

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

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

**A IMPORTÂNCIA DE EDUCADORES ALIMENTARES ATIVOS: PARCERIA
ENTRE EDUCAÇÃO E SAÚDE NA BUSCA DA DISSEMINAÇÃO DE
HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM UM CENTRO MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO INFANTIL DA REGIÃO NORDESTE DE FOZ DO IGUAÇU, PR.**

Janaina Palma de Lima

Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado ao curso de especialização “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): Rosemary Jane Monteiro de Carvalho.

Foz do Iguaçu
2016

**A IMPORTÂNCIA DE EDUCADORES ALIMENTARES ATIVOS: PARCERIA
ENTRE EDUCAÇÃO E SAÚDE NA BUSCA DA DISSEMINAÇÃO DE HÁBITOS
ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM UM CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
INFANTIL DA REGIÃO NORDESTE DE FOZ DO IGUAÇU, PR.**

Janaina Palma de Lima¹

Rosemary Jane Monteiro de Carvalho²

RESUMO

A formação do hábito alimentar inicia-se na infância e é influenciado por todos os envolvidos nos cuidados dos mesmos, como a família e educadores de centros municipais de educação infantil (CMEIs) pois, muitas crianças permanecem a maior parte do dia nesses locais. Então, o conhecimento dos educadores sobre alimentação saudável, bem como suas práticas pessoais e profissionais, merecem atenção para favorecer uma adequada educação alimentar nos CMEIs. Este trabalho teve como objetivo promover reflexão com educadores do CMEI João de Aquino de Foz do Iguaçu acerca da importância da disseminação de hábitos alimentares saudáveis na prática profissional. Foram aplicados questionários com 10 educadoras para conhecer suas práticas profissionais e também seus hábitos alimentares. Na sequência foi realizada uma oficina a fim de contribuir para o cuidado da alimentação e práticas profissionais das educadoras. Os resultados demonstraram que a maioria das educadoras realizam atividades de educação alimentar mas que não há uniformidade nas metodologias e fontes utilizadas. Foram observados impactos positivos pelas educadoras após a realização de suas atividades e como principais problemas enfrentados pelo CMEI na alimentação ficou destacado a pouca colaboração da família na alimentação infantil e questões envolvendo o cardápio do CMEI. Quanto aos hábitos alimentares das educadoras ficou demonstrado alguns aspectos que apontam a necessidade de mudanças para escolhas alimentares mais saudáveis. Este trabalho evidenciou a necessidade de um trabalho intersetorial, entre educação e saúde, de forma contínua favorecendo a formação de educadores alimentares ativos com o envolvimento de toda a comunidade escolar.

Palavras-chave: hábitos alimentares, educação alimentar, educadores alimentares, centros municipais de educação infantil (CMEIs).

INTRODUÇÃO

A alimentação se desenvolve de maneira diferente nas diversas fases na vida de um

¹ Pós-graduanda em Alimentação Nutrição e Saúde no Espaço Escolar – UNILA – janaina.pl@gmail.com

² Professora Orientadora. Nutricionista. Mestre em Engenharia de Produção pela COPPE/UF RJ. Especialista em Nutrição e Dietética pela UFOP.

indivíduo sendo influenciada pelos estágios de desenvolvimento físico, cognitivo, social e emocional (ALVARENGA, 2015). A formação do hábito alimentar inicia-se desde o momento que a criança recebe os primeiros alimentos complementares associado às experiências positivas e negativas ligadas à alimentação durante a infância podendo ser seguido por toda a vida (PALMA, D.; OLIVEIRA, F. L. C.; ESCRIVÃO, M. A. M. S., 2009).

Segundo a American Dietetic Association crianças entre 2 e 11 anos de idade devem ter hábitos alimentares apropriados para favorecer o desenvolvimento físico e cognitivo ideal, obter peso saudável e desfrutar de refeições que sejam prazerosas (ESCOTT-STUMP, 2011).

A atuação de pais e outros adultos envolvidos com os cuidados das crianças constituem papel importante na formação dos hábitos alimentares infantis. Ao observar pessoas conhecidas comendo o que lhes é oferecido, as crianças podem identificar que a comida é boa, e então sentirem-se mais confiantes para comer (ALVARENGA, 2015).

Portanto, pode-se afirmar que um trabalho realizado em equipe entre escola, pais e comunidade é essencial para incentivar as crianças a fazerem escolhas alimentares e a praticarem atividades físicas para obtenção de um estilo de vida saudável (ESCOTT-STUMP, 2011).

Conforme descrito no estudo de Longo-Silva (2011), nos últimos anos houve aumento progressivo da participação da mulher no mercado de trabalho, que passou a ser necessária na composição do rendimento familiar. Esta realidade levou à necessidade do aumento da rede de creches gratuitas em várias cidades do país.

Com isso muitas crianças passam a maior parte do dia em creches, podendo permanecer meio período ou durante o dia todo e, recebendo boa parte da sua alimentação diária nesse ambiente. O professor/educador que já configura-se como facilitador e mediador que conduz conhecimento e passa a maior parte do tempo com os alunos, conhecendo suas realidades e estabelecendo vínculos, pode ser o principal influenciador de hábitos alimentares saudáveis (FONTES, 2011).

Fontes (2011) ressalta em sua pesquisa que a relação do professor e aluno ultrapassa a simples transmissão de conteúdos, pois estabelece-se uma relação afetiva que pode deixar marcas por toda a vida.

Segundo Abreu e Masetto (1990, p.115) *apud* Fontes, (2011) “é o modo de agir do professor em sala de aula, mais do que suas características de personalidade que colabora para uma adequada aprendizagem dos alunos”.

No entanto, o conhecimento dos educadores acerca da alimentação saudável bem como, suas práticas pessoais, configuram-se em importantes fatores no desenvolvimento de ações de promoção de hábitos alimentares saudáveis voltado para as crianças. Mas, conforme os autores Marinho, Assao e Cervato-Mancuso (2010), as percepções desses profissionais sobre esses fatores demonstram-se deficientes quando comparadas aos parâmetros da promoção dos hábitos alimentares saudáveis.

Os autores Shimabukuro, Oliveira e Taddei (2008) durante pesquisa sobre o conhecimento de educadores de creche sobre alimentação infantil verificaram que as educadoras, em sua maioria, erraram de 25 a 50% (seis a 12 questões) das 23 questões aplicadas sobre o tema.

Diante do que foi apresentado o presente estudo buscou conhecer os hábitos alimentares de educadores de um centro municipal de educação infantil bem como suas práticas de educação alimentar voltadas para as crianças e partindo desses levantamentos promover reflexão acerca da importância da disseminação de hábitos alimentares saudáveis através de oficina.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Promover reflexão com educadores de um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) de Foz do Iguaçu acerca da importância da disseminação de hábitos alimentares saudáveis na prática profissional.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conhecer os hábitos alimentares dos participantes;

- Identificar as práticas de educação nutricional já desenvolvidas pelos educadores do CMEI;
- Compartilhar com os educadores temas relacionados à alimentação saudável de forma interativa.

METODOLOGIA

Esse trabalho de pesquisa foi desenvolvido por meio de um Estudo de Caso, utilizando método qualitativo e quantitativo de informação. A pesquisa foi realizada com educadores do Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) João de Aquino, localizado no bairro Santa Rita de Foz do Iguaçu, PR. A equipe é composta por 10 educadores e, atendem 194 alunos matriculados no CMEI.

A pesquisa realizada teve início no mês de dezembro de 2015 e término em fevereiro de 2016.

Inicialmente foi aplicado um questionário, em forma de entrevista individual, com 5 questões abertas sobre a prática profissional dos educadores. Na sequência aplicou-se o teste “Como está sua alimentação?” do Ministério da Saúde, com 18 questões, com o objetivo de conhecer os hábitos alimentares dos educadores. Todos os educadores concordaram e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido em duas vias para participação na pesquisa.

Num segundo momento foi previamente agendada com a diretora do CMEI o dia e horário para a realização da oficina para os educadores tendo como objetivo: compartilhar temas relacionados à alimentação saudável de forma interativa, a fim de contribuir para o cuidado da alimentação das educadoras e também com suas práticas profissionais de educação alimentar destinadas aos alunos do CMEI.

Foi elaborada uma apostila intitulada “Práticas para educadores alimentares ativos” para o CMEI, que foi entregue ao final da oficina em forma de contribuição para as atividades desenvolvidas pelos educadores.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa todos os 10 educadores do CMEI, todos do sexo feminino, tanto na primeira parte que foi a aplicação do questionário, quanto na segunda parte na oficina.

Iniciando com os resultados das questões abertas, a primeira pergunta era se a educadora realiza alguma atividade de educação alimentar no CMEI e 80% delas responderam que sim. As duas educadoras que responderam não realizarem atividades de educação alimentar no CMEI justificaram sua resposta relatando que atualmente trabalham na parte administrativa, sendo uma delas a diretora do CMEI.

Todas as tabelas demonstram os resultados das questões abertas e foram organizadas a fim de evidenciar quais respostas apresentaram maior frequência no relato das educadoras. Segue abaixo na tabela 1 as respostas com relação às práticas de educação alimentar desenvolvidas.

Tabela 1. Atividades de educação alimentar realizadas pelas educadoras no CMEI.

Pergunta: Quais as atividades de educação alimentar realizadas e qual a frequência das mesmas?	Frequência encontrada nas respostas
Aplicado o projeto pedagógico sobre alimentação saudável (1º semestre), temas envolvendo: higiene, alimentos naturais e industrializados	60%
É questionado com as crianças o que gostam de comer e também a cor, forma, textura e cheiro dos alimentos	20%
De forma diária/semanal no momento da alimentação das crianças com orientações informais (ex.: incentivando as mesmas a comerem/provarem todos os alimentos servidos no CMEI)	50%
Trabalhado em datas comemorativas durante o ano o tema da alimentação saudável	10%
Montaram cartazes da pirâmide alimentar e finalizaram com salada de frutas feitas em sala de aula. Os pais que puderam colaborar mandaram frutas pelo seu filho	20%
Através de músicas, brincadeiras de roda procuram trabalhar os alimentos que não são frequentemente aceitos pelas crianças	20%

Conforme descrito na tabela acima, é possível notar que a maioria das educadoras (60%) desenvolvem atividades relacionadas à alimentação no 1º semestre do ano letivo, pois o tema da alimentação faz parte do projeto pedagógico que o CMEI trabalha, envolvendo vários

subtemas durante a abordagem. Metade das educadoras, no momento das refeições servidas no CMEI, procuram orientar as crianças de forma a incentivá-las a provarem e comerem todos os alimentos ofertados.

Observa-se ainda na tabela 1 que algumas atividades relatadas não envolvem todo o CMEI, sendo realizadas por uma ou duas professoras com sua(s) turma(s).

Tabela 2. Fontes/materiais utilizados nas atividades de educação alimentar pelas educadoras.

Pergunta: Quais as fontes/materiais utilizados nas atividades de educação alimentar ?	Frequência encontrada nas respostas
Através de discussão com o grupo de educadoras	20%
Livros de receitas e revistas	30%
Educadores elaboram cartazes; painel, pirâmide de alimentos	20%
Alimentos da cozinha do CMEI	20%
Vídeos pedagógicos	10%
Internet	60%
Material disponibilizado pela Secretaria Municipal da Educação, ex.: literatura infantil e livros pedagógicos	40%
Frutas levadas pelos pais das crianças	10%
Cardápio elaborado pela nutricionista da Educação	10%

Na tabela 2 verifica-se que a fonte mais utilizada para pesquisa das atividades de educação alimentar pelas educadoras é a internet (60% das respostas) e em segundo lugar estão os materiais disponibilizados pela Secretaria Municipal da Educação seguido de livros de receitas e revistas e ainda, com menor porcentagem, outras fontes de pesquisa utilizadas.

Considerando as respostas de ambas as tabelas 1 e 2 pode-se afirmar que não existe uniformidade tanto nas atividades realizadas quanto nas fontes e materiais utilizados. Esse fato demonstra que as educadoras têm autonomia no seu trabalho mas também pode significar que algumas crianças estão sendo privilegiadas recebendo mais orientações e podendo participar de mais atividades de educação alimentar e outras nem tanto.

Tabela 3. Impacto das atividades realizadas com as crianças segundo a percepção das educadoras.

Pergunta: Qual o impacto das atividades já realizadas com as crianças ?	Frequência
---	------------

	encontrada nas respostas
As crianças costumam levar as informações para casa e cobrar dos pais	10%
As crianças melhoraram a aceitação da alimentação em casa conforme relatos que ouvem dos pais	20%
Mudança de hábitos e melhora da aceitação das saladas e frutas da alimentação do CMEI	50%
O ambiente do CMEI facilita o aprendizado	10%
Promoveu o conhecimento das frutas e todas provaram	10%
Algumas crianças não gostam e não experimentam a fruta	10%

Metade das educadoras observaram mudança de hábitos após a realização das atividades de educação alimentar e melhora da aceitação de saladas e frutas pelas crianças, conforme descrito na tabela 3. O restante das respostas demonstraram impactos positivos após a realização das atividades e apenas uma resposta relacionou um impacto negativo onde foi relatado que algumas crianças mesmo após participarem das atividades se negam a experimentar frutas que não gostam. Esse fato representa uma minoria observada pelas educadoras.

Tabela 4. Principais problemas relacionados à alimentação que o CMEI enfrenta com os alunos na visão das educadoras.

Pergunta: Na sua visão quais os principais problemas relacionados à alimentação que o CMEI enfrenta com os alunos ?	Frequência encontrada nas respostas
Percebe falta de estímulo e colaboração da família quanto à alimentação saudável e mais natural	30%
Relato de um caso de aluno que traz guloseimas na mochila como salgadinho por exemplo e não aceita nenhum alimento oferecido no CMEI	20%
Pouca variedade do cardápio do CMEI, percebe que as crianças enjoam, pouca variedade de frutas, carne de pouca qualidade fornecida na merenda	20%
Pouco recurso humano na cozinha do CMEI	10%
Os pais cedem aos pedidos das crianças	10%

Conforme as respostas sobre os principais problemas relacionados à alimentação que o CMEI enfrenta na visão das educadoras, observadas na tabela 4, as que mais se destacaram envolvem a família e também o cardápio da alimentação oferecida no CMEI. A família, segundo as educadoras, não colabora para uma alimentação saudável dos filhos na maioria das vezes, sendo acompanhado o caso de uma criança que recusa a alimentação servida no

CMEI mas traz na mochila salgadinho. Situação semelhante foi encontrada pelos autores Almeida e Iocca (2012), com o tema hábitos alimentares na educação infantil e observaram durante a pesquisa em um CMEI que algumas crianças levaram guloseimas (ex.: pipoca doce, bolacha doce, pirulito, bala e até mesmo chiclete) para a escola, e comeram escondido.

Em outro estudo também foi verificado no relato de uma professora a queixa de que não há por parte dos pais, maiores preocupações com o tipo de alimento que os filhos comem e que os próprios pais enviam e permitem que seus filhos comprem alimentos inadequados (FONTES, 2011).

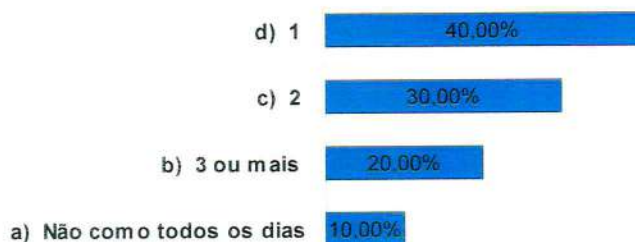
Apenas duas professoras relataram dificuldades para realizar práticas de educação alimentar. Referem pouco recurso humano na cozinha do CMEI e que isso inviabiliza atividades de educação alimentar que dependam de apoio das cozinheiras para elaboração de pratos com desenhos por exemplo. E também uma delas justificou que a falta de materiais, tempo e disponibilidade dos professores é uma dificuldade.

Em relação a sua alimentação 80% das educadoras afirmam terem dificuldades para seguir uma alimentação saudável no dia a dia. Entre as dificuldades, destacam-se: pouco tempo de intervalo de almoço, e com isso não consegue se dedicar para preparar os alimentos; Preguiça e cansaço; Não consegue ficar sem comer doce no dia a dia; Pouca ingestão de água, não gosta de salada verde, pouco consumo de frutas, come muito rápido;

O novo Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), em seu capítulo 1 enfatiza as mudanças dos padrões da alimentação na grande maioria dos países:

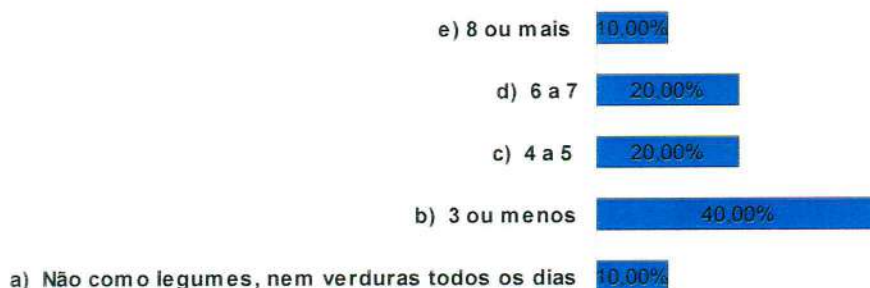
Padrões de alimentação estão mudando rapidamente na grande maioria dos países e, em particular, naqueles economicamente emergentes. As principais mudanças envolvem a substituição de alimentos *in natura* ou minimamente processados de origem vegetal (arroz, feijão, mandioca, batata, legumes e verduras) e preparações culinárias à base desses alimentos por produtos industrializados prontos para consumo. Essas transformações, observadas com grande intensidade no Brasil, determinam, entre outras consequências, o desequilíbrio na oferta de nutrientes e a ingestão excessiva de calorias (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Gráfico 1. Qual é, em média, a quantidade de frutas (unidade/fatia/pedaço/copo de suco natural) que você come por dia ?



Quando questionadas em relação ao consumo de frutas durante o dia, demonstrado no gráfico 1, as respostas das educadoras foram bem diferenciadas porém, a maior parte delas o respondeu consumir uma a duas vezes ao dia.

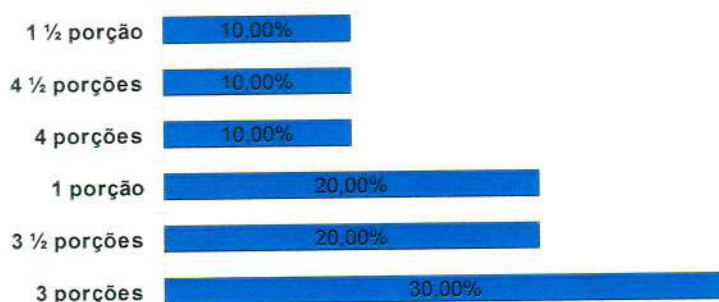
Gráfico 2. Qual é, em média, a quantidade (em colheres de sopa) de legumes e verduras que você come por dia ?



O mesmo se observa nas respostas sobre o consumo de legumes e verduras pelas educadoras, conforme o gráfico 2, pois, 40% delas afirmam consumirem 3 ou menos colheres de sopa por dia. Esse grupo tem sido pouco consumido em todo o país e, por isso, cada vez mais enfatizado a necessidade de desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional especialmente em setores como a saúde e a educação (Ministério da Saúde, 2014).

Sobre o consumo de alimentos do grupo das leguminosas (feijão de qualquer tipo ou cor, lentilha, ervilha, grão-de-bico, fava, soja) e sementes ou castanhas, 80% se alimentam de 2 ou mais colheres de sopa por dia.

Gráfico 3. Quantidade de porções, em média, consumida de alimentos do grupo dos cereais/carboidratos por dia.



Com relação aos alimentos que fazem parte do grupo dos cereais/carboidratos, é possível notar no gráfico 3, que existe um consumo diversificado nas quantidades pelo grupo de educadoras do estudo. Durante a entrevista individual muitas educadoras comentaram o “desejo de emagrecer” antes de responder essa questão e, por isso, optam por diminuir o consumo desse grupo na sua alimentação.

A média do consumo de carnes (gado, porco, aves, peixes e outras) ou ovos por 60% delas são 2 pedaços, fatias ou colheres de sopa ou 2 ovos por dia e, 30% respondeu comer 1 pedaço ou 1 ovo por dia. Mas a frequência de peixes na alimentação delas é baixa pois metade afirma comer somente algumas vezes no ano e 30% responderam de 1 a 4 vezes por mês.

Quando questionadas se costumam tirar a gordura aparente das carnes, pele do frango ou outro tipo de ave, 90% afirmam que retiram.

A ingestão de leite e seus derivados (iogurte, bebidas lácteas, coalhada, requeijão, queijos e outros), em média, por metade das educadoras é de 1 ou menos copos de leite ou pedaços, fatias ou porções por dia e, 40% responderam 2 copos de leite ou pedaços, fatias ou porções por dia. Essa ingesta é menor que o recomendado na diretriz nº5 do Guia Alimentar para a população brasileira (2008), que traz como recomendação 3 porções diárias de leite e derivados para dessa forma garantir uma adequada ingestão de cálcio. Exemplo de porções: 1 copo médio de leite, 1 xícara de iogurte e 1 fatia de queijo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008).

O tipo de leite habitualmente mais consumido (70% das respostas) é o integral pela população do estudo.

Gráfico 4. Frequência do consumo de: frituras, embutidos, salgadinhos fritos ou em pacotes, carnes salgadas, hambúrgueres, presuntos e embutidos(salsicha, mortadela, salame, linguiça e outros).



No gráfico 4 ficou demonstrado que 50% afirmam que a frequência do consumo de frituras, salgadinhos fritos ou em pacotes, carnes salgadas, hambúrgueres, presunto e embutidos (salsicha, mortadela, salame, linguiça e outros) é menos que 2 vezes por semana e, 30% referem comer de 2 a 3 vezes por semana. Em sua maioria, as educadoras tem pouca frequência desses alimentos durante a semana na sua alimentação.

Gráfico 5. Frequência do consumo de: doces de qualquer tipo, bolos recheados com cobertura, biscoitos doces, refrigerantes e sucos industrializados.



Já a frequência do consumo de alimentos fontes de açúcares como doces de qualquer tipo, bolos recheados com cobertura, biscoitos doces, refrigerantes e sucos industrializados, conforme o gráfico 5, apresentou um empate em duas respostas pois, 30% responderam

comerem de 2 a 3 vezes por semana e outras 30% afirmam que raramente ou nunca comem tais alimentos.

Nos últimos anos vem sendo amplamente divulgado, tanto em estudos científicos quanto na mídia, os malefícios para a saúde do consumo frequente de alimentos ricos em açúcares, sal e gordura e esses alimentos industrializados mencionados nos gráficos 4 e 5 são classificados como alimentos processados e ultraprocessados no guia alimentar para a população brasileira. Uma alimentação composta frequentemente pelos alimentos citados favorecem doenças do coração, diabetes e vários tipos de câncer, além de contribuírem para aumentar o risco de deficiências nutricionais (Ministério da Saúde, 2014).

Uma das questões era sobre o tipo de gordura mais usado em casa para cozinhar os alimentos e 90% responderam ser o óleo vegetal como: soja, girassol, milho, algodão ou canola. E quando questionadas se costumam colocar mais sal nos alimentos quando já estão servidos em seu prato 100% negaram.

Em relação a rotina semanal, todas as educadoras afirmam fazerem 4 refeições no dia sendo elas: café da manhã, almoço, lanche ou café da tarde e jantar ou café da noite.

Gráfico 6. Quantos copos de água você bebe por dia? Inclua no seu cálculo sucos de frutas naturais ou chás (exceto café, chá preto e chá mate).



E observando as respostas sobre a ingestão hídrica durante o dia pelas educadoras, no gráfico 6, novamente há um empate em duas respostas. Considerando a maioria das respostas

pois, foram bem diversificadas, é possível perceber uma baixa ingestão hídrica pela população de estudo.

Na questão sobre a frequência de bebidas alcoólicas (uísque, cachaça, vinho, cerveja, conhaque, etc) na alimentação, 60% afirmam consumir eventualmente ou raramente (menos que 4 vezes ao mês) e as respostas foram 1 a 6 vezes na semana (20%) e também 20% referem não consumirem.

A maioria das educadoras (60%) não fazem atividade física regularmente, isto é, pelo menos 30 minutos por dia, todos os dias da semana e 40% responderam praticarem algum exercício físico de 2 a 4 vezes por semana.

Gráfico 7. Você costuma ler a informação nutricional que está presente no rótulo de alimentos industrializados antes de comprá-los ?



Na última questão, observada no gráfico 7, 40% das educadoras responderam que nunca leem a informação nutricional que está presente no rótulo de alimentos industrializados antes de comprá-los e com menor porcentagem algumas (30%) disseram ler os rótulos algumas vezes, para alguns produtos.

Dando sequência a metodologia, em fevereiro de 2016 foi realizada a oficina com as educadoras. O encontro teve duração de 2 horas e 30 minutos, e foram abordados os seguintes temas:

1. Reflexão sobre os hábitos alimentares atuais da população brasileira fazendo um comparativo com os resultados dos questionários aplicados com os educadores;
2. Demonstração das quantidades de sal, açúcar e gorduras em alguns alimentos industrializados mais consumidos;
3. Apresentação do Guia Alimentar para a população brasileira do Ministério da Saúde lançado em 2014 e atividade prática em grupos sobre os 10 passos da alimentação saudável descritos no guia;
4. Apresentação breve das principais características de comportamentos alimentares, necessidades e deficiências nutricionais mais encontradas no pré-escolar, e também o crescente problema da obesidade infantil;
5. Discussão em grupo de estudos de caso fictícios que podem ser vivenciados no ambiente do CMEI.

Durante a oficina ainda foram apresentados 2 vídeos curtos de 2 a 4 minutos, retirados da internet. Um dos vídeos mostra uma criança com hábitos alimentares saudáveis se alimentando, o outro apresenta um menino contando para sua mãe o que aprendeu na creche que estuda sobre alimentação saudável.

Todas as educadoras participaram ativamente da oficina contribuindo com suas percepções e experiências. Ao final foi entregue a apostila, que apresentava o seguinte conteúdo: 1. Atividades de educação alimentar para educadores alimentares ativos com objetivo de contribuir para a prática profissional dos mesmos; 2. Os 10 passos para alimentação saudável do novo guia alimentar para a população brasileira de 2014; 3. E também os 10 passos para a promoção da alimentação saudável nas escolas do Programa Saúde na Escola do Ministério da Saúde.

CONCLUSÃO

Foi possível perceber no desenvolvimento do presente estudo que a educação alimentar é valorizada e trabalhada por todas as educadoras do CMEI. Essas profissionais utilizam diversas abordagens e ferramentas, de forma criativa, mesmo não recebendo muitas

fontes de pesquisa como livros pedagógicos relacionados ao tema por exemplo, por parte da Secretaria Municipal da Educação, segundo informações coletadas nesta pesquisa. Mas mesmo com esses fatores, isso não inviabilizou a realização das atividades.

Os impactos observados pelas educadoras de suas atividades são positivos reforçando a importância desse trabalho porém, ainda permanece a dificuldade com relação à colaboração das famílias no incentivo à alimentação saudável para os seus filhos em suas casas.

O resultado do questionário sobre os hábitos alimentares das educadoras evidenciou a necessidade de se trabalhar o tema da alimentação saudável não só com relação à alimentação infantil, cardápio, opções de alimentos saudáveis, entre outros, mas também a necessidade de se ampliar o conhecimento das mesmas sobre o tema na busca de escolhas mais saudáveis para sua alimentação.

Então, além de capacitações para a ampliação do conhecimento de educadores, outras ações são necessárias para o adequado estímulo, proteção e apoio à promoção da alimentação saudável nas escolas envolvendo ações com as famílias.

Dessa forma, é necessário um trabalho intersetorial, entre educação e saúde, de forma contínua favorecendo a formação de educadores alimentares ativos com o envolvimento de toda a comunidade escolar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVARENGA, Marle et al. Nutrição Comportamental. Barueri, SP: Manole, 2015.

FAGIOLI, Daniela; NASSER, Leila Adnan. **Educação nutricional na infância e na adolescência: planejamento, intervenção, avaliação e dinâmicas**. São Paulo: RCN Editora, 2008.

FONTES, Priscila Galdino. O professor como influenciador de hábitos alimentares saudáveis. Brasília: UnB / Universidade de Brasília/ FUP – Faculdade UnB Planaltina, Monografia, 2011.

LONGO-SILVA, G. et al. Alimentação infantil: o advento das creches públicas. Rev. Pediatria Moderna, Set/Out, volume 47, número 5, 2011. Disponível em:

<http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=4835&fase=imprime>. Acesso em: 22 de fevereiro de 2016.

Jogos de ensinar: instrumentos de ensino e aprendizagem na educação alimentar/ Organizadores: Adriana Lockmann... [et al]. Porto Alegre: Nova Prova. 2010.

MARINHO, F. C. M.; ASSAO, T. Y.; CERVATO-MANCUSO, A. M. Percepções e práticas dos diretores e coordenadores acerca da alimentação infantil em creches públicas do município de Jandira, São Paulo, Brasil. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, SP, v. 17, n. 2, p. 40-49, fev. 2015. ISSN 2316-297X. Disponível em: <<http://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8634791>>. Acesso em: 24 fevereiro, 2016.

MATTA, Juliana Silva da. **Manual de atividades de educação nutricional para pré-escolares em creches**. Rio de Janeiro: UERJ, Instituto de Nutrição, 2008. Disponível em: <<https://educacao.joinville.sc.gov.br/public/portaleducacaoadm/imagens/conteudo/MANUAL%20DE%20ATIVIDADES%20DE%20EDUCA%C3%87%C3%83O%20NUTRICIONAL%20PARA%20PR%C3%89-ESCOLARES%20EM%20CRECHES.pdf>>. Acesso em: 30 Jan. 2016.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. Guia alimentar para a população brasileira : promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. Guia alimentar para a população brasileira. 2ª ed., Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

PALMA, D.; OLIVEIRA, F. L. C.; ESCRIVÃO, M. A. M. S. Guia de nutrição clínica na infância e na adolescência. Barueri, SP: Manole, 2009.

RAYMUNDO, Luana Pinheiro. **Nutri Brinque: Uma Brincadeira Nutritiva**. Vitória: Ed. do autor, 2014.

SCOTT-STUMP, Sylvia. Nutrição relacionada ao diagnóstico e tratamento. 6ª ed., Barueri, SP: Manole, 2011.

SHIMABUKURO, Elaine Emy; OLIVEIRA, Mariana de Novaes; TADDEI, José Augusto de A. C.. Conhecimentos de educadores de creches sobre alimentação infantil. Rev. paul. pediatr., São Paulo , v. 26, n. 3,p. 231-237, Setembro, 2008 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-05822008000300006&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 24 de fevereiro, 2016.