

**Comitê Gestor Institucional de Formação Inicial e Continuada de
Profissionais da Educação Básica**

ESPECIALIZAÇÃO EM “ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE NO ESPAÇO ESCOLAR”

**A ABORDAGEM DO TEMA “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL” PELOS
PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE
FOZ DO IGUAÇU (PR)**

LEANDRO PEREIRA DA SILVA

Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado ao curso de especialização em “Alimentos, Nutrição e Saúde no Espaço Escolar”/COMFOR, da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA), como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Alimentos, Nutrição e Saúde no Espaço Escolar.

Orientador(a): Fernando Kenji Nampo

Foz do Iguaçu
2016

A ABORDAGEM DO TEMA “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL” PELOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE FOZ DO IGUAÇU (PR)

Leandro Pereira da Silva¹

Fernando Kenji Nampo²

RESUMO

Diante do aumento dos casos de doenças crônicas não transmissíveis, que têm como um dos fatores a mudança do perfil alimentar da população, acredita-se que a escola seja o lugar ideal para fomentar a alimentação saudável, pois é na infância e na adolescência que começam a se definir os hábitos alimentares. Entendendo que a atividade física e a alimentação são fatores indissociáveis para a qualidade de vida do ser humano, o presente estudo teve o objetivo de analisar como os professores de Educação Física abordam o tema “alimentação saudável” durante as atividades com alunos do Ensino Fundamental I da rede municipal de ensino de Foz do Iguaçu (PR). Como instrumento de coleta de dados foi utilizado um questionário elaborado pelos próprios autores, com questões abertas e fechadas. Foram entrevistados 10 professores de Educação Física, sendo 60% do sexo masculino e 40% do sexo feminino. Os resultados da pesquisa mostraram que 80% dos professores ministram aulas com o tema “alimentação saudável”, dos quais 75% realizam aulas expositivas e 62,5% trabalham com visualização de vídeos. Quanto aos principais recursos utilizados para planejar e ministrar as aulas, 62,5% destes professores apontaram os computadores/tablets e também os livros didáticos. As principais dificuldades para abordar o tema, apontadas pelos entrevistados, foram: falta de tempo (40%) e escassez de recursos materiais (30%). Concluiu-se que esta prática pedagógica dos professores de Educação Física se realiza de uma maneira individualizada e não programada, carecendo de integração para que as estratégias de ensino sejam elaboradas e empregadas para alcançar resultados similares no processo de ensino e aprendizagem da alimentação saudável.

Palavra-chave: Educação Física. Prática Pedagógica. Educação Alimentar. Hábitos Saudáveis.

INTRODUÇÃO

A educação alimentar das crianças deixou de ser uma responsabilidade exclusiva da família, tornando-se um assunto de relevância no contexto escolar. De acordo com Zancul

¹ Aluno do Curso de Especialização em “Alimentos, Nutrição e Saúde no Espaço Escolar”/COMFOR, da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA).

² Professor Orientador do Trabalho de Conclusão de Curso da Especialização em “Alimentos, Nutrição e Saúde no Espaço Escolar”/COMFOR, da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA).

(2008), os hábitos alimentares se iniciam na infância, se definem na adolescência e permanecem na vida adulta, e, por isso, a escola é um espaço privilegiado para se educar para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis.

Existe a preocupação e a necessidade de fomentar hábitos saudáveis nas pessoas desde a infância devido ao crescimento dos casos de doenças crônicas não transmissíveis que têm atingido populações de todas as faixas etárias. No Brasil, essas doenças correspondem a 75% dos gastos com assistência hospitalar (GOULART, 2011). Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística mostram que a obesidade e o sobrepeso já atingem, respectivamente, 16,6% e 34,8% das crianças brasileiras entre 5 e 9 anos de idade (IBGE, 2010). Rech et al. (2010), em um estudo realizado com escolares brasileiros com idade entre 7 e 12 anos, constataram que cerca de 30% das crianças estão com obesidade ou sobrepeso.

Estudos comprovaram que a prática regular de exercícios físicos age no controle do peso corporal, pois eles aumentam o gasto calórico do organismo durante e pós-esforço. Além disso, provocam alterações positivas nos sistemas muscular e cardiovascular e fortalecem o sistema imunológico (GONÇALVES, 2014; RONDON; BRUM, 2003; SANTOS; SANTOS; MAIA, 2009). Dessa forma, a alimentação adequada associada à atividade física torna-se indispensável na promoção da saúde, pois seus benefícios estão diretamente relacionados ao combate e a prevenção de algumas doenças crônicas como obesidade, diabetes, hipertensão arterial e outras (SOUSA; OLIVEIRA, 2015).

A alimentação saudável é um tema transversal que se enquadra na disciplina de Educação Física, pois é estreita a relação entre atividade física e dieta como elementos de uma vida saudável. E ainda, o desígnio de estimular a autonomia dos alunos para as práticas saudáveis é o fato que justifica a vantagem de se trabalhar com educação alimentar e nutricional na Educação Física escolar. Nessa perspectiva, percebe-se a importância de intervir na faixa etária de 5 a 11 anos, idade em que as crianças geralmente dão início à prática de exercícios físicos orientados na escola.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) declaram a expectativa de que ao final do primeiro ciclo do ensino fundamental o aluno tome consciência de que a adoção de hábitos saudáveis de higiene, alimentação e práticas corporais resulta em vários benefícios à saúde dos seres humanos (BRASIL, 1997). Contudo, os PCNs ainda não consideram a alimentação saudável como um conteúdo obrigatório e não sugerem propostas pedagógicas para a abordagem desse tema nas aulas de Educação Física. Por isso, a abordagem teórico-metodológica no ensino desses hábitos depende da concepção que o profissional tem de alimentação saudável. Acredita-se que a formação complementar dos professores graduados

nessa área tem grande relevância no processo de abordagem do tema “alimentação saudável”. Sendo assim, é de suma importância que o professor de Educação Física tenha um conhecimento satisfatório sobre o tema e aproveite o dinamismo das aulas para despertar o interesse dos alunos pelo aprendizado de hábitos alimentares saudáveis.

Até onde alcança nosso conhecimento, não há estudos acadêmico-científicos que analisaram a abordagem dos conteúdos de nutrição por professores de Educação Física. Pesquisas que averiguam a inserção dos temas relacionados à saúde no âmbito escolar podem avaliar as estratégias pedagógicas e identificar as eventuais dificuldades apresentadas pelos profissionais do magistério. Desse modo, ações podem ser planejadas a fim de melhorar a atuação do professor como agente de promoção à alimentação saudável.

Sendo assim, a proposta do presente estudo foi a de averiguar a abordagem do tema “alimentação saudável” pelos professores graduados em Educação Física que atuam na rede municipal de ensino de Foz do Iguaçu com crianças do 1º ao 5º ano do ensino fundamental.

1. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

1.1. PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA ESCOLA

A promoção da alimentação saudável se destaca como uma estratégia de saúde pública com uma evidente capacidade de minimizar os problemas decorrentes dos maus hábitos alimentares, porém, ainda se apresenta como um grande desafio para profissionais da saúde e da educação (BRASIL, 2008; SCHMITZ et al., 2008).

De modo geral, a alimentação considerada saudável é constituída por alimentos variados e na quantidade adequada, para garantir que o organismo receba todos os nutrientes necessários para a realização de suas funções em equilíbrio (DARIDO; SOUZA JÚNIOR, 2007).

Todavia, o conceito de alimentação saudável envolve muitos aspectos:

As pessoas, diferentemente dos demais seres vivos, ao alimentar-se não buscam apenas suprir suas necessidades orgânicas de nutrientes. Não se “alimentam” de nutrientes, mas de alimentos palpáveis, com cheiro, cor, textura e sabor. Portanto, o alimento como fonte de prazer e identidade cultural e familiar também é uma abordagem importante para promover a saúde por meio da alimentação (DUTRA et al., 2009, p. 16).

Conforme o Artigo 2º da Portaria Interministerial nº 1.010 de 8 de maio de 2006, a alimentação saudável refere-se a um “padrão alimentar adequado às necessidades biológicas, sociais e culturais dos indivíduos, de acordo com as fases do curso da vida e com base em práticas alimentares que assumam os significados socioculturais dos alimentos”. Este documento legislativo derivou-se da preocupação com a mudança dos hábitos alimentares da população brasileira e o consequente aumento dos casos de doenças crônicas não transmissíveis. A fim de promover a alimentação saudável, tais diretrizes preconizam a inserção da educação alimentar e nutricional no projeto político-pedagógico das escolas, viabilizando múltiplas vivências educacionais através de todas as disciplinas (BRASIL, 2006).

A escola é um local onde saberes são disseminados. A informação gera o conhecimento que faz com que as pessoas tomem consciência dos problemas que comprometem a saúde coletiva, levando-as a modificar suas atitudes e hábitos (ESCRIVÃO; NAGANO; ESCRIVÃO FILHO, 2011 apud ARRUDA et al., 2014). Amparado nessa ideia, acredita-se que a escola tem a capacidade de influenciar diretamente na saúde, no comportamento e no desenvolvimento de habilidades das pessoas. Por conta disso, é vista como o espaço ideal para a consolidação de ações de promoção da alimentação saudável (BRASIL, 2008).

A educação alimentar é um dos pilares da promoção da saúde que, por sua vez, precisa acontecer na escola (BIZZO; LEDER, 2005). Sendo assim, para promover a alimentação saudável neste âmbito, é preciso capacitar todos os profissionais envolvidos com a alimentação na escola, principalmente o professor, pois é quem tem maior proximidade com os alunos e está inserido na mesma realidade social (DAVANÇO, 2004; GAGLIONE, 2006; LEONELLO, 2006 apud VALIM; GOULART, 2011).

Portanto, é importante que os professores recebam orientação de qualidade sobre alimentação saudável e a incorpore em suas atitudes e práticas pedagógicas para, assim, obter resultados satisfatórios no trabalho de educação em saúde. Logo, a preparação deve ser baseada na forma como abordam os temas de saúde no ambiente escolar (BEZERRA; CAPUCHINHO; PINHO, 2015; SCHMITZ et al., 2008).

Cabe ressaltar que a implementação da educação nutricional como conteúdo obrigatório no ensino fundamental requer investimentos em sua concretização e nos requisitos técnico-científicos fundamentais à sua efetivação (BIZZO; LEDER, 2005). Assim, evidencia-se a necessidade da capacitação dos professores que desenvolvem este tema com seus estudantes:

Para que atuem de modo eficiente na promoção da saúde, é fundamental que esses profissionais possuam informações atualizadas sobre saúde, independentemente das disciplinas que ministram, e que apliquem o conteúdo de maneira transversal e interdisciplinar em suas práticas pedagógicas. Além disso, é importante que saibam fazer uso de recursos pedagógicos apropriados, a fim de promover não apenas o conhecimento sobre hábitos alimentares saudáveis, mas que também influenciem a atitude e a prática dos mesmos entre os escolares (BEZERRA; CAPUCHINHO; PINHO, 2015, p. 121).

Para contribuir nesse processo, em 2008 o governo federal elaborou o “Manual operacional para profissionais de saúde e educação - Promoção da alimentação saudável nas escolas” com o intuito de oferecer um instrumento para incentivar e fornecer subsídios para o fortalecimento e planejamento das ações de promoção da alimentação saudável no ambiente escolar (BRASIL, 2008).

1.2. A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENQUANTO TEMA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

A prática pedagógica dos professores de Educação Física que lecionam no ensino fundamental da rede pública do município de Foz do Iguaçu (PR) é norteada pela Associação dos Municípios do Oeste do Paraná (AMOP) através do “Currículo Básico para a Escola Pública Municipal”. Este documento não faz menção da educação alimentar para a saúde nos pressupostos teórico-metodológicos da disciplina, os quais enfatizam o “movimento” como o foco principal das propostas pedagógicas. Somente na proposta curricular para turmas do 2º ano do ensino fundamental aparece a palavra “alimentação” como um tema inserido no eixo “Cultura Corporal e Saúde” (AMOP, 2014).

Segundo Carmo et al. (2013, p. 25) “a disciplina Educação Física Escolar tem a vantagem de trabalhar diretamente sobre a plenitude do desenvolvimento humano, as suas ações não se restringem às práticas mecânicas e esportivizadas”.

Nesse sentido, ao concordarmos com Araújo, Brito e Silva (2010), é possível afirmar que, na escola, a aula de Educação Física é o momento mais apropriado para enfatizar a relação existente entre a prática da atividade física e a alimentação saudável como fatores cruciais para a qualidade de vida.

O professor de Educação Física é um profissional da área da saúde inserido na escola e, por isto, tem a responsabilidade de associar os fatores de atividade física e saúde, tais como

os princípios da alimentação saudável e a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (BARBOSA, 2012).

Para Cruz, Blois e Brito Neto (2012), a disciplina de Educação Física apresenta possibilidades concretas de intervir desde a infância, através de uma didática que aborde os bons hábitos alimentares tanto na teoria como na prática. Entretanto, os autores acreditam que a Educação Física escolar ainda é predominantemente guiada pela tendência tecnicista/competitivista e enfatizam que são rudimentares as propostas que contemplem as concepções do movimento humano no processo de educação em saúde.

De acordo com Devide (1996, p. 52):

Enquanto educador, o professor de Educação Física deve estar atualizado ao conceito multifatorial da saúde, para que, munido de instrumentação teórica consistente, tenha condições de discutir e ampliar a relação de compromisso da Educação Física para além da esfera da aptidão física. A partir dessa reorientação paradigmática, ele poderá fazer com que a Educação Física escolar defina o seu papel em relação à saúde [...].

Atualmente, as praticidades da vida moderna, bem como a grande comercialização e consumo de alimentos e bebidas industrializadas são os principais fatores que acarretam o sedentarismo e, conseqüentemente, aumentam a vulnerabilidade a doenças como a obesidade (AFFONSO; SONATI, 2007). Então, acredita-se que a espontânea aderência à prática de atividades físicas e hábitos alimentares saudáveis, de certa forma, também é resultado das ações de conscientização que as pessoas vivenciam no decorrer da vida escolar.

Nota-se que a orientação adequada é apontada como uma ação efetiva de intervenção dos problemas relacionados à alimentação inadequada e à falta de atividade física. Portanto, esses temas devem ser constantemente enfatizados pelos professores de Educação Física.

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVO GERAL

- Analisar como os professores de Educação Física trabalham o tema “alimentação saudável” com turmas do 1º ao 5º ano do ensino fundamental.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analisar a concepção de “alimentação saudável” dos professores de Educação Física.
- Averiguar a frequência com que os professores de Educação Física trabalham o tema “alimentação saudável” durante o ano letivo.
- Verificar as principais metodologias e recursos utilizados para trabalhar o tema nas aulas de Educação Física.
- Identificar as principais dificuldades que os professores apresentam em relação à abordagem do tema nas aulas de Educação Física.

3. METODOLOGIA

Este é um estudo descritivo quanti-qualitativo que foi sucedido por meio de uma pesquisa de campo. Esta é desenvolvida por meio de entrevistas com o grupo estudado para captar as explicações e interpretações do que ocorre no grupo (GIL, 2002).

Inicialmente, realizou-se um censo junto à coordenação de Educação Física da Secretaria Municipal da Educação (SMED) e foi constatado que, no período de estudo, havia 19 professores de Educação Física contratados em regime estatutário na rede municipal de ensino de Foz do Iguaçu (PR) que haviam assumido o cargo no ano de 2014.

Um convite foi enviado aos endereços de e-mail de todos os professores. A participação na pesquisa era de caráter voluntário, efetivada mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE A). Os professores receberam um link que abria uma página de um formulário eletrônico. Na primeira página do formulário constava o TCLE. Após ler, concordar e clicar em “sim, eu aceito”, os participantes eram direcionados ao questionário da pesquisa.

Foram incluídos no estudo os professores que preencheram o formulário eletrônico e que imprimiram, assinaram e entregaram o TCLE. E os critérios de exclusão adotados foram: estar de licença ou afastado do cargo e; estar contratado em regime estatutário há menos de 1 ano.

Como não foi encontrado na literatura um instrumento de coleta de dados específico para esta investigação, aplicou-se um questionário elaborado pelos próprios autores (APÊNDICE B) com base nos estudos de Bezerra, Capuchinho e Pinho (2015), Valim e Goulart (2011) e Zinhani, Tavares e Salgueiro (2015), que investigaram a maneira como diversos professores do ensino fundamental abordam conteúdos relacionados à alimentação e à saúde. O questionário é composto por perguntas abertas e fechadas que, além de identificar o perfil dos entrevistados, averiguam: a) a concepção que os professores têm de alimentação saudável; b) a frequência da abordagem do tema “alimentação saudável” nas aulas de Educação Física; c) as metodologias e materiais que são utilizados para ensinar os conteúdos e; d) as dificuldades e desafios encontrados pelos professores quando trabalham este tema na escola.

Por fim, foi realizada a análise descritiva dos dados obtidos, com medidas de frequência absoluta e relativa para os questionamentos. Os resultados foram expressos em gráficos e tabelas.

4. RESULTADOS

Este estudo teve a participação de 10 professores de Educação Física, sendo 6 (60%) do sexo masculino e 4 (40%) do sexo feminino. Em relação à formação acadêmica dos participantes, 50% eram graduados somente em Licenciatura e 50% eram graduados em Licenciatura e Bacharelado. Quanto à formação complementar, constatou-se que 80% dos participantes possuíam certificado de especialização (Lato Sensu) e 20% ainda não haviam cursado uma pós-graduação. Além disso, constatou-se que apenas 20% dos entrevistados já participaram de algum tipo de curso da área da nutrição.

A pesquisa verificou que 100% dos entrevistados estavam atuando no cargo de Professor de Educação Física da prefeitura a um período correspondente entre 1 e 2 anos. Por outro lado, considerando o tempo trabalhado em escolas privadas ou em outros municípios, metade dos professores já ministrava aulas para o Ensino Fundamental I há mais de 4 anos.

E em relação às turmas para quais ministram aulas de Educação Física, 100% dos professores afirmaram que trabalham com todas as turmas do Ensino Fundamental I (1º ao 5º ano).

Quando questionados sobre o conceito de alimentação saudável, os participantes deram as seguintes respostas:

P1: *“Alimentação saudável é a escolha correta dos alimentos e a quantidade deles, tendo foco sempre a saúde em primeiro lugar.”*

P2: *“Uma alimentação que traz benefícios para a saúde do corpo.”*

P3: *“Saber o que devemos comer diariamente que faz bem a saúde e entender que tem alguns alimentos que devem ser consumidos bem moderadamente.”*

P4: *“Consumir alimentos que fazem bem à saúde, em quantidade certa e em horários regulares.”*

P5: *“Uma alimentação que possa suprir a necessidade diária de ingestão de alimentos de nossos alunos, rica em fibras e proteínas para que possa dar sustentabilidade e energia para as atividades do dia a dia das nossas crianças.”*

P6: *“Uma alimentação nutricionalmente balanceada, que supra as necessidades calóricas básicas e que seja diversificada. Acredito que uma alimentação saudável refira-se ao equilíbrio entre calorias e a variedade dos alimentos ingeridos, além do correto intervalo entre as refeições. Em suma, alimentação balanceada refere-se ao equilíbrio entre quantidade e qualidade alimentar.”*

P7: *“Alimentação saudável se dá no momento em que há um equilíbrio entre os alimentos e seus benefícios dentro das refeições.”*

P8: *“Comer alimentos considerados saudáveis, a cada três horas, pequenas porções e não pular refeições.”*

P9: *“Comer frutas, verduras e legumes que contenham os componentes necessários a uma dieta adequada.”*

P10: *“Se baseia em uma alimentação equilibrada, contendo todos os nutrientes necessários para o funcionamento do organismo. Ou seja, porções adequadas de carboidratos, minerais, vitaminas, proteínas etc.”*

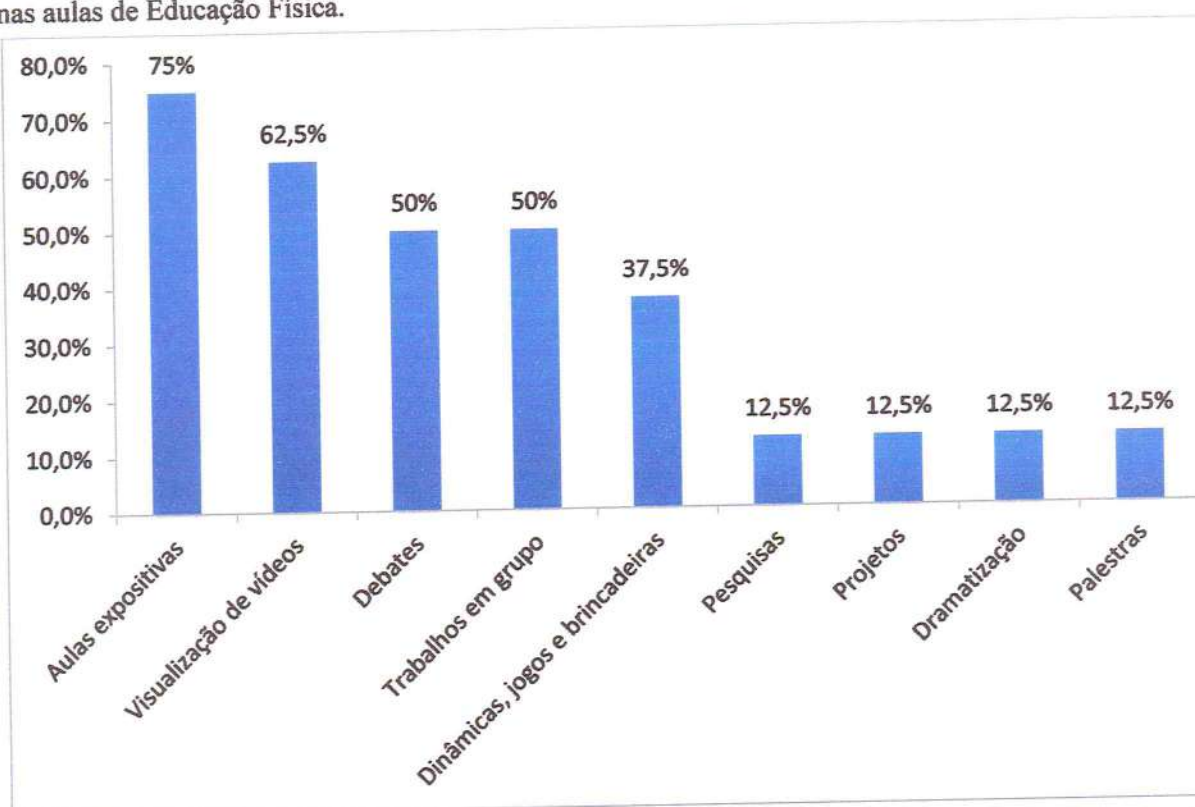
Oitenta por cento dos professores entrevistados aborda o tema “alimentação saudável” nas aulas de Educação Física. Contudo, notou-se que a frequência da abordagem do tema varia entre os profissionais (Tabela 1): 30% faz a abordagem do tema uma vez por bimestre; 20% abordam o tema uma vez por semestre; 20% abordam o tema uma vez por mês; 10% abordam o tema duas vezes por semestre e; 20% dos entrevistados afirmaram que nunca trabalham com este tema.

Tabela 1. Frequência de trabalho com o tema “alimentação saudável” nas aulas de Educação Física.

Frequência de aulas ministradas com atividades sobre alimentação saudável	Quantidade de professores	
	N	(%)
Uma vez por mês	2	20%
Uma vez por bimestre	3	30%
Uma vez por semestre	2	20%
Duas vezes por semestre	1	10%
Nunca	2	20%

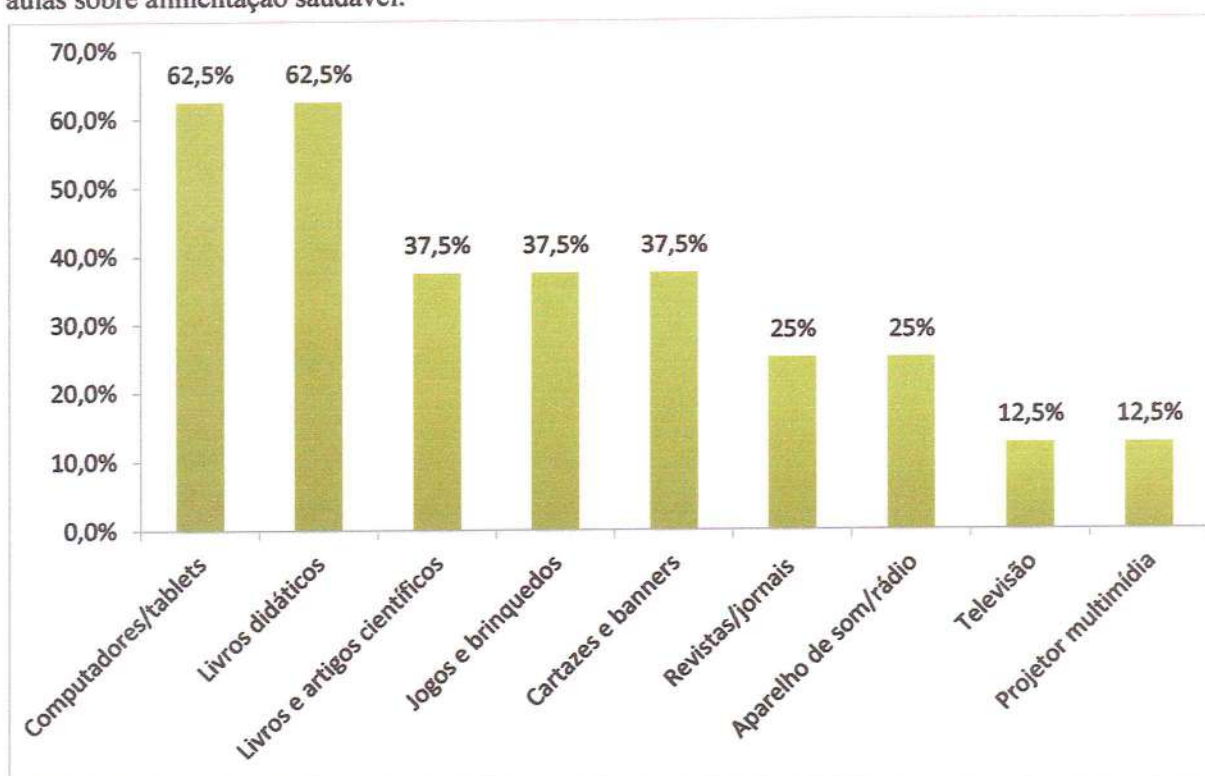
Os professores de Educação Física que trabalham com o tema (N=8) apontaram diversas metodologias que utilizam como estratégias para obter bons resultados na abordagem do tema “alimentação saudável” com os estudantes (Gráfico 1). Das metodologias adotadas pelos professores, aulas expositivas (75%) e visualização de vídeos (62,5%) foram as que obtiveram mais apontamentos no questionário. As outras metodologias que eles utilizam são: debates (50%), trabalhos em grupo (50%), dinâmicas, jogos e brincadeiras (37,5%), pesquisas (12,5%), projetos (12,5%), dramatização (12,5%) e palestras (12,5%).

Gráfico 1. Metodologias utilizadas pelos professores na abordagem do tema “alimentação saudável” nas aulas de Educação Física.



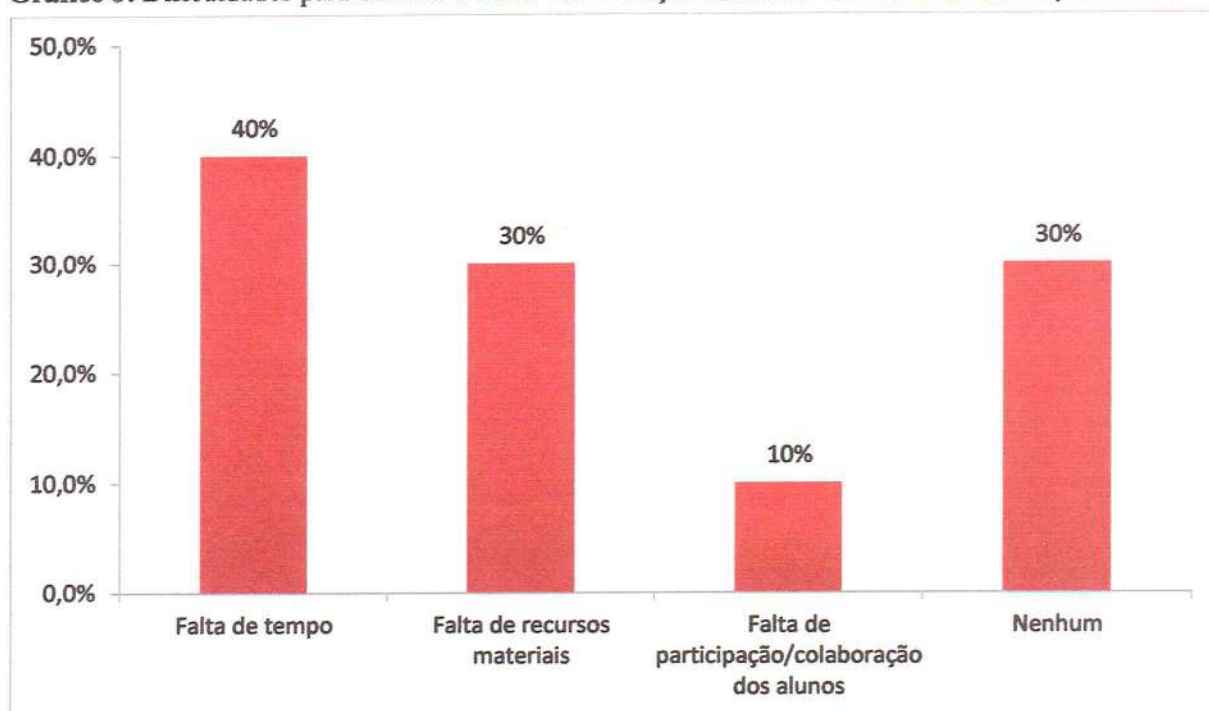
Esses professores também fizeram um levantamento dos principais recursos materiais adotados para planejar e ministrar as aulas com o tema “alimentação saudável” (Gráfico 2). Computadores/tablets e livros didáticos se destacaram como os recursos mais utilizados, sendo apontados por 62,5% dos professores. Os outros recursos que eles utilizam são: livros e artigos científicos (37,5%), jogos e brinquedos (37,5%), cartazes e banners (37,5%), revistas/jornais (25%), aparelho de som/rádio (25%), televisão (12,5%) e projetor multimídia (12,5%).

Gráfico 2. Recursos utilizados pelos professores de Educação Física no planejamento e realização das aulas sobre alimentação saudável.



Os dez participantes do estudo ainda foram questionados sobre os fatores que dificultam o desenvolvimento do tema “alimentação saudável” nas aulas de Educação Física (Gráfico 3). Para 40% dos professores um problema é a falta de tempo; 30% responderam que a falta de recursos materiais é o que dificulta o trabalho e; 10% apontaram a falta de participação/colaboração dos alunos como um fator prejudicial. Já a quantidade de participantes que afirmaram não apresentar nenhuma dificuldade corresponde a 30%.

Gráfico 3. Dificuldades para abordar o tema “alimentação saudável” nas aulas de Educação Física.



5. DISCUSSÃO

É provável que o presente estudo seja uma exclusividade dentro da temática em questão, pois, durante a consulta à literatura, não encontramos publicações de estudos que tiveram uma amostra composta por professores que doutrinam apenas uma disciplina específica como a Educação Física.

Quanto aos resultados, observamos que 80% dos professores entrevistados nunca participaram de algum tipo de curso da área da nutrição. Barros e Mataruna (2005 apud MIRA, 2007) acreditam que os professores não precisam de formação especializada, uma vez que este tema está presente no cotidiano das pessoas, mas devem estar preparados para discutir os conteúdos de maneira crítica e contextualizada, vinculando saúde às condições de vida e direitos do cidadão.

Entendemos que os participantes deste estudo têm a percepção de que alimentação saudável tem relação com “o que se come” e “como se come”, uma vez que os comentários fazem alusão à qualidade dos alimentos de uma dieta e às porções e horários das refeições. Assim como no estudo de Valim e Goulart (2011), as respostas também variavam desde consumo de alimentos nutritivos e seu bom aproveitamento a uma alimentação equilibrada.

Zinhani, Tavares e Salgueiro (2015) realizaram um estudo que avaliou as principais

estratégias de educação alimentar utilizadas nas classes de 21 professores do Ensino Fundamental II. Aproximadamente 75% dos professores afirmaram que trabalham com o tema “alimentação e saúde” somente uma vez por mês, e cerca de 25% nunca preparam uma aula para abordar o tema. Observamos uma semelhança com os resultados do nosso estudo, em que 20% dos professores de Educação Física não doutrinam conteúdos da temática.

O presente estudo verificou que as aulas expositivas e a visualização de vídeos são os métodos mais utilizados para a abordagem do tema “alimentação saudável”. Valim e Goulart (2011) realizaram um estudo com 176 professores do Ensino Fundamental I e os resultados mostraram que mais de 50% dos professores abordam o tema através de textos e pesquisas. Bezerra, Capuchinho e Pinho (2015) entrevistaram 158 professores do Ensino Fundamental I que na abordagem do tema utilizam principalmente as pesquisas e as aulas expositivas. No trabalho de Zinhani, Tavares e Salgueiro (2015) se destacaram os debates em grupo e, também, as aulas expositivas.

Cabe destacar que as dinâmicas, os jogos e as brincadeiras caracterizam-se como métodos ativos que estimulam uma pluralidade de recursos sensoriais que favorecem a fixação do conhecimento durante o processo de ensino e aprendizagem (SILVA, 2005 apud GALENO, 2011). Esta pesquisa constatou que dinâmicas, jogos e brincadeiras, que são mais comuns e apropriados para as aulas de Educação Física, são utilizados como estratégia de ensino por apenas 37,5% dos professores que abordam o tema.

O presente estudo também constatou que os recursos mais utilizados pelos professores de Educação Física nas aulas sobre alimentação saudável são os computadores/tablets e os livros didáticos. No estudo de Zinhani, Tavares e Salgueiro (2015), mais de 80% dos professores responderam que utilizam jornais e revistas.

Em relação aos fatores que dificultam a abordagem do tema “alimentação saudável”, 40% dos entrevistados responderam que é a falta de tempo, pois acreditam que o número de aulas destinado à disciplina é insuficiente para a organização das atividades. Atualmente, os alunos do ensino fundamental da rede municipal de ensino de Foz do Iguaçu (PR) têm apenas uma aula de Educação Física por semana, o que justifica a luta pela valorização da profissão que tem ocorrido através de reivindicações de aumento do número de aulas semanais e abertura de novos concursos públicos para o cargo.

O primeiro passo para mudar essa realidade foi a publicação do Decreto nº 24.064 de 27 de agosto de 2015, que determina que a rede municipal de ensino de Foz do Iguaçu (PR), até o ano de 2018, ofertará pelo menos duas aulas semanais da disciplina de Educação Física, para cada turma do Ensino Fundamental I (PMFI, 2015).

Assim como neste estudo com professores de Educação Física, a falta de recursos materiais didáticos também foi apontada como um dos maiores empecilhos pelos participantes do estudo de Bezerra, Capuchinho e Pinho (2015) e de Valim e Goulart (2011). Neste caso, é preciso que os gestores públicos e a comunidade escolar se comprometam com a promoção da alimentação saudável na escola e busquem alternativas para ampliar a disponibilidade de recursos didáticos.

Consideramos que o presente estudo apresentou uma limitação, pois não contou com a participação de todos os professores de Educação Física da rede municipal de Foz do Iguaçu (PR). Por outro lado, o método de coleta de dados, a nosso ver, proporcionou aos participantes certa privacidade no momento de responder o questionário, livrando-os de possíveis constrangimentos e favorecendo a fiabilidade das respostas.

CONCLUSÃO

Apesar dos conteúdos de nutrição não serem obrigatórios na educação básica, a maior parte dos professores de Educação Física entrevistados elencam a alimentação saudável como tema de algumas aulas teóricas e práticas. Entretanto, notamos que o trabalho desses profissionais é realizado de uma maneira individualizada, desde o planejamento até a execução das atividades. Ou seja, não há organização para que as estratégias de ensino dos professores sejam elaboradas e empregadas para alcançar resultados similares com todos os alunos da rede municipal de ensino.

Uma solução seria oferta de cursos de capacitação em educação nutricional tendo como público alvo os professores de Educação Física, com o intuito de oportunizar compartilhamento de experiências e interação entre eles. Deste modo, além de propiciar a aquisição de conhecimentos sobre o assunto, esses cursos também serviriam como um momento de planejamento coletivo das ações didáticas e de debates voltados à minimização dos problemas que dificultam a abordagem do tema “alimentação saudável”.

Acreditando que a Educação Física tem um papel de destaque na promoção da alimentação saudável no âmbito escolar, esperamos que este trabalho possa subsidiar o planejamento de ações que visem melhorar a qualidade do trabalho dos professores desta disciplina que atuam na promoção de saúde dentro da escola.

Por fim, ansiando o desenvolvimento científico da temática tratada, sugerimos a realização de novos estudos com professores que lecionam outras disciplinas e/ou em outros

níveis da educação básica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AFFONSO, C. V.; SONATI, J. G. Hábitos alimentares e prevenção de doenças. In: VILARTA, R. (Org.). **Alimentação saudável, atividade física e qualidade de vida**. Campinas: IPES Editorial, 2007.
- AMOP - Associação dos Municípios do Oeste do Paraná. **Currículo básico para a escola pública municipal: educação Infantil e ensino fundamental – anos iniciais**. Cascavel: AMOP, 2014.
- ARAÚJO, R. A.; BRITO, A. A.; SILVA, F. M. O papel da Educação Física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. **Educação Física em Revista**, v. 4, n. 2, mai./jun./jul./ago. 2010. Disponível em: <<http://portalrevistas.ucb.br/index.php/efr/article/view/1651/1159>>. Acesso em: 22 jan. 2016.
- ARRUDA, H. S. et al. Ação extensionista para fortalecer a importância alimentar e ambiental dos frutos do cerrado em Rio Paranaíba (MG). **Revista Conexão UEPG**, Ponta Grossa, v. 10, n. 2, p. 264-277, jul./nov. 2014.
- BARBOSA, R. M. S. P. Resenha do livro “Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo”, de Markus Vinicius Nahas. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 34, n. 2, p. 513-518, abr./jun. 2012.
- BEZERRA, K. F.; CAPUCHINHO, L. C. F. M.; PINHO, L. Conhecimento e abordagem sobre alimentação saudável por professores do ensino fundamental. **Demetra**, v. 10, n. 1, p. 119-131, 2015.
- BIZZO, M. L. G.; LEDER, L. Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 18, n. 5, p. 661-667, set./out. 2005.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual operacional para profissionais da saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas**. Brasília: MS, 2008.
- BRASIL. Ministério da Saúde e Ministério da Educação. **Portaria Interministerial nº 1. 010 de 8 de maio de 2006**. Brasília: MS/MEC, 2006.
- BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física**. Brasília: MEC/SEF, 1997.
- CARMO, N. et al. A importância da Educação Física escolar sobre aspectos de saúde: sedentarismo. **Revista Educare CEUNSP**, v. 1, n. 1, p. 21-29, 2013.

CRUZ, M. B. V.; BLOIS, N. L.; BRITO NETO, A. C. Saúde, educação alimentar e infância: contribuições das aulas de Educação Física para adoção de um estilo de vida saudável. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires, v. 17, n. 172, set. 2012. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd172/saude-educacao-alimentar-e-infancia.htm>>. Acesso em: 22 jan. 2016.

DARIDO, S. C.; SOUZA JÚNIOR, O. M. **Para ensinar educação física: possibilidades de intervenção na escola**. Campinas: Papirus, 2007.

DEVIDE, F. P. Educação Física e saúde: em busca de uma reorientação para a sua práxis. **Movimento**, v. 3, n. 5, p. 44-55, 1996.

DUTRA, E. S. et al. **Alimentação saudável e sustentável**. Brasília: Universidade de Brasília, 2009. 88p.

Disponível em:

<http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=611-alimentacao-saudavel&Itemid=30192>. Acesso em: 10 jan. 2016.

GALENO, R. S. Promoção da Alimentação Saudável na Escola: A busca por Práticas Pedagógicas Alternativas. Brasília, 2011. 28p. Monografia (Licenciatura em Ciências Naturais), Universidade de Brasília, Faculdade UnB Planaltina.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GONÇALVES, P. N. J. Exercício físico e sistema imunológico. Porto, 2014. 32p. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas), Universidade Fernando Pessoa.

GOULART, F. A. A. **Doenças crônicas não transmissíveis: estratégias de controle e desafios e para os sistemas de saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde/Ministério da Saúde, 2011.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009**. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

MIRA, F. D. Capacitação de professores em alimentação saudável na rede municipal de ensino de Mutuípe, Bahia: alcances e limitações. Salvador, 2007. 120p. Dissertação (Mestrado em Alimentos, Nutrição e Saúde), Universidade Federal da Bahia.

PMFI - Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu. Decreto nº 24.064, de 27 de agosto de 2015. Regulamenta a Lei no 2.869, de 18 de dezembro de 2003, que institui política de Educação Física na Rede Municipal de Ensino e dá outras providências. **Diário Oficial de Foz do Iguaçu**. Foz do Iguaçu, PR, v. 18, n. 2615, p. 3-4, 04 set. 2015.

RECH, R. R. et al. Prevalência de obesidade em escolares de 7 a 12 anos de uma cidade Serrana do RS, Brasil. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v. 12, n. 2, p. 90-97, 2010.

RONDON, M. U. P.; BRUM, P. C. Exercício físico como tratamento não farmacológico da hipertensão arterial. **Revista Brasileira de Hipertensão**, v. 10, n. 2, p. 134-139, abr./jun. 2003.

SANTOS, B. V.; SANTOS, M. N.; MAIA, H. P. Os benefícios da atividade física regular para pessoas com obesidade. **Conexões: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 7, n. 3, p. 103-113, set./dez. 2009.

SCHMITZ, B. A. S. et al. A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 24 Sup.2: S312-S322, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.org/pdf/csp/v24s2/16.pdf>>. Acesso em: 22 jan. 2016.

SOUSA, E. M.; OLIVEIRA, J. G. As contribuições da nutrição aliada à prática de atividades físicas. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires, v. 20, n. 203, abr. 2015. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd203/nutricao-aliada-a-atividades-fisicas.htm>>. Acesso em: 18 nov. 2015.

VALIM, L. L. S.; GOULART, R. M. M. Avaliação do conhecimento e das atividades desenvolvidas por professores de escolas públicas de dois municípios de São Paulo em relação à promoção de alimentação saudável. 2011. 17p. Universidade Municipal de São Caetano do Sul. Disponível em: <http://www.uscs.edu.br/pesquisasacademicas/images/download_inici_cientifica/prof_ritagoular_e_leticialeiko_sau_nut.pdf>. Acesso em: 04 nov. 2015.

ZANCUL, M. S. Orientação alimentar e nutricional dentro da escola: formação de conceitos e mudanças de comportamento. Araraquara-SP, 2008. 132p. Tese (Doutorado em Ciências Nutricionais), Faculdade de Ciências Farmacêuticas de Araraquara, Universidade Estadual Paulista.

ZINHANI, D. Q.; TAVARES, C. Z.; SALGUEIRO, M. M. H. A. O. A educação alimentar no ensino fundamental II: fundamentos e preposições. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires, v. 20, n. 207, ago. 2015. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd207/a-educacao-alimentar-no-ensino-fundamental.htm>>. Acesso em: 04 nov. 2015.

APÊNDICE A

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado a participar como voluntário da pesquisa: **A ABORDAGEM DO TEMA “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL” PELOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE FOZ DO IGUAÇU (PR)**, que faz parte do Trabalho de Conclusão de Curso da Especialização em Alimentos, Saúde e Nutrição no Espaço Escolar, da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA) sob a orientação do(a) prof. **Fernando Kenji Nampo**, desenvolvido pelo(a) aluno(a) **Leandro Pereira da Silva**. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido tem como fim assegurar seus direitos e seu conhecimento sobre o estudo como participante, e é feito em duas vias, para que uma fique com você e outra com o pesquisador.

Por favor, leia com atenção e tranquilidade, aproveitando para esclarecer suas dúvidas. Você poderá, se preferir, levar para casa o Termo e consultar seus familiares ou outras pessoas antes de decidir participar da pesquisa.

Os objetivos desta pesquisa são: a) Analisar a concepção de “alimentação saudável” dos professores de Educação Física. b) Averiguar a frequência com que os professores de Educação Física trabalham o tema “alimentação saudável” durante o ano letivo. c) Verificar as principais metodologias e recursos utilizados para trabalhar o tema nas aulas de Educação Física. d) Identificar as principais dificuldades que os professores apresentam em relação à abordagem do tema nas aulas de Educação Física.

O estudo proposto apresenta a seguinte importância: é uma iniciativa que espera servir de referência no planejamento de ações que visem melhorar a qualidade do trabalho dos professores desta disciplina que atuam na promoção de saúde dentro da escola.

Esta pesquisa corresponde a uma abordagem quanti-qualitativa que averiguará o perfil do entrevistado e a forma como desenvolve o tema alimentação saudável nas aulas de Educação Física. Participando do estudo você será convidado a responder um questionário com questões abertas e fechadas através de um formulário eletrônico.

Ressaltamos que a sua identidade será mantida sob sigilo e as informações fornecidas

serão utilizadas somente para fins acadêmico-científicos. Esta pesquisa não oferecerá riscos e/ou desconfortos aos voluntários envolvidos.

Ao final do estudo você poderá ter acesso aos resultados da pesquisa, caso deseje. Esta pesquisa não prevê nenhuma remuneração em troca da participação e o voluntário poderá desistir da pesquisa no momento em que desejar, sem necessidade de notificação por escrito.

Eu, _____, declaro que estou ciente das informações das quais me foram transmitidas e concordo voluntariamente em participar desse estudo.

Foz do Iguaçu, _____ de _____ de 201 ____.

Prof. Fernando Kenji Nampo
Orientador(a) da pesquisa
Email: fernando.nampo@unila.edu.br
Telefone: (45)-91551707

(Assinatura do participante)

Leandro Pereira da Silva
leandrops@seed.pr.gov.br

APÊNDICE B

QUESTIONÁRIO SOBRE A ABORDAGEM DO TEMA “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL” NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

DADOS PESSOAIS:

1. Sexo: ☐ Masculino ☐ Feminino

2. Formação acadêmica em Educação Física:

☐ Licenciatura ☐ Licenciatura e Bacharelado

3. Em que ano você se formou em Educação Física?

4. Formação acadêmica complementar:

☐ Especialização ☐ Mestrado ☐ Doutorado

5. Há quanto tempo você ministra aulas de Educação Física no Ensino Fundamental - Anos Iniciais?

6. Há quanto tempo está atuando como Professor de Educação Física da rede municipal de Foz do Iguaçu (PR)?

7. Para qual(ais) turma(s) do ensino fundamental você ministra aulas de Educação Física?

☐ 1º ano ☐ 2º ano ☐ 3º ano ☐ 4º ano ☐ 5º ano

EM RELAÇÃO À ABORDAGEM DO TEMA “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL” NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA:

8. Em sua opinião, o que é uma “alimentação saudável”?

9. Você trabalha o tema “alimentação saudável” em suas aulas de Educação Física?

☐ Sim ☐ Não

10. Com que frequência você trabalha o tema “alimentação saudável” com suas turmas nas aulas de Educação Física?

- | | | |
|------------------------------------|---------|--------------------------------|
| ☐ Uma vez | → Por → | ☐ Semana |
| ☐ Duas vezes | | ☐ Mês |
| ☐ Três vezes | | ☐ Bimestre |
| ☐ Quatro vezes | | ☐ Semestre |
| ☐ Cinco vezes | | ☐ Ano |

11. Qual(ais) estratégia(s) metodológica(s) você utiliza para a abordagem do tema “alimentação saudável” em suas aulas de Educação Física?

- | | |
|--|--|
| ☐ Aulas expositivas | ☐ Leitura e elaboração de textos |
| ☐ Debates | ☐ Dinâmicas, jogos e brincadeiras |
| ☐ Trabalhos individuais | ☐ Projetos |
| ☐ Trabalhos em grupos | ☐ Passeios e visitas técnicas |
| ☐ Pesquisas | ☐ Dramatização |
| ☐ Visualização de filmes e vídeos | ☐ Outro(s). Qual(ais)? _____ |

12. Qual(ais) recurso(s) você utiliza para planejar e ministrar as aulas sobre o tema “alimentação saudável”?

- ☐ Livros didáticos
☐ Manuais técnicos de alimentos
☐ Livros e artigos científicos

- ☐ Revistas/jornais
- ☐ Computador/tablet
- ☐ Jogos e brinquedos
- ☐ Cartazes e banners
- ☐ Televisão
- ☐ Aparelho de som/rádio
- ☐ Outro(s). Qual(ais)? _____

13. Qual(ais) fator(es) dificulta(m) a abordagem do tema “alimentação saudável” em suas aulas de Educação Física?

- ☐ Nenhum
- ☐ Falta de recursos materiais
- ☐ Falta de conhecimento
- ☐ Falta de apoio/orientação pedagógica
- ☐ Falta de participação/colaboração dos alunos
- ☐ Outro(s). Qual(ais)? _____

14. Você participa ou já participou de algum curso de formação complementar na área de alimentação, nutrição e saúde?

- ☐ Sim. Qual? _____
- ☐ Não.