

UNIVERSIDADE SANTO AMARO

Curso: Tecnologia em Processos Escolares

Carla Jaqueline Alves Veríssimo

**PROJETO INTEGRADOR: ORGANIZAÇÃO ESCOLAR: A
IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

São Paulo

2021

Carla Jaqueline Alves Veríssimo – 4594169

**PROJETO INTEGRADOR: ORGANIZAÇÃO ESCOLAR: A
IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

Trabalho do curso de Tecnologia em Processos Escolares da Universidade de Santo Amaro – UNISA, como requisito parcial para aprovação da disciplina Projeto Integrador, sob a orientação da Prof.^a. Vera Lucia de Oliveira Ponciano.

São Paulo

2021

RESUMO

Tendo em vista a atual realidade da saúde das crianças de até 10 anos de idade, com crescente número de obesos e com outros distúrbios relacionados à alimentação compete analisar o papel da escola na promoção da educação alimentar e nutricional em prol da alimentação saudável e adequada. Nesse contexto o presente trabalho analisou práticas, embasadas nas legislações sobre alimentação escolar, que foram bem-sucedidas e indicam possibilidade de reversão do quadro que temos hoje. A partir dessa análise foi possível concluir que, ainda que seja um objetivo a longo prazo e que depende do empenho de todos as agentes da educação, é possível vislumbrar mudanças e melhora da qualidade em ensino.

Palavras-chave: Educação alimentar. Obesidade. Práticas de ensino.

ABSTRACT

Considering the current health reality of children up to 10 years of age, with an increasing number of obese people and other eating disorders, it is important to analyze the role of the school in promoting food and nutrition education for healthy and adequate nutrition. In this context, the present work analyzed practices, based on the laws about school feeding, which were successful and indicate the possibility of reversing the situation we have today. From this analysis it was possible to conclude that, even though it is a long-term goal that depends on the commitment of all education agents, it is possible to glimpse changes and improvement in the quality of education.

Keywords: Nutrition education. Obesity. Teaching practices.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	6
CAPÍTULO 1 – OBESIDADE INFANTIL UM MAL CADA VEZ MAIS PRESENTE....	8
CAPÍTULO 2 – PNAE e EAN.....	9
CAPÍTULO 3 – PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR, UM OLHAR ANALÍTICO	11
CONCLUSÃO	12
REFERÊNCIAS.....	13

INTRODUÇÃO

A escola enquanto local de formação de cidadãos está incumbida de atuar de forma multidisciplinar para a educação de qualidade e promoção e manutenção do bem-estar dos alunos. Nesse contexto, compete também a escola atuar em questões que afetam a saúde dos alunos, procurando meios de auxílio aos educandos, pais e comunidade como um todo.

A obesidade é hoje um dos maiores problemas de saúde do mundo segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) e tem crescido de forma assustadora o número de crianças em sobrepeso e obesidade. Temos hoje no Brasil, de acordo com dados do Ministério da Saúde, 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos com obesidade.

É sabido que uma alimentação saudável depende de vários fatores e quando se trata de crianças a educação alimentar deve começar desde cedo de modo a ensinar que uma alimentação adequada proporciona uma boa saúde e assim propiciar que tais hábitos se prolonguem pela adolescência e vida adulta.

Partindo do exposto, o presente trabalho pretende identificar formas de atuação da escola para promoção da educação sobre alimentação saudável em prol da boa saúde dos educandos e consequente criação dessa cultura nesses alunos para que os ensinamentos se tornem hábito e sejam repassados aos familiares e comunidade.

PROBLEMA

Como a escola atua na educação alimentar das crianças até 10 anos de modo a tornar prática a alimentação saudável dentro e fora do ambiente escolar?

OBJETIVOS

Objetivo geral

Identificar formas de promoção da educação alimentar e nutricional no dia a dia escolar.

Objetivos específicos

- Identificar as principais formas de ensino da educação alimentar nas escolas;
- Propor melhorias nas práticas para melhor atendimento ao objetivo.

JUSTIFICATIVA

Tendo em vista a gravidade da obesidade e todos os demais problemas e distúrbios alimentares que acometem cada vez mais o público infantil, é de extrema importância agir o quanto antes e das melhores formas possíveis para reverter esse quadro. Portanto, a escola enquanto ambiente de aprendizagem e local em que as crianças passam boa parte dos seus dias tem um papel essencial nessa batalha e convém analisar quais as formas mais efetivas de atingir esse objetivo de promover a educação alimentar cada vez mais dentro das escolas e, conseqüentemente, aumentar para toda a comunidade a propagação da importância da alimentação saudável.

METODOLOGIA

A análise será através de revisão de estudos e práticas que já são usadas nas escolas, juntamente com a aplicação dos conhecimentos adquiridos durante o curso para propor possíveis melhorias.

CAPÍTULO 1 – OBESIDADE INFANTIL UM MAL CADA VEZ MAIS PRESENTE

A obesidade infantil já é considerada uma epidemia de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) e a origem desse problema vem desde a concepção visto que pais obesos ou em sobrepeso podem gerar filhos com peso acima do adequado. A longo prazo, a obesidade é o elo inicial para muitos outros problemas de saúde, como diabetes, hipertensão arterial e distúrbios cardiovasculares e as crianças por estarem em processo crescimento e desenvolvimento são mais vulneráveis a essas alterações.

Para análise da obesidade é necessário considerar todos os fatores que a propiciam. Atualmente, a alimentação inadequada - baseada em alimentos ultra processados ricos em açúcares e gorduras - e os longos períodos diante das diversas formas de tecnologia (internet, celular, televisão) em detrimento das práticas de brincadeiras ao ar livre e atividades físicas tem se mostrado a receita para crianças menos saudáveis e com Índice de Massa Corporal (IMC) alterado, indicando sobrepeso ou obesidade.

Já que em muitos casos o “mal exemplo” alimentar vem de casa, surge uma brecha para a escola atuar no caminho inverso, buscando ensinar primeiramente as crianças sobre os alimentos e sua importância para o organismo. Assim é possível trazer mais apoio a expansão dos conhecimentos sobre alimentação saudável e os alunos serão a ponte que ligará os pais, familiares e comunidade nessa missão.

CAPÍTULO 2 – PNAE e EAN

Seguindo os preceitos da educação democrática e participativa, é necessária a atuação de todos para ensinar, compartilhar e, principalmente, pôr em prática a alimentação saudável.

Com base nesses objetivos, a Lei N° 11.947 de 16 de junho de 2009 estabeleceu o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) buscando

[...] contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo (BRASIL, 2009).

A partir da promulgação da lei está estabelecido a obrigatoriedade de repasse de verbas destinadas especialmente para a alimentação escolar, que conforme o Art.2º I deve atender “o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis [...]” (BRASIL, 2009). A escolha dos alimentos e confecção do cardápio deve ser adequados a época e local das escolas e faixa etária dos alunos, suprimindo todas as suas necessidades nutricionais durante o período que permanecem no ambiente escolar.

A Lei 11.947 decide ainda em seu Art.2º II:

a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional; (BRASIL, 2009)

Além de especificar a necessidade de opção por alimentos saudáveis e adequados, é clara a intenção de promover o ensinamento sobre educação alimentar e nutricional (EAN) para todos os alunos. Nesse sentido foi criada a *Jornada de Educação Alimentar e Nutricional* que através da contribuição de mais de 900 escolas de ensino

infantil e fundamental I de todo o país, apresenta atividades de formas de ensino da educação alimentar e nutricional com ênfase principalmente

Que o aprendizado seja a partir de atividades que tenham sentido na realidade das crianças, que sejam lúdicas, criativas e ativas. Que reconheçam e valorizem as culturas, os saberes e os fazeres. Que se expandam as dimensões para além do biológico, nossas crianças precisam crescer sabendo e praticando todos os significados da alimentação adequada e saudável. Que a alimentação nutra o corpo, expresse a cultura; que os alimentos tenham origem em processos sustentáveis e justos, que preservem a natureza e respeitem as pessoas. (RECINE, 2019).

Partindo desse ideal apresentado por Elisabetta Recine, Docente/Coordenadora do Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutricional OPSAN/NUT – Universidade de Brasília e das inúmeras práticas conhecidas na *Jornada* ao longo do território brasileiro, é possível vislumbrar um futuro com maior participação de todos os agentes da educação rumo ao objetivo da alimentação saudável e consequente população infantil e, possivelmente adulta (pais, familiares e comunidade) com saúde adequada.

CAPÍTULO 3 – PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR, UM OLHAR ANALÍTICO

O livro originado através da Jornada de EAN em sua segunda edição, nos apresenta relatos de práticas, que, mais do que ensinar, proporcionam diversão às crianças, aproveitando da melhor forma o lado lúdico dos pequenos.

Práticas de gincanas, teatro, apresentações musicais, “caça ao tesouro”, trazem o pensar e agir acerca do tema de educação alimentar e nutricional, porém de forma tão descontraída e natural que se torna atraente aos educandos e nos faz vislumbrar um caminho a seguir para ampliação da propagação de conhecimentos tanto desse tema, quanto de todos os demais que são trabalhados todos os dias com os alunos.

Outra forma que se mostra eficaz é trazer a vivência do produzir alimentar para a sala de aula. As escolas que possuem hortas que são cultivadas com a ajuda dos alunos e tem os alimentos utilizados para consumo na alimentação escolar, apresentam bons resultados com maior interesse das crianças no conhecer, cultivar e provar os alimentos por eles cuidados.

É mais do que possível unir a necessidade de ensino ao apreço e facilidade com a tecnologia que as novas gerações apresentam. Trazer jogos, vídeos e animações, por exemplo, instigam a curiosidade enquanto seguem servindo ao interesse base de agregar conhecimentos.

Tais experiências nos mostram que permanece essencial o uso do bom e velho quadro negro, livros didáticos, atividades e provas, porém inserir outras maneiras de propor o ensino traz animo e volatidade as aulas, mantendo o interesse, atenção e interação dos alunos, principalmente quando se trata de crianças, sempre ativos e propiciando ótimos resultados.

CONCLUSÃO

A luta contra a obesidade e demais problemas oriundos ou agravados pela alimentação inadequada ainda é longa e árdua e, a julgar pelos seus adversários (fast food, sedentarismo, tecnologia) cada vez mais fortes em nossa atualidade, é de se pensar até que ponto podemos acreditar em modificações significativas nesse cenário.

Todavia, estar diante de práticas de políticas públicas como o PNAE e EAN que estabelecem a oferta de alimentação saudável e adequada e enfatizam a importância da educação alimentar e nutricional nos permite vislumbrar possibilidades de mudanças futuras.

São inúmeras as experiências de formas de ensino diferentes das consideradas tradicionais que trazem bons resultados, especialmente porque temos um público diferenciado dos de décadas anteriores. Vivemos hoje na era da tecnologia em que tudo muda e avança muito rápido e o que nos cabe, em todos os sentidos, é utilizar essa tecnologia ao nosso favor, visando sempre o objetivo primordial da educação de qualidade e realmente atuante e formadora da vida em sociedade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **LEI Nº 11.947, DE 16 DE JUNHO DE 2009.** Disponível em:< http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2007-2010/2009/lei/l11947.htm> Acesso em 23 de nov. 2021

BRASIL. Ministério da Educação. **Jornada de Educação Alimentar e Nutricional 2ª edição.** Disponível em:< file:///C:/Users/cliente/Downloads/Jornada_EAN_Segunda_Edicao_2018.pdf> Acesso em 04 dez. 2021

GARCIA, Amanda Vitória Rosa; PAIVA, Priscila Moraes Henrique. **OBESIDADE INFANTIL NO BRASIL: Revisão Bibliográfica.** Disponível em:< <http://repositorio.unis.edu.br/bitstream/prefix/1433/1/amanda.pdf>> Acesso em 22 nov. 2021

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Educação Alimentar e Nutricional – EAN.** Disponível em:< <https://www.fnde.gov.br/programas/pnae/pnae-eixos-de-atuacao/pnae-educacao-alimentar-nutricional>> Acesso em 04 dez. 2021

VICTOR, Nathan. Ministério da Saúde. **Obesidade infantil afeta 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil.** Disponível em:< <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/obesidade-infantil-afeta-3-1-milhoes-de-criancas-menores-de-10-anos-no-brasil>> Acesso em 23 de nov 2021