preparações, melhorando sua perspectiva sobre comida de verdade.
- V. **Promoção do autocuidado e da autonomia:** as ações do autocuidado são voluntárias e intencionais, envolvendo tomada de decisões e têm o objetivo de contribuir de forma específica para a integridade cultural, o funcionamento e o desenvolvimento humano. A promoção do autocuidado, foca principalmente em apoiar as pessoas para que sejam agentes produtores sociais de sua própria saúde.
- VI. **Educação como processo permanente, gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos:** a EAN deve privilegiar os

processos ativos, que incluem os conhecimentos e práticas populares da realidade dos indivíduos.

- VII. A diversidade no cenário de prática:** as ações de EAN podem ser feitas em qualquer lugar desde que as estratégias e conteúdos sejam desenvolvidos de modo coordenado e que se complementam. Devem estar disponíveis nos mais diferentes espaços e para os diferentes públicos, por isso, as ações e estratégias devem atender às especificidades dos grupos e cenários de prática para que os objetivos de EAN sejam alcançados.
- VIII. Intersetorialidade:** o processo de construção de ações intersetoriais implica a troca e a construção coletiva de saberes, linguagens e práticas entre os diversos setores envolvidos com o tema, de modo que nele se torna possível produzir soluções inovadoras quanto à melhoria da qualidade da alimentação e vida.
- IX. Planejamento, avaliação e monitoramento das ações:** para a efetividade das iniciativas e a sustentabilidade das ações de EAN, é preciso todo o processo de planejamento. Entretanto, esse planejamento deve ser participativo, de maneira que as pessoas possam estar inseridas nos processos de tomada de decisões.

Como está na tabela 1, as ações aplicadas pela nutricionista envolvem alguns dos princípios de EAN estabelecidos pelo Marco de Referência.

Tabela 1 – Relação das ações aplicadas e princípios de EAN segundo Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas. Gama, DF, 2018.

ações aplicadas	descrição das atividades	princípios de EAN
Visita técnica à Central de Produção e Preparo de alimentos	Mostrar para os alunos, como e onde são preparadas as refeições servidas na escola; demonstrar como é feita a separação adequada do lixo produzido antes, durante e após a preparação das refeições.	Abordagem no sistema alimentar na sua integralidade; Educação como processo permanente, gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos; A diversidade no cenário de prática; Planejamento, avaliação e monitoramento das ações;

Tabela 1 – Relação das ações aplicadas e princípios de EAN segundo Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas. Gama, DF, 2018.

<p>Gincana do Desperdício de Alimentos</p>	<p>Debater sobre o que é desperdício de alimentos; ensinar a forma adequada de descarte dos alimentos e restos;</p> <p>Proporcionar o sentido de trabalho em grupo dos alunos; debater sobre efeitos benéficos e maléficos na natureza e como diminuir as agressões ao meio ambiente.</p>	<p>Sustentabilidade social, ambiental e econômica; Educação como processo permanente, gerador de autonomia e participação e ativa e informada dos sujeitos; Intersetorialidade; A diversidade no cenário de prática; Planejamento, avaliação e monitoramento das ações;</p>
<p>Palestras didáticas</p>	<p>Abordar sobre alimentação saudável, alimentos regionais, sazonalidade e saúde; mostrar juntamente com os professores, como uma boa alimentação influencia nos estudos; apresentar os Dez Passos para uma Alimentação Saudável.</p>	<p>Educação como processo permanente, gerador de autonomia e participação e ativa e informada dos sujeitos; Intersetorialidade; A diversidade no cenário de prática; Planejamento, avaliação e monitoramento das ações;</p>
<p>Oficina de cozinha experimental</p>	<p>Apresentar novos alimentos aos alunos; mostrar uma nova perspectiva sobre a prática da culinária; promover escolhas saudáveis; incentivar a criatividade dos alunos; promover autocuidado ao preparar receitas mais saudáveis.</p>	<p>Educação como processo permanente, gerador de autonomia e participação e ativa e informada dos sujeitos; A comida e o alimento como referências; Valorização da culinária enquanto prática emancipatória; Promoção do autocuidado e autonomia; A diversidade no cenário de prática; Planejamento, avaliação e monitoramento das ações;</p>
<p>Oficina de educação à mesa</p>	<p>Realizar trabalho conjunto com a equipe docente; mostrar a importância dos bons hábitos à mesa; promover melhor mastigação e conseqüentemente melhor digestão dos alimentos; melhorar o ambiente nas horas das refeições.</p>	<p>Educação como processo permanente, gerador de autonomia e participação e ativa e informada dos sujeitos; Promoção do autocuidado e autonomia; Intersetorialidade; A diversidade no cenário de prática; Planejamento, avaliação e monitoramento das ações;</p>
<p>Horta</p>	<p>Apresentar novos alimentos aos alunos; Mostrar a origem de alguns alimentos como, as hortaliças que vão para suas mesas; incentivar ao plantio em suas casas; abordar sobre a decomposição dos alimentos e agentes decompositores; Proporcionar interação com a natureza.</p>	<p>Sustentabilidade social, ambiental e econômica; Abordagem no sistema alimentar na sua integralidade; Intersetorialidade; A diversidade no cenário de prática; Planejamento, avaliação e monitoramento das ações;</p>
<p>Orientações sobre alimentação saudável com os pais na reunião de pais e mestres no início do ano letivo</p>	<p>Abordar sobre alimentação saudável;</p> <p>Debater sobre os efeitos a curto e longo prazo de uma alimentação saudável; promover escolhas saudáveis dos pais para com seus filhos.</p>	<p>Educação como processo permanente, gerador de autonomia e participação e ativa e informada dos sujeitos; Promoção do autocuidado e autonomia; A diversidade no cenário de prática; Planejamento, avaliação e monitoramento das ações;</p>

Sobre as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira e os princípios do Marco de Referência, foi encontrado por meio do questionário que as recomendações do Guia são aplicadas com os alunos, como por exemplo a inserção de frutas e hortaliças sazonais nas refeições dos alunos, não há uso de molhos industrializados ou de frituras e os alunos recebem orientações da nutricionista da importância de se alimentarem dessa forma. Porém, não há apoio dos pais e/ou responsáveis dos alunos no quesito composição da lancheira e prática de exercícios físicos, pois muitos alunos ainda levam alimentos ultraprocessados ou dinheiro para aquisição na cantina, fato que tem alta influência sobre outros alunos.

Um estudo feito em 2014 comparou o consumo de macronutrientes no lanche escolar de adolescentes entre escolas públicas e privadas, na cidade de São Luís, Maranhão, encontrou que 76% dos alunos das escolas particulares estudadas, adquiriam o lanche na cantina da escola e 26% levavam de casa (CARVALHO, et al., 2014). Em entrevista, a nutricionista relatou que quase a metade da população de alunos do ensino fundamental levam lanches de casa ou compram na lanchonete da escola, sendo que a maioria dos lanches que vêm de casa, se caracterizam como alimentos ultraprocessados (salgados de saquinho, refrigerantes, biscoitos, chocolates), alimentos com altos teores de gordura saturada e açúcar.

Resultados semelhantes também foram encontrados por Souza (2017) em estudos anteriores sobre Educação Alimentar e Nutricional em escolas, onde foi observado que o tipo de lanches levados pelas crianças, variava em alimentos tanto in natura, como também minimamente processados, processados e ultraprocessados, sendo representados por biscoitos recheados, pão, queijo e presunto, sucos de caixinha e frutas.

Em relação a participação dos alunos e dos responsáveis, a nutricionista da escola relatou que, os alunos que participam das oficinas experimentais são sempre participativos e demonstram interesse nas receitas, em conhecer sobre os novos alimentos apresentados pela profissional e em experimentar novos sabores. A nutricionista declarou que a maioria dos pais e/ou responsáveis não colaboram com a proposta de alimentação saudável, ou não entendem o que é alimentação saudável, seja por subsidiarem o consumo de lanches da lanchonete ou solicitar uma refeição completamente fora da aceitação da criança.

Para a pergunta sobre os tipos de lanches oferecidos pela escola, os mais comuns são sucos de polpa congelada ou fruta fresca (laranja, limão, beterraba e cenoura), vitaminas, iogurte natural, achocolatado, pães artesanais (alguns preparados nas oficinas), sanduíche natural e porções de frutas. Esses são produzidos na própria unidade, porém também há os que são oriundos da central de produção como hambúrgueres caseiros, cachorro-quente (sem molhos ketchup, maionese e mostarda), cookies artesanais, enroladinho de salsicha assado e suco de maracujá com couve verde e limão. A nutricionista relatou na entrevista que esses também são os lanches mais consumidos pelos alunos, quando oferecidos pela escola.

De acordo com a nutricionista da instituição e com base no cardápio semanal fornecido à pesquisadora pela nutricionista, as refeições fornecidas pela escola se enquadram nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. Todas as refeições contêm frutas e hortaliças, há pouco uso de produtos ultraprocessados e são mais usados os in natura, minimamente processados e processados (pães artesanais e massa de tomate artesanal).

Os alunos recebem informações sobre alimentação adequada e saudável, sustentabilidade e higiene pessoal tanto em sala de aula pelos professores, como nas oficinas e murais educativos produzidos pela nutricionista e estagiários de nutrição. Para os pais e/ou responsáveis havia uma reunião no início do ano letivo, durante a primeira reunião de pais e mestres com a diretoria, porém, a nutricionista relatou que por medidas da diretoria, a reunião foi suspensa. A única forma de passar orientações sobre alimentação adequada e saudável, é por bilhetes nas agendas escolares dos alunos.

A última pergunta da entrevista foi quem são os responsáveis pela educação alimentar e nutricional na escola com os alunos e em resposta, foi relatado que além da própria nutricionista, são também os monitores, estagiários de nutrição e alguns professores que entendem a importância da orientação da nutricionista.

Mâsse e Niet (2013), em uma análise dos lanches de escolas públicas canadenses (ensino fundamental e médio) e os fatores que os afetam, encontraram que em escolas de ensino fundamental, a disponibilidade de bebidas açucaradas, doces e fast-foods era muito menor que nas escolas de ensino médio, porque faziam parte de programas estaduais de nutrição e aplicaram diretrizes e políticas que promovem a alimentação saudável. Para escolas públicas, existem muitos programas que

promovem a alimentação adequada e saudável, porém nas escolas de sistema privado, as políticas públicas e programas de nutrição não são aplicados de forma integrada ou não são aplicados.

No sistema de escola privada há falta de um programa nacional com foco na alimentação saudável, que é um tema importante para que o ambiente escolar se torne favorável para a promoção da alimentação saudável e práticas de atividade física, tanto no sistema público e privado. Por esse motivo, uma tática dos diretores escolares, seria estabelecer parceria com os donos de lanchonetes escolares para inserirem em seus cardápios, preparações mais saudáveis e diminuir a oferta de frituras, refrigerantes e ultraprocessados (BRASIL, 2008).

Resultados semelhantes ao estudo de Mâsse e Niet (2013), foi o de Silva et. al. (2016), em que a promoção da alimentação saudável e da prática de atividade física foi implementada de forma satisfatória em 13,8% das escolas públicas. Nenhuma das escolas privadas obteve tal classificação. As escolas públicas, quando comparadas às escolas privadas, apresentaram-se mais estruturadas quanto às políticas e ambientes promotores da alimentação saudável e à participação da comunidade escolar, mas apresentaram maior fragilidade em relação à promoção da prática de atividade física e monitoramento do estado nutricional. Poucas escolas apresentaram implementação satisfatória na parceria com setor saúde.

Ao contrário dos resultados de estudos anteriores, na escola há a implementação de oficinas e aulas teóricas sobre alimentação saudável, tanto com a nutricionista como com os professores em sala de aula. Os alunos também têm acesso a aulas de educação física ao ar livre e atividades extraclasse.

A aplicação dos princípios de EAN, facilitam o bom procedimento da ação e aumentam a absorção do conteúdo explorado, pelos participantes e provocando alterações em suas escolhas e hábitos alimentares a curto e longo prazo.

O Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), traz como orientações para uma alimentação saudável, o mínimo consumo de produtos ultraprocessados, uso moderado de processados e majoritariamente minimamente processados e in natura. Os resultados encontrados quanto a composição dos lanches oferecidos pela escola, são condizentes com as orientações do Guia Alimentar uma vez que, as preparações são feitas com temperos frescos e produzidos na própria UAN da escola estudada, não há uso de molhos industrializados sendo estes também produzidos na própria

UAN e adequada oferta de hortaliças e frutas sazonais, além de a nutricionista relatar que são inclusos nas palestras ministradas em sala de aula para as turmas do 1º ao 5º ano, temas como o que é alimentação saudável e os Dez Passos para uma Alimentação Saudável presentes no Guia Alimentar.

Como foi dito anteriormente, a alimentação é um direito básico do ser humano e deve ser garantido e cumprido pelo Estado e é nesse sentido que a EAN como estratégia de promoção da saúde, se estabelece.

Em um estudo realizado por Costa et.al. (2013), sobre efeito da educação nutricional em pré-escolares, é frisado a importância da EAN para a mudança de comportamento dos alunos. Os autores trazem que uma alimentação adequada e saudável proporciona bom desenvolvimento mental e físico além de aumentar a capacidade de aprendizagem dos alunos. Ainda falam que todo programa com foco na educação nutricional, deve ter participação da família, colaboradores e funcionários, professores e diretoria escolar. O estudo traz como conclusão que a escola deve estabelecer práticas que incluem hábitos alimentares saudáveis através da oferta de refeições saudáveis e dentro dos padrões higiênico-sanitários e por isso se torna necessário aplicar os conceitos de educação nutricional no âmbito escolar.

Nesse sentido, é importante instituir políticas e diretrizes que promovam a alimentação saudável nas escolas de ensino público e privado, como traz a Portaria Interministerial nº 1010/06 e é garantido pela mesma.

Também se faz necessário o treinamento de professores, funcionários e colaboradores com orientações sobre educação alimentar e nutricional, para a desmistificação de temas que envolvem alimentação saudável e devida aplicação do tema alimentação saudável em sala de aula, de forma contínua e integrada.

Resultados que fomentam essa necessidade, foram encontrados no estudo feito por Detregiachi e Braga (2011), onde o objetivo foi aplicar um programa de orientação em nutrição, realizado por nutricionista e destinado a professores de 1ª a 4ª série do ensino fundamental em duas escolas, onde uma teria o treinamento dado por um nutricionista e a outra escola não teria treinamento prévio dos professores. O principal resultado foi que os professores que receberam treinamento prévio, além de obterem maior conhecimento sobre conteúdo de nutrição, o aumento de conhecimento dos profissionais provocou melhorias no comportamento alimentar dos alunos.

As limitações metodológicas do presente estudo foram o prolongado tempo de espera da liberação pelo Comitê de Ética e Pesquisa do UniCEUB e a constante indisponibilidade de atendimento da pesquisadora pela diretora escolar. Diante o prazo de término previsto do estudo e a impossibilidade de estender o estudo aos estudantes para verificar o nível de aceitação por alimentos in natura, a pesquisadora mudou a metodologia do estudo aplicando-o somente a nutricionista, uma vez que para a entrevista com a mesma, havia menor tempo de espera já que o TCLE para participantes foi assinado na hora da entrevista e não levaria mais tempo como seria com os alunos.

CONCLUSÕES

O presente estudo proporcionou maior entendimento sobre as dificuldades e possibilidades que permitem ou possam bloquear a aplicação de ações de EAN em um ambiente escolar, principalmente de ensino privado.

Ações de educação alimentar e nutricional no âmbito escolar, devem envolver a participação dos familiares dos alunos, funcionários internos e colaboradores da escola, professores e monitores, como também da diretoria, somadas às políticas públicas e diretrizes com ênfase na educação alimentar e nutricional, que devem ser estendidas aos dois sistemas de ensino, público e privado, garantindo o desenvolvimento do público infantil e permitir o aprimoramento das escolhas alimentares a curto, médio e longo prazo.

A presença de um profissional nutricionista nas escolas de ensino privado e público, é de suma importância para que haja a correta aplicação de conteúdos relacionados a nutrição, treinamento dos professores a respeito de como colocar a educação alimentar no ensino dos alunos e garante a segurança higiênico-sanitária dos lanches escolares, além de auxiliar na sua composição.

REFERÊNCIAS

- BEZERRA, M.A.; CARVALHO, E.F.; OLIVEIRA, J.S.; LEAL, V.S. Saúde e nutrição em escolas públicas e privadas de Recife. **Rev. Bras. Saúde Materno Infantil**, Recife, v.17, n.1, p. 201-210, jan. - mar., 2017.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed.1. reimpressão. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 148 p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).
- BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Princípios para as ações de educação alimentar e nutricional. In: **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. 2. ed. Brasília, DF: MDS, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. cap. 6, p. 24-30.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual Operacional para profissionais da saúde e educação – Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas**. 1. ed. Brasília, DF, 2008. cap.2, p. 35-63. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria Interministerial nº 1.010, de 08 de maio de 2006**. Ministério da Educação e Cultura. Brasília, 2006. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/pri1010_08_05_2006.html>. Acessado em: 27 set. 2016.
- COSTA, G.G; DIAS, L.G; BORGHETTI, C.B.G; FORTES, R.C. Efeitos da educação nutricional em pré-escolares: uma revisão de literatura. **Com. Ciências Saúde**, Brasília, DF, v. 24, n.2, p.155-168, 2013.
- CARVALHO, C.A.; FONSÊCA, P.C.A.; OLIVEIRA, F.P.; COELHO, A.A.; ARRUDA, S.P.M. Consumo de energia e macronutrientes no lanche escolar de adolescentes de São Luís, Maranhão, Brasil. **Caderno de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 212-217, 2014.
- DETREGIACHI, C.R.P; BRAGA, T.M.S. Projeto “criança saudável, educação dez”: resultados com e sem intervenção do nutricionista. **Rev. Nutr.**, Campinas, v.24, n.1, p. 51-59, 2011.
- GENTIL, P.C.; BANDEIRA, L.M.; COUTINHO, J.G. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas – Conceito, Princípios e Agenda Pública. In: DIEZ-GARCIA, RW; CERVATO-MANCUSO, AM. **Mudanças alimentares e Educação Alimentar e Nutricional**. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017. cap 8, p.73-78.
- MÂSSE, L.C.; NIET DE, J.E. School nutritional capacity, resources and practices are associated with availability of food/beverage items in schools. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, Canadá, vol.10, n. 26, p. 1-12, 2013.

RAMOS, F.P.; SANTOS, L.A.S.; REIS, A.B.C. Educação Alimentar e Nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.29, n.11, p. 2147 – 2161, nov, 2013.

SCHOOL FOOD AND AND NUTRITION. FAO. Disponível em: < <http://www.fao.org/school-food/en/>>. Acesso em: 11 abr. 2018

SILVA, R.H.M.; NEVES, F.S.; NETTO, M.P. Saúde do pré-escolar: uma experiência de Educação Alimentar e Nutricional como método de intervenção. **Rev. APS**, v.19, n.2, p. 321-327, abr-jun, 2016.

SOUZA, J.B. **Educação Alimentar e Nutricional em pré-escolares de uma escola público-privada do DF**. 2017. 25 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2017.

APÊNDICE A

TCLE PARA PARTICIPANTES - NUTRICIONISTA

“Análise dos métodos de Educação Alimentar e Nutricional em uma escola particular no Gama”

Instituição da pesquisadora: Centro Universitário de Brasília- UniCeub

Pesquisador (a) responsável: orientadora Maína Ribeiro Pereira Castro

Pesquisadora assistente: Débora de Matos Carvalho

Você está sendo convidado (a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O texto abaixo apresenta todas as informações necessárias sobre o que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não lhe causará prejuízo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja participar (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida participar, você será solicitado a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo.

Antes de assinar, faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

Natureza e objetivos do estudo

- O objetivo específico deste estudo é analisar os métodos de Educação Alimentar e Nutricional em uma escola particular do Gama.
- Você está sendo convidado a participar exatamente por ser o (a) nutricionista da instituição escolar.

Procedimentos do estudo

- Sua participação consiste em mostrar e esclarecer os métodos de EAN aplicados na escola, suas dificuldades e experiências, à pesquisadora assistente.
- Não haverá fotos, gravações ou filmagens de nenhuma espécie com os participantes.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.
- A pesquisa será realizada mediante conversa presencial com a nutricionista da escola.

Riscos e benefícios

- Este estudo possui riscos são mínimos, uma vez que não inclui degustação de preparações culinárias, passeios e nenhuma exposição dos participantes.
- Medidas preventivas como explicação de todo o processo para o profissional nutricionista e a não publicação de dados pessoais, serão tomadas durante a coleta de dados para minimizar qualquer risco ou incômodo.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento, você não precisa realizá-lo.
- Com sua participação nesta pesquisa você poderá contribuir para a análise dos métodos de EAN, feita pela pesquisadora.

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo

- Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum prejuízo se não quiser participar.
- Você poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos, você não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

Confidencialidade

- Seus dados serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- Os dados e instrumentos utilizados por exemplo, entrevistas e questionários ficarão guardados sob a responsabilidade de Débora de Matos Carvalho com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade, e arquivados por um período de 5 anos; após esse tempo serão destruídos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas. Entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo.

Eu, _____ RG _____, após receber a explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos nesta pesquisa concordo voluntariamente em fazer parte deste estudo.

Este Termo de Consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor (a).

Brasília, ____ de _____ de _____.

Participante

Maína Ribeiro Pereira Castro
Celular (61) 99655-5166
(Pesquisadora Responsável)

Débora de Matos Carvalho (Pesquisadora Assistente), celular (61) 9 93282023 e/ou

matosdebora95@gmail.com

Endereço dos (as) responsável (eis) pela pesquisa (OBRIGATÓRIO):

Instituição: Centro Universitário de Brasília - Uniceub

Endereço: SEPN 707/907- Campus do UniCeub

Bairro: /CEP/Cidade: Asa Norte / CEP: 70790-075 / Brasília - DF

Telefones p/contato: (61) 3966-1201

APÊNDICE B**Questionário para o (a) profissional nutricionista da instituição**

Nome: _____

1 – A quanto tempo você se formou como nutricionista? _____

2 – A quanto tempo você trabalha nessa instituição? _____

3 – Qual a sua carga horária na instituição? _____

4 – Quais são as suas atribuições dentro da escola em questão?

5– Qual o perfil nutricional dos estudantes que você atende?

6 - Em sua opinião e de acordo com sua experiência de trabalho, é possível implantar os princípios de EAN colocados pelo Marco de Referência de EAN para as Políticas Públicas? E quanto as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira?

7 – Durante todo o tempo de trabalho na escola em questão, quais ações e/ou métodos relacionados a educação alimentar e nutricional, você já conseguiu aplicar com sucesso?

8 – E quais não deram certo e por quê?

9 – Na escola onde você trabalha, existe alguma ação ou método relacionados a EAN, que estejam no plano escolar (exigidos pela escola)? Quais?

10- Quais são ou foram as duas maiores dificuldades para aplicar a educação alimentar e nutricional com os alunos?

11 – Na sua opinião, os pais e/ou responsáveis dos alunos, são positivamente cooperativos com a alimentação escolar dos alunos?

12 – Quais são os tipos de lanches mais consumidos pelos alunos?

13 – A escola oferece lanches para os alunos? Quais os mais comuns?

14 – Os lanches oferecidos pela escola se enquadram dentro das recomendações feitas pelo Guia Alimentar para a População Brasileira?

15 – Os alunos recebem informações sobre alimentação adequada e saudável? E os pais e/ou responsáveis?

16- Quem são os responsáveis pela educação nutricional na escola com os alunos?
