

INTERVENÇÃO NUTRICIONAL NAS ESCOLAS

DEUSEMAR GONÇALVES DA CUNHA NERY ¹
RENATA FERREIRA SILVA SANTOS ²

RESUMO

A obesidade só aumenta a nível mundial através da vida cotidiana moderna, alto consumo de fast food e sedentarismo, o comportamento humano foi afetado também pelo sistema de produção agrícola e globalização e comercialização de alimentos como o Brasil, grande produtor de soja, milho e exportador de carnes. A obesidade infantil aumenta na mesma proporção, levantando uma questão preocupante pois através deste cenário, doenças crônicas não transmissíveis surgem cada vez mais cedo e com isso, um prejuízo para a sociedade como um todo já que a qualidade de vida é afetada assim como a função cognitiva no processo de alfabetização gerando custos para o sistema de saúde como um todo. O consumo de arroz e feijão caiu nos últimos anos e o padrão alimentar das famílias brasileiras mudou, dando cada vez mais espaço para alimentos industrializados e ultra processados com maior frequência e sendo ofertado as crianças cada vez mais cedo. O ambiente escolar pode ser favorável a implementação de programas com intervenção nutricional, já que podem associar políticas públicas com ações coletivas envolvendo profissionais e famílias em prol de educação nutricional na primeira infância, gerando impacto na rotina destas famílias e ressoando em seus lares com intuito em gerar impacto na saúde não só das crianças como da sociedade como um todo

Palavras-chave: Obesidade infantil. Educação nutricional. Aconselhamento Alimentar para Crianças.

¹ Discente do Curso de Pedagogia da Universidade Santo Amaro – Unisa, matriculado na disciplina de Trabalho de Conclusão, sob a orientação da professora Me. Ieda Maria da Silva Pinto Barbosa. E-mail: deusemarcunhanery@gmail.com

² Discente do Curso de Pedagogia da Universidade Santo Amaro – Unisa, matriculado na disciplina de Trabalho de Conclusão, sob a orientação da professora Me. Ieda Maria da Silva Pinto Barbosa. E-mail: renatafss@outlook.com Data de entrega: 29 de nov. de 2023

1. INTRODUÇÃO

O presente artigo trata da questão da obesidade infantil e como políticas públicas e ações nas escolas podem influenciar o padrão alimentar destas crianças em seus lares com foco em campanhas realizadas dentro das instituições de ensino com a participação dos professores e comunidade.

Um dos problemas comuns da obesidade é o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis na população infantil. Este problema afeta a sociedade como um todo uma vez que o padrão alimentar também afeta a função cognitiva trazendo prejuízos a longo prazo.

O objetivo deste estudo é indicar alternativas para instalar educação nutricional infantil com vista ao contexto das instituições onde favorece adesão as práticas e disseminando em seus lares

O conteúdo apresentado neste artigo poderá beneficiar as famílias brasileiras resgatando hábitos já perdidos devido a vida moderna onde o tempo para preparo de refeições reduziu assim como o consumo de arroz e feijão nos últimos anos.

Para fins desta análise os conceitos de elaboração do prato ideal, agricultura familiar, dinâmicas inseridas na rotina escolar foram fundamentadas nas teorias de políticas públicas como o PNAE e nos estudos de análise comportamental do padrão do brasileiro diante do consumo de alimentos ultra processados.

É importante destacar que as informações aqui disponibilizadas, foram obtidas por meio de pesquisa bibliográfica utilizando os descritores obesidade infantil, educação nutricional nas escolas, padrão alimentar do brasileiro, consumo de alimentos ultra processados por brasileiros e o Livro de Educação Alimentar e Nutricional: da Teoria a Prática - Galisa/Nunes/Garcia.

2. O COMPORTAMENTO DA POPULAÇÃO

Na nutrição devemos levar em consideração o contexto ambiental do indivíduo, sua cultura que afeta sua relação com a comida e o que ela representa em sua vida, o ambiente familiar e o comportamento deste coletivo moldará seus hábitos, visto que muitas vezes determinada patologia pode ser atribuída como por exemplo esta fala comum: “todos da minha família tem obesidade ou são hipertensos”, como se o surgimento desta fosse hereditária sendo que, na verdade, o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis estão relacionadas ao estilo de vida, ou seja, o comportamento dos indivíduos daquele ambiente são replicáveis.

A importância de entender a alimentação e o alimento (a relação com o alimento, os significados a ele atribuídos, as relações interpessoais que a alimentação proporciona e seus aspectos afetivos e de identidade etc.) leva à formação de um campo fundamental para os estudos antropológicos, tanto para os dias de hoje quanto para a tentativa de entender os caminhos da evolução humana. Isso porque a evolução do comportamento humano também se realiza por meio das interações entre os hábitos alimentares, as relações ecológicas e as instituições culturais. (GALISA, 2014; p. 31)

O poder sócio econômico afeta diretamente as escolhas de compra e comportamento alimentar das famílias brasileiras, em paralelo, com a saída das mulheres e seus lares para o mercado de trabalho afetou a lactação das crianças, há anos as fórmulas infantis foram substituindo o aleitamento materno, influenciando o paladar infantil já que o sabor é adocicado, sem alterações de sabor e sem a mesma riqueza de nutrientes, diferente do leite materno onde o mesmo sofre alterações de composição automaticamente em relação às necessidades do bebê. Além disso, não podemos ignorar o fator imprinting metabólico que o aleitamento materno favorece.

A pesquisadora valeu-se de uma abordagem sociológica para discutir renda e consumo alimentar, incluindo avaliação de mães e lactentes e já abordando o crescimento da indústria de alimentos infantis e seu impacto sobre as práticas de lactação. (GALISA, 2014; p. 33)

Alimentação é influenciada por religiões, determinada por regiões do país já que cada região influencia fortemente pela sua cultura, clima, disponibilidade regional, pelo fator econômico e social.

Numerosos trabalhos apresentavam e discutiam “crenças alimentares” (pré e pós-parto; em situação de doença; alimentos ditos frios ou quentes, carregados ou leves, reimosos ou não). A estudiosa mostra também o interesse por temas envolvendo alimentação e festividades (públicas ou privadas, religiosas ou não), além das relações entre religião e alimentação (restrições, “tabus” e consumos obrigatórios). (GALISA, 2014; p. 35)

3. IMPACTO NA SAÚDE

A mudança de comportamento da população afetou a forma como as famílias brasileiras se alimentam, com o aumento do consumo de alimentos industrializados, redução do consumo de alimentos in natura, redução no tempo de preparo das refeições em casa, a jornada de trabalho das mães e o aumento do tempo médio de permanência das crianças nas escolas, redução de tempo de atividades físicas, tudo isso contribui para o aumento de peso e o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis como diabetes mellitus tipo 2, doenças cardiovasculares, o que pode afetar até a longevidade estimada. Estima-se que 33% da população infantil pode desenvolver obesidade até 2035, as

crianças menores de 5 anos são as mais afetadas.

O resultado deste aumento de peso indica prejuízo cognitivo uma vez que a má qualidade nutricional dos alimentos industrializados favorece a desnutrição, resultando em um duplo risco para saúde, crianças obesas desnutridas. Justamente no período de vida onde há aprendizagem e desenvolvimento intelectual que seria a alfabetização e desenvolvimento físico motor, as crianças não conseguem nutrição necessária exigida para fase da vida em que se encontram.

Este comportamento alimentar se mantém na fase adulta, podendo aumentar risco de surgimento de diversas doenças, agravos significativos, o que afeta sua qualidade de vida, agravos para saúde populacional, que podem gerar custos altos para seus governos exigindo maiores investimentos de tratamentos nos sistemas de saúde públicas.

As evidências mostram que o excesso de peso impede que crianças e adolescentes se desenvolvam e prosperem de maneira ideal. Crianças com sobrepeso ou obesidade correm maior risco de continuar a ter essas condições na idade adulta, bem como de desenvolver doenças não transmissíveis (como diabetes, doenças cardiovasculares, hipertensão e certos tipos de câncer) e de ter uma expectativa de vida mais curta. (UNICEF, 2023, p.2)

4. DADOS DA OBESIDADE INFANTIL

Em relação as políticas públicas que visam promover e proteger a saúde da criança como PNAISC (Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Criança), PNAN (Política Nacional de Alimentação e Nutrição), PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar), PSE (Programa Saúde na Escola) foram desenvolvidas para garantir os direitos desta população vulnerável. O PNAE é a política pública mais antiga e abrangente e que serviu como base para o desenvolvimento deste trabalho visto que sua ação pode influenciar diretamente no desempenho escolar e saúde da população infantil através de uma alimentação que oferte as necessidades nutricionais promovendo uma intervenção ampla de comportamento a nível não só da rede escolar mas que, seria facilmente replicável dentro das famílias brasileiras através de campanhas envolvendo a população em ações de educação nutricional

Políticas públicas nos níveis federais, estaduais e municipais devem ser elaboradas, executadas, mas também posteriormente analisadas para saber o seu real impacto, pois como a obesidade tem um conjunto complexo de causas essas políticas precisam ser constantemente atualizadas, a fim de capacitar os profissionais envolvidos e fazer ajustes necessários de acordo

com as realidades onde serão implementadas. (SILVA; SILVA, 2022, p. 5-11)

5. POLÍTICAS PÚBLICAS

A escola é um espaço para desenvolvimento humano, dentre as habilidades desenvolvidas, a educação nutricional pode e deve ser explorada, a promoção da alimentação saudável que os nutricionistas e professores podem incentivar junto a comunidade, modulando este padrão alimentar infantil junto ao desenvolvimento humano poderá gerar bons frutos uma vez que há políticas públicas específicas conforme mencionado anteriormente, com ganhos para a comunidade como um todo visando a saúde e a prevenção do surgimento de doenças crônicas não transmissíveis como obesidade e doenças correlacionadas como diabetes mellitus tipo II, hipertensão arterial já que a população infantil apresenta maior suscetibilidade nutricional e social.

A estratégia de promoção da saúde na escola envolve vários atores sociais, como alunos, professores, coordenadores, donos de cantinas e pais ou responsáveis, permitindo uma abordagem dialógica da produção do conhecimento no ambiente escolar (YOKOTA, 2010, p.2)

A promoção da saúde é favorecida quando há campanhas para incentivo do consumo de frutas, verduras e legumes levando em consideração a cultura regional para combater e reduzir o consumo de alimentos pobres em nutrientes densamente calóricos como bolachas recheadas, salgadinhos e bebidas açucaradas em que o marketing da indústria alimentícia incentiva com associação de personagens animados. Existem alguns projetos implantados em algumas escolas no Distrito Federal no Ensino Infantil e Fundamental, público e privado, utilizando estratégias como a intervenção nutricional com ações educativas através de palestras, oficinas temáticas, jogos didáticos envolvendo alunos, pais, professores e a comunidade.

A promoção de alimentação saudável favorece na primeira infância a adoção de estilo de vida saudável, o papel do nutricionista como incentivador principal no processo de implantação de hábitos alimentares saudáveis na escola, assim como uso e incentivo das políticas públicas já existentes, criando um movimento sistêmico a favor da saúde nas estratégias educativas.

Os alimentos não são vistos apenas como fontes de nutrientes, mas também como símbolos formados por múltiplas experiências, que geram

categorias alimentares cotidianamente utilizadas pelos membros de uma sociedade, sem que estes tenham verdadeira consciência disto (YOKOTA, 2010, p.8)

Outro estudo de intervenção realizado em escolas em 2008 também realizou palestras, oficinas participativas, informativos sobre valor nutritivo dos alimentos, assim como fontes alimentares, as recomendações para idade em formato dinâmico. Houveram diversos encontros justamente para que os alunos tivessem compreensão clara da importância da alimentação em seu desenvolvimento, assim como o impacto do tempo de tela que já apresenta um fator prejudicial tanto cognitivamente quanto na obesidade uma vez que as atividades físicas reduziram.

Os hábitos alimentares são iniciados com a genética, que interfere nas preferências alimentares, e com o tempo sofrem diversas influências do meio ambiente. Desta forma, as recomendações nutricionais e os alimentos que a criança ingere devem convergir, a fim de que atinjam o bem-estar emocional, social e físico da criança. Visto que a infância corresponde à fase onde a criança exerce pouco controle sobre o ambiente em que vive, ela pode sofrer forte influência do hábito alimentar e atividade física de seus pais, e está sujeita às mudanças nos padrões ambientais e de comportamento por causa da sua inserção no ambiente escola (ANZOLIN et al, 2010, p.2).

O resultado obtido desta intervenção foi uma mudança comportamental onde houve redução de alimentos fast food, massas e alimentos açucarados e aumento de alimentos in natura. por tratar-se de uma pequena amostra onde a intervenção foi realizada por um curto momento, é preciso realizar mais estudos onde a intervenção seja realizada por maior tempo para analisar se a longo prazo haverá reais resultados impactados no IMC desta população assim como seu estado nutricional e de saúde para afirmar o quanto a intervenção foi efetiva.

Ao comparar os resultados antes e após a intervenção dos alimentos estudados entre as crianças avaliadas, foi possível observar que não houve diferença significativa na maioria delas. Intervenções nutricionais de curta duração não são tão efetivas pelo fato de outros fatores como a mídia, televisão, videogame e fast food possuírem maior influência sobre o hábito das crianças. (ANZOLIN et al, 2010, p.8).

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

É fato que podemos associar os hábitos alimentares com o que consideramos estilo de vida e que este fator pode impactar na qualidade de vida de um indivíduo.

Tratando-se de crianças, é fundamental que haja uma excelente introdução alimentar, sem quaisquer produtos alimentícios ricos em açúcares e aditivos para sua modulação do paladar para que não haja esta preferência e interferência.

No âmbito escolar, tão rico em informações e que favorece o desenvolvimento em vários sentidos, a introdução do saber sobre educação nutricional seria o diferencial para o crescimento desta população tão vulnerável e que, se houver esta intervenção neste contexto, é possível que haja controle da obesidade infantil e talvez até na fase adulta uma vez que este indivíduo desenvolveu bons hábitos alimentares. Podemos até prever uma redução no surgimento de doenças crônicas não transmissíveis.

É fundamental mais estudos de intervenção a longo prazo, com amostras de grupos maiores para de fato, analisar se houve resultados palpáveis.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANZOLIN, C., OURIQUES, C. M., HÖFELMANN, D. A., & MEZADRI, T. (2010). Intervenções nutricionais em escolares. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 23(4), 297- 30

AGARTO, J. R. Inovação, TIC e sala de aula. In: CAVALHEIRI, A.; ENGERROFF, S. N.; SILVA, J. C. (org.). *As novas tecnologias e os desafios para uma educação humanizadora*, Santa Maria: Biblos, 2013. p. 133-158.

AVELINO, W. F.; MENDES, J. G. A realidade da educação brasileira a partir da COVID-19. *Boletim de Conjuntura, Boa Vista*, v. 2, n. 5, p. 56-62, 2020. Disponível em: <https://revista.ufrr.br/boca/article/view/AvelinoMendes/2892>. Acesso em: 28 maio 2020.

BARRETO, A. C. F.; ROCHA, D. N. COVID 19 e Educação: Resistências, Desafios e (Im)Possibilidades. *Revista ENCANTAR – Educação, Cultura e Sociedade*. Bom Jesus da Lapa, v. 2, p. 1-11, 2020. Disponível em: <http://www.revistas.uneb.br/index.php/encantar/article/view/8480>. Acesso em: 28 maio 2020.

BRAGA, R. Apresentação. In: FAUSTO, C.; DAROS, T. *A sala de aula inovadora*:

estratégias pedagógicas para fomentar o aprendizado ativo. Porto Alegre: Penso, 2018. p. 6-7.

CARMO, V. O. Tecnologias educacionais. São Paulo, SP: Cengage, 2016.

COLL, C.; MONEREO, C. Educação e Aprendizagem no século XXI: novas ferramentas, novos cenários, novas finalidades. In: COLL, C.; MONEREO, C. (org.). Psicologia da educação virtual: aprender e ensinar com as tecnologias da informação e da comunicação. Porto Alegre: Artmed, 2010. p. 15-46.

FRANÇA FILHO, A. L.; ANTUNES, C. F.; COUTO, M. A. C. Alguns apontamentos para uma crítica da educação a distância (EaD) na educação brasileira em tempos. Rev. Tamoios, São Gonçalo, n. 1, p. 16-31, 2020.

LEFÈVRE, F.; LEFÈVRE, A. M. Depoimentos e discursos: uma proposta de análise em pesquisa social. Brasília: Liber Livros, 2005.

LÉVY, P. Cibercultura. São Paulo: Editora 34, 1999.

MARTINS, R. X. A COVID- 19 e o fim da Educação a Distância: um ensaio. Revista de Educação a Distância, v. 7, n. 1, p. 242-256, 2020. Disponível em: <https://www.aunirede.org.br/revista/index.php/emrede/article/view/620>. Acesso em: 28 maio 2020.

OLIVEIRA, H. V.; SOUZA, F. S. Do conteúdo programático ao sistema de avaliação: Reflexões educacionais em tempos de pandemia (COVID-19). Boletim de Conjuntura, Boa Vista, v. 2, n. 5, p. 15-24, 2020. Disponível em: <https://revista.ufrr.br/boca/article/view/OliveiraSouza/2867>. Acesso em: 23 jun. 2020.

PALFREY, J.; GASSER, U. Nascidos na era digital: entendendo a primeira geração dos nativos digitais. PorAlegre: Artmed.

THADEI, J. Mediação e educação na atualidade: um diálogo com formadores de professores. In: BACICH, L.; MORAN, J. (org.) Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática. Porto Alegre: Penso, 2018. p.

90-105.

Yokota, R. T. D. C., Vasconcelos, T. F. D., Pinheiro, A. R. D. O., Schmitz, B. D. A. S., Coitinho, D. C., & Rodrigues, M. D. L. C. F. (2010). Projeto "a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis": comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. *Revista de Nutrição*, 23, 37-47.