

UNIVERSIDADE FEDERAL DA INTEGRAÇÃO LATINO-AMERICANA
Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação – PRPPG
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM “ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE NO
ESPAÇO ESCOLAR”

JÉSSICA ADRYELLE DONAT

EDUCAÇÃO ALIMENTAR: O PAPEL DA ESCOLA COMO PROMOTORA DE
SAÚDE

FOZ DO IGUAÇU/PR
2016

JÉSSICA ADRYELLE DONAT

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR: O PAPEL DA ESCOLA COMO PROMOTORA DE
SAÚDE**

Artigo apresentado como trabalho de conclusão do Curso de Especialização em Alimentos, Nutrição e Saúde no Espaço Escolar promovido pela Universidade Federal da Integração Latino-Americana, Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação – PRPPG, Campus de Foz do Iguaçu/PR, sob a Tutoria do Mestrando Hugo de Carvalho Quinta e orientação da Professora Mestre Clenise Maria Capellani dos Santos.

FOZ DO IGUAÇU/PR

2016

EDUCAÇÃO ALIMENTAR: O PAPEL DA ESCOLA COMO PROMOTORA DE SAÚDE

Jéssica Adryelle Donat
E-mail: adryelle14@hotmail.com
UNILA – Universidade Federal da
Integração Latino-Americana

Resumo

Reconhecidamente a escola tem um papel muito importante na promoção de hábitos mais saudáveis para as crianças, inclusive no que se refere à uma alimentação mais adequada para cada fase de aprendizagem do aluno. Isto porque a escola sendo um lugar em que a criança passa grande parte de seu tempo, acaba por se tornar um espaço privilegiado para o ensino de valores, hábitos e estilos de vida mais saudáveis, respeitando sempre a diversidade cultural de cada lugar. Deste modo, O presente trabalho tem como objetivo demonstrar através da literatura ações governamentais para a implantação de alimentação saudável nas escolas bem como experiências que promoveram incentivo a boa alimentação. Nesse sentido, no processo educativo, o alimento pode ser inserido em diversas grades curriculares, podendo abranger todas as áreas de conhecimento, estimulando assim, o consumo de alimentos saudáveis não apenas na escola, como também em sua vida cotidiana fora dela. Para tanto, se faz necessário que toda a comunidade escolar desde os educadores, os pais, e os alunos, estejam empenhados na constituição de um ambiente escolar capaz de promover uma alimentação mais saudável.

Palavras-chave: promotion, healthy eating, nutrition education.

Abstract

Admittedly, the school has a very important role in promoting healthy lifestyles for children, including with regard to a more adequate food for each student-learning phase. This is because the school and the school a place where the child spends most of his time, ends up becoming a privileged space for teaching values, habits and styles of healthier living, always respecting the cultural diversity of each place, and based on assumptions that are environmentally, economically and socially sustainable. In this sense, the educational process, the food can be inserted into different curricula, but can cover all areas of knowledge, thus stimulating the consumption of healthy foods not only in school, but also in your everyday life out of it. Therefore, it is necessary that the entire school community from educators, parents, and students be engaged in the creation of a school environment that promotes a healthier diet.

Keywords: child nutrition, school, health.

I. INTRODUÇÃO

Um importante documento foi promulgado em 2012 - o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas – que teve como escopo promover uma reflexão na área e estimular mudanças alimentares, devendo assim, se fomentar a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis das mais variadas formas e em diversos lugares (BRASIL, 2012).

A escola, por ser o lugar onde as crianças passam boa parte do dia e ficam mais suscetíveis a influências, é um ambiente ideal para a prática da Educação Alimentar e Nutricional (EAN), pois, de acordo com Pacheco (2008), é nesse momento que a criança sai do convívio familiar e encontra oportunidade de experimentar outros alimentos, facilitando que ocorra mudanças em seus hábitos alimentares, até mesmo pelos estímulos sociais presentes no sistema educacional.

Desta forma, percebe-se que as escolhas alimentares passam a se relacionar com outros hábitos sociais, com isso ambiente escolar é privilegiado para programas em EAN, já que o seu papel é relevante na construção e ampliação de saber em saúde, estimulando rotinas mais saudáveis para toda a comunidade escolar (PARRA; BONATO, 2014).

O presente trabalho tem como objetivo demonstrar através da literatura ações governamentais para a implantação de alimentação saudável nas escolas bem como experiências que promoveram incentivo a boa alimentação em escolas.

METODOLOGIA

Como técnica de pesquisa, será usada a documentação indireta, em outras palavras, se buscará realizar a pesquisa bibliográfica através de portarias e legislações relacionadas ao tema.

Em um primeiro momento se realizará uma pesquisa para desvendar a importância da alimentação infantil, se observando os aspectos que influenciam a alimentação na primeira infância, tanto sociais como econômicos, com o fim de tentar averiguar como é a alimentação da criança, principalmente as de cultura ocidental, no âmbito familiar.

Também se fará imprescindível a utilização de diálogo de ideias, por este motivo o método dialético também estará presente neste trabalho, uma vez que sendo este tema atual e polêmico, há opiniões divergentes sobre ele.

II. REVISÃO DA LITERATURA

ALIMENTAÇÃO INFANTIL

Os hábitos alimentares de um indivíduo refletem sua imagem, não só o corpo, mas também a mente que se desenvolve de acordo com a sua alimentação, por esse motivo é de extrema importância ter uma alimentação saudável e adequada com cada fase do desenvolvimento humano, para cada fase da vida, a alimentação tem uma importância diferente, mas é essencial em todas elas.

Na fase pré-escolar de 2 a 6 anos de idade, a criança começa a se interessar mais pelo ambiente que a cerca, e é importante deixar que ela o explore. É nessa fase que a criança está desenvolvendo seus sentidos e diversificando os sabores e, com isso, formando suas próprias preferências. Por isso, a qualidade nutricional da alimentação oferecida deve receber atenção especial, já que a criança está em pleno desenvolvimento, inclusive de sua capacidade cognitiva. Uma dieta balanceada desde a infância favorece boa saúde e ajuda a evitar a manifestação da obesidade, distúrbios alimentares e cáries dentárias (ZOLLAR, 2013).

A alimentação adequada na infância é importante para o crescimento e o desenvolvimento da criança. A alimentação das crianças tem recebido, nos últimos anos, considerável atenção devido ao rápido aumento da prevalência de excesso de peso e obesidade, além de outras doenças associadas. Estudar os hábitos alimentares permite obter informação pormenorizada sobre os alimentos e respectivas quantidades consumidas pelas crianças, de forma a fazer uma análise dos macros e micronutrientes que compõem o padrão alimentar da criança (ALVITO *et al*, 2015).

É o que preconiza BOOG (p.139 a 147, 1999) ao afirmar que uma alimentação saudável completa, variada e agradável ao paladar é imprescindível para se obter saúde. E, como desde a infância, cada indivíduo já tem suas preferências alimentares, fica a cargo da família e da escola incentivarem que estes sejam os mais saudáveis possíveis, pois fatores genéticos e hereditários interferem e muito nesses hábitos.

Esse incentivo é o que favorece um perfeito desenvolvimento físico e intelectual, de forma que estimule a capacidade de aprender e agir, além de prevenir infecções e patologia na

vida adulta reduzindo transtornos causados pelas deficiências nutricionais (BERTON *et al.*, p.72 a 79, 2009).

A infância compreende uma fase da vida onde ocorrem diversas modificações fisiológicas e psicológicas. E, segundo critérios cronológicos propostos pela Organização Mundial da Saúde, abrange a faixa etária de 7 a 10 anos (WHO, 1995). É nesse período que as crianças estão na escola e esse ambiente desempenha um papel fundamental na formação de hábitos alimentares, permitindo que a criança adquira certo grau de autonomia em sua alimentação (LANES *et al.*, 2012).

É na escola também que as crianças passam a ter acesso e a conhecer os doces e guloseimas além de produtos industrializados e frituras o que acarreta num elevado consumo de alimentos contendo alto teor de açúcares, lipídeos, sódio e um baixo consumo de frutas e hortaliças, sendo esse perfil alimentar associado ao desenvolvimento de uma series de patologia como: retardo no crescimento, anemias, desnutrição, obesidade acarretando num baixo rendimento escolar. Com base nisso é de extrema importância à educação nutricional neste período (BATISTA *et al.*, 2011; COSTA *et al.*, 2012; LANES *et al.*, 2012).

De acordo com ACCIOLY (2009), o Brasil enfrenta uma fase conhecida como “transição nutricional”, que se caracteriza pela presença de situações de má-nutrição resultantes de deficiências nutricionais e as decorrentes de excessos alimentares, num cenário em que doenças infecciosas e carenciais proporcionalmente diminuem e os agravos crônicos não transmissíveis ocupam lugar de destaque como causas de morbimortalidade (MINISTÉRIO DA SAUDE, 2004, PATARRA in MONTEIRO, 2006).

Tal situação é consequência de mudanças nos estilos de vida impostos pela urbanização, industrialização e massificação da informação e acesso a bens e serviços. Nesse mesmo sentido é o ensinamento de POLLAN (2009, p. 9):

As populações que comem a chamada dieta ocidental – em geral definida como uma dieta constituída por montes de comida industrializada e de carne, montes de gordura e açúcar adicionados, montes de grãos refinados, montes de tudo, salvo vegetais, frutas e grãos integrais – invariavelmente são muito suscetíveis às chamadas doenças ocidentais: obesidade, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e câncer.

De acordo com o Índice de Alimentação Saudável, a população brasileira encontra-se na categoria de necessidade de melhoria da qualidade da dieta, com baixa adequação do consumo para frutas, verduras e legumes, bem como leite e derivados e elevado consumo de

gordura, com atenção especial para gorduras saturadas (MILAGRES *et al.*, 2015). Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) apontam que uma alimentação inadequada com reduzidas quantidades de frutas e hortaliças na dieta, é responsável anualmente por cerca de 2,7 milhões de mortes relacionadas às doenças não transmissíveis (TOLEDO *et al.*, 2012).

Em casa, o consumo de alimentos industrializados associa-se ao hábito de assistir televisão, ao uso de videogames e jogos eletrônicos, caracterizando formas de lazer sedentários, comumente associados ao consumo de alimentos, por vezes não saudáveis (guloseimas, biscoitos com alto teor de gorduras e açúcar, refrigerantes, entre outros), de consumo prático e estimulado pela propaganda comercial (ACCIOLY, 2009).

Totalmente contrário ao que biologicamente um organismo infantil necessita, ou seja, para o desenvolvimento de uma criança saudável, a alimentação, desde os primeiros anos de vida, deve ser composta por uma dieta balanceada, com nutrientes de qualidade e quantidade adequados à idade, ao sexo e à atividade física.

A ALIMENTAÇÃO NO AMBIENTE ESCOLAR

O período escolar é uma fase de intensa integração social estabelecendo para a criança grupos de convivência no bairro onde reside, na escola, em espaços de lazer e convivência. A alimentação é um ato, não apenas fisiológico, mas, também, de integração social e, portanto, é fortemente influenciada pelas experiências a que são submetidas as crianças e os exemplos em seu círculo de convivência.

Considerando a escola como espaço de convivência e de troca de vivências a experiência alimentar na escola pode ser levada ao núcleo familiar e, nesse aspecto, destaca-se o papel da merenda escolar. Uma escola promotora de saúde estimula, através do programa de alimentação escolar, boas práticas de alimentação e estimula na comunidade, a busca por escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis (ABERC, 2008).

É consenso que o aumento do consumo de frutas e hortaliças deve ser estimulado, inclusive no ambiente escolar, visto que tais alimentos são fontes ricas em vitaminas, minerais, fibras e água e apresentam baixa densidade energética. Além disso, o aumento desses alimentos representa a possível redução da ingestão de produtos alimentícios de alta

densidade energética e baixo valor nutritivo, como os produtos processados de cereais refinados com adição de açúcar, gordura e sódio, comum em alimentos industrializados (OLIVEIRA, 2008).

Diversos países estão intervindo na alimentação no ambiente escolar, principalmente para combater os elevados números de sobrepeso e obesidade infantil. No Brasil não é diferente (VERSIANI, 2009).

Como uma das mais importantes políticas públicas em Educação Alimentar e nutricional, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) foi implantado, em seus primórdios, em 1955, durante a era Vargas, tendo como objetivo garantir o fornecimento de parte das necessidades nutricionais diárias do escolar, obedecendo aos princípios da boa alimentação. Constituindo-se assim, uma iniciativa de educação alimentar que envolve vários atores da comunidade escolar, desde a criança, até merendeiras, professores, gestores e família.

O PNAE é gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) e é considerado um dos maiores programas na área de alimentação escolar no mundo, sendo o único com atendimento universalizado. Ele tem como objetivo favorecer o rendimento escolar de alunos matriculados no ensino básico, na rede pública e filantrópica de ensino e contribuir para a formação de hábitos alimentares saudáveis pelas crianças assistidas mediante a educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições nutricionalmente equilibradas,

Em 2009, com o sancionamento da Lei nº 11.947, de 16 de junho, pelo governo federal, o programa foi ampliado para estudantes do ensino médio. Ficou também determinado o estímulo à agricultura familiar, através da determinação de que, pelo menos, 30% dos produtos alimentares do PNAE sejam adquiridos junto a agricultores familiares locais, o que favoreceu o desenvolvimento local/regional sustentável.

O gerenciamento do programa é bastante complexo em virtude de estarem envolvidos diretamente no processo, União, Estados, Municípios, Conselhos e estabelecimentos de ensino. No entanto, o compromisso de gerenciar este recurso de forma transparente e eficaz deve ser uma constante, uma vez que o programa apresenta grande impacto social.

Entretanto, outras ofertas de alimentos no ambiente escolar podem ocorrer e sem compromisso com os princípios da alimentação saudável. Cantinas no interior das próprias escolas e o comércio ambulante nos arredores das instituições oferecem, por vezes, alimentos

de baixo valor nutricional, geralmente ricos em energia, gorduras, açúcar e sal e pobres em vitaminas e sais minerais.

Reconhecendo a necessidade de promover bons hábitos de vida, a Organização Mundial da Saúde defende a necessidade de mudanças nos estilos de vida, recomendando a adoção de dieta adequada e atividade física regular, como forma de prevenção de agravos crônicos não transmissíveis, em movimento denominado Estratégia Global (WHO, 2004).

Especialmente no Estado do Paraná, como medida para favorecer o espaço escolar como promotor da boa alimentação tanto na rede pública quanto na rede privada de ensino, coibindo a comercialização de alimentos não saudáveis no ambiente escolar, foi criada a Lei n.º 14.855.

A título de ilustração, no quadro 1 é apresentada a lista simplificada de alimentos proibidos nas cantinas escolares, pela referida Lei e que pode servir como referencial para nortear a comercialização de alimentos pelas cantinas escolares.

ALIMENTOS PROIBIDOS NAS ESCOLAS PARANAENSES:
<i>a) balas, pirulitos e gomas de mascar;</i>
<i>b) chocolates, doces à base de goma, caramelos;</i>
<i>c) refrigerantes, sucos artificiais, refrescos a base de pó industrializado;</i>
<i>d) salgadinhos industrializados, biscoitos recheados;</i>
<i>e) salgados e doces fritos;</i>
<i>f) pipocas industrializadas;</i>
<i>g) alimentos com mais de 3 g. (três gramas) de gordura em 100 kcal (cem quilocalorias) do produto;</i>
<i>h) alimentos com mais de 160 mg (cento e sessenta miligramas) de sódio e 100 kcal (cem quilocalorias) do produto;</i>
<i>i) alimentos que contenham corantes e antioxidantes artificiais;</i>
<i>j) alimentos sem a indicação de origem, composição nutricional e prazo de validade.</i>

Quadro 1: Fonte: <http://www.legislacao.pr.gov.br/legislacao/pesquisarAto.do?action=exibir&cod Ato=63 51&indice=1&totalRegistros=1>.

Apesar da relativa sustentabilidade do programa de Alimentação Escolar, este não é imune às crises/dificuldades econômicas, de abastecimento e de mudanças no cenário político. Tendo em vista tratar não apenas da oferta de refeições na escola (caráter assistencial), mas de contribuir para promoção de um padrão alimentar saudável, o envolvimento da comunidade escolar, incluindo professores, merendeiras e pais é de fundamental importância para que o programa atinja seus propósitos.

Como ações de alimentação escolar tem-se também a Resolução CD/FNDE nº 26/2013, que determina como uma das diretrizes da Alimentação Escolar, a inclusão da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no processo de ensino aprendizagem, cabendo aos estabelecimentos de ensino além promover a EAN, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, incentivando e priorizando o consumo de alimentos saudáveis e ambientalmente corretos, também desenvolver projetos com temáticas afins, como: horta escolar, alimentação saudável e gastronomia, entre outros.

No Estado do Paraná, verifica-se que em 2014 foi aprovada a Instrução Normativa 001, com o intuito de normatizar e executar o Plano Estadual da Alimentação Escolar (PEAE), que entre outras providências, obriga o CANE (Coordenação de Alimentos e Nutrição Escolar) a disponibilizar de forma periódica, sugestões de cardápios dentro de 09 pautas de alimentos, conforme se observa no Quadro 02.

Opções de pauta de alimentos e respectivas proporções			
Pauta	Alimentos salgados	Alimentos doces	Tipo de feijão
1	80%	20%	Carioca
2	60%	40%	
3	40%	60%	
4	Apropriada a estabelecimentos sem ambiente para manipulação.		
5	80%	20%	Preto
6	60%	40%	
7	40%	60%	
8	Exclusiva para os Colégios Agrícolas.		
9	Exclusiva aos estabelecimentos com Modalidade de Educação Especial.		

Quadro 2 - Fonte: <[http://www.educacao.pr.gov.br/arquivos/File/instrucoes/va0012014sudedil og.pdf](http://www.educacao.pr.gov.br/arquivos/File/instrucoes/va0012014sudedil%20og.pdf)>

Para ACCIOLY (2009) essas iniciativas têm objetivo educativo, tanto para comercialização, como para a comunidade escolar, no sentido de modificar a cultura alimentar no ambiente a que se destina, com base nos princípios da alimentação saudável. Considerando o tempo de permanência na instituição e a diversidade de oportunidades de ensino formal e de incorporação de valores, hábitos e atitudes, a escola representa espaço

importante para a implementação de ações que visem o estabelecimento de hábitos saudáveis de alimentação.

EXPERIÊNCIAS QUE PROMOVERAM UMA BOA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA

A seguir se realizará sugestões de boas práticas alimentares para se promover no ambiente escolar. Para tanto foi pesquisado no banco de dados *google scholar* as seguintes palavras-chaves “práticas alimentares saudáveis na escola” *and* “formas de promover uma boa alimentação no ambiente escolar” nos últimos doze anos. Esta pesquisa divulgou aproximadamente 5.040 resultados, dos quais foram escolhidos cinco que mais se adequaram ao tema.

a) Para crianças na faixa etária pré-escolar

DRUMOND *et al* (2015) concluíram que atividades lúdicas são um excelente instrumento de Educação Alimentar e Nutricional para essas crianças. As atividades realizadas possibilitaram a aquisição de novos conceitos e conhecimentos sobre alimentação saudável por parte das crianças. Para a continuidade do projeto, outras atividades lúdicas devem ser propostas a fim de captar a atenção dos alunos mais novos, como teatros e marionetes. Além disso, sugerem-se também ações de acompanhamento com os pais e outras atividades educativas com participação dos pais e dos alunos. Deve-se também refazer o cardápio para melhor aceitação das crianças.

b) Educação alimentar no âmbito educacional

YAKOTA *et al* (2010) realizaram o Projeto Escola que utilizou duas estratégias de intervenção em educação nutricional nas escolas participantes. Tal projeto teve como objetivo promover a alimentação saudável no ambiente escolar. As escolas participantes foram escolhidas de forma aleatória. Na intervenção nutricional “A”, as ações educativas com a comunidade escolar foram desenvolvidas pela equipe do projeto. Já intervenção nutricional “B”, as ações educativas com a comunidade escolar foram desenvolvidas por professores que frequentaram oficinas temáticas de capacitação. A intervenção tinha como objetivo em avaliar o conhecimento das crianças nutrição e concomitantemente transmitir conhecimento do assunto e foram utilizados figuras e jogos. A primeira intervenção falava sobre a pirâmide dos alimentos e com ela os alunos deveriam relacionar duas colunas de alimentos de acordo com o

grupo alimentar correspondente da pirâmide dos alimentos. Já na intervenção “B” falava sobre higiene das mãos antes da realização de refeições: foi composto por uma história em quadrinhos. Observou-se que tanto a intervenção feita pela equipe do projeto quanto a realizada pelos professores do projeto mostrou-se resultados relevante para conhecimento dos alunos sobre alimentação saudável.

c) A importância de uma horta no ambiente escolar

SILVEIRA *et al* (2009) desenvolveram um projeto com 34 crianças da quarta série de uma Escola Municipal localizada na cidade de Timóteo, Minas Gerais. A escola foi escolhida de forma aleatória. O objetivo da intervenção foi à promoção de saúde e mudanças nos hábitos alimentares. Foram realizados oito encontros com os alunos, sendo dois encontros por semana, em um período de um mês. No primeiro encontro a turma foi dividida igualmente em dois grupos, sendo que uma metade ficaria em sala de aula e a outra metade iria à horta da escola a partir do segundo encontro. Ainda no primeiro encontro foi aplicado um questionário sobre alimentação e nutrição. A partir do segundo encontro a turma que permaneceu em sala de aula participou de palestras e dinâmicas e o segundo era direcionada para um espaço alternativo, a horta da escola, onde foram abordados os mesmos assuntos só que em forma de jogos e degustação de algumas receitas. E, no último dia de encontro, foi aplicado um questionário utilizado no início da pesquisa para verificar a ocorrência de mudanças no aprendizado das crianças sobre o tema alimentação e nutrição após e para comparar qual o melhor método. O resultado final foi que quando utilizado o espaço alternativo o aprendizado das crianças pode ser maior quando comparado com as crianças que permaneceram em sala de aula.

d) Inclusão de temas nutricionais nas disciplinas de ciência e biologia

BORGES, *et al* (2015) estudaram um grupo composto por 30 alunos do 6º ano do ensino regular, com idade entre 12 e 13 anos. Avaliaram em duas etapas o conhecimento dos professores e alunos acerca de temas nutricionais. Na etapa 1 foi apresentado aos professores de Ciências um questionário onde se constatou que eles conhecem a pirâmide de alimentos. Já na Etapa 2 foram realizadas aulas expositivas e dialogadas em que se percebeu que o seu conteúdo deve estar adequado ao contexto geral de vida do educando, e voltado para a percepção dos bons hábitos alimentares e da alimentação saudável. Observou-se que muitos alunos apresentaram pouco conhecimento sobre os conceitos dos nutrientes presentes nos alimentos, porém, a partir do momento em que o tema era elucidado, alguns alunos reconheciam a importância de certos alimentos para a manutenção da saúde, o que nos leva a

concluir que mesmo sem entender, na sua totalidade, os conceitos das substâncias componentes de um alimento, os alunos trazem uma noção sobre a importância dos mesmos. Durante a discussão da pirâmide alimentar, notou-se que os alunos conseguiram associar a importância dos grupos de alimentos, bem como as suas quantidades diárias de ingestão. Na discussão do conceito de proteínas, e quais alimentos estes nutrientes são encontrados, observou-se que logo, os alunos, compreenderam que a proteínas são as substâncias reparadoras dos tecidos do corpo humano, onde afirmavam a sua função de manter o corpo saudável. Também se destaca que os alunos apontaram algumas fontes de proteína, tais como o leite, feijão, ovos e carnes. Os alunos também apresentaram bom entendimento sobre os carboidratos e sua função como base na pirâmide alimentar.

e) Professor capacitado

DAVANÇO *et al* (2004) concluiu que apesar de a escola ser o ambiente propício para processo educativo, o professor é o membro central da equipe de saúde escolar pois, além de ter maior contato com os alunos, está envolvido na realidade social e cultural de cada discente e possui uma similaridade comunicativa. Em um estudo que avaliou o aprendizado dos alunos em relação a conhecimentos nutricionais, ministrados por professores locais e por nutricionistas, observou-se que alunos dos especialistas em nutrição aprendiam menos que os dos professores.

III. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nas experiências acima citadas, verifica-se que a inclusão do aprendizado e da promoção da saúde através de alimentação saudável pode ser feita não somente pelo professor, mas também com a inclusão em vários contextos como disciplinas, horta escolar e atividades lúdicas.

Cabe, portanto, à educação alimentar, principalmente, no âmbito escolar orientar e formar crianças conscientizadas dos benefícios de uma nutrição correta, para que estas cresçam com a consciência do que é melhor para sua saúde.

Foi verificado que o Estado se preocupa com o desenvolvimento saudável de suas crianças, tanto é que há diversas políticas públicas que norteiam a alimentação escolar e incentivam que os escolares adquiram bons hábitos alimentares.

Nas pesquisas efetuadas percebeu-se que a promoção da saúde através de atividades de educação alimentar pode ser ampliada através de novas ideias e projetos e necessitam apenas de iniciativas por parte das escolas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACCIOLY, Elizabeth. **A escola como promotora da alimentação saudável**. [pdf]. Disponível em: < <http://www.cienciaemtela.nutes.ufrj.br/artigos/0209accioly.pdf>>. Acesso em: 15 nov. 2015.
- ALVITO, Paula; ARRUDA, Noélia; COSTA, Carla; LEAL, Sónia; VASCO, Elsa. **Avaliação do estado nutricional, dos hábitos alimentares e da probabilidade de exposição a micotoxinas na alimentação infantil**: contributo do estudo-piloto efetuado na USF Cidadela, Cascais. Disponível em: < http://repositorio.insa.pt/bitstream/10400.18/3014/3/observacoesNEspecia5-2015_artigo8.pdf>. Acesso em: 04 fev. 2016.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DAS EMPRESAS DE REFEIÇÕES COLETIVAS - ABERC. 2008. **Anais do IV Forum Nacional de Merenda Escolar**, São Paulo, Brasil.
- BATISTA, P. R., *et al.*. **Educação nutricional nas escolas**: um estudo de revisão sistêmica. *Nutrire*, São Paulo, v.36, n.3, p. 109-129, 2011.
- BERTON, P., ESPIRITO SANTO, L. K. R. MARIN, T. **Educação Nutricional e Alimentar**: por uma correta formação de hábitos alimentares. *Revista F@pciencia*, Apucarana, v.31, n.7, 2009.
- BOOG, M. C. O. **Educação nutricional em serviços públicos de saúde**. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v.15, n.2., 1999.
- BORGES, Eliane de Moura *et al.* **Percepção dos hábitos alimentares dos estudantes de uma escola de ensino fundamental do município de Jaciara- MT**. ED. ESPECIAL IFMT - Licenciatura em Ciências da Natureza - v.14, 2015, p.89-100. Disponível em: < <http://cascavel.ufsm.br/revistas/ojs-2.2.2/index.php/remoa/article/viewFile/20440/pdf>>. Acesso em: 08 mar. 2016.
- BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional em Políticas Públicas**. [pdf]. Disponível em: <http://www.ideiasnamesa.unb.br/files/marco_EAN_visualizacao.pdf>. Acesso em: 18 jan. 2016.
- BRASIL. **Pesquisa de orçamento familiar**, 2003. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/pesquisas/default.shtml>>. Acesso em: 25 nov. 2015.
- BRASIL. **Programas acerca da alimentação escolar**. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/index.php/programas-alimentacao-escolar>>. Acesso em: 21 nov. 2015.
- CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. **Resolução CFN Nº 358/2005 de 18 de maio de 2005**. Dispõe sobre as atribuições do nutricionista no âmbito do Programa de Alimentação Escolar (PAE), e dá outras providências. Brasília, DF.

DAVANÇO, G.M.; TADDEI, J.A.A.C.; GAGLIANONE, C.P. **Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a Curso de Educação Nutricional**. Rev. Nutr, 2004. v.17, n.2.

DOMENE, Semíramis Martins Álvares. **A escola como ambiente de promoção da saúde e educação nutricional**. Psicol. USP, 2008. v.19, n.4. (versão online).

DRUMOND, Maria Góes; RODRIGUES, Débora Fernandes; SILVA, Tamara Figueiredo da. **Educação Alimentar e Nutricional Infantil: um relato de experiência**. Disponível em: <<http://jornal.faculdadecienciasdavidacom.br/index.php/RBCV/article/view/63/pdf>>. Acesso em: 08 mar. 2016.

ESTADO DO PARANÁ. ALEP. **Lei nº 14.855 de 20 de outubro de 2005**. Dispõe sobre padrões técnicos de qualidade nutricional, a serem seguidos pelas lanchonetes e similares, instaladas nas escolas de ensino fundamental e médio, particulares e da rede pública. Disponível em: <<http://www.legislacao.pr.gov.br/legislacao/pesquisarAto.do?action=exibir&codAto=6351&indice=1&totalRegistros=1>>. Acesso em: 24 nov. 2015.

ESTADO DO PARANÁ. SEED. **Instrução Normativa 001/2014**. Instrui os Núcleos Regionais de Educação, Estabelecimentos de Ensino da Rede Estadual e Conveniados sobre a normatização e execução do Programa Estadual de Alimentação Escolar – PEA e dá outras providências. **Disponível em:** <<http://www.educacao.pr.gov.br/arquivos/File/instrucoes/va0012014sudedilog.pdf>>. Acesso em: 28 nov. 2015.

ESTADO DO PARANÁ. SEED. **Programas e Projetos - PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar**. Disponível em: <<http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=156>>. Acesso em: 25 nov. 2015.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA-IBGE. **Consumo alimentar; antropometria**. Vol 1. Estudo Nacional da Despesa Familiar, dados preliminares. Rio de Janeiro.1977.

LANES, D. V. C. *et al.* **Estratégias Lúdicas para a construção de hábitos alimentares saudáveis na educação infantil**. Revista Ciências & Ideias, Santa Maria, v.4, n 1, p.1-12, 2012.

MILAGRES, Luana Cupertino; MOREIRA, Patrícia Regina Silva; NOVAES, Juliana Farias de; ROCHA, Naruna Pereira. **Análise crítica da qualidade da dieta da população brasileira segundo o Índice de Alimentação Saudável: uma revisão sistemática**. Disponível em: <http://www.scielo.org/article_plus.php?pid=S1413-81232015001203907&tlng=pt&lng=en>. Acesso em: 16 fev. 2016.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. FNDE. **Resolução nº 26, de 17 de junho de 2013**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/fnde/legislacao/resolucoes/item/4620-resolu%C3%A7%C3%A3o-cd-fnde-n%C2%BA-26,-de-17-de-junho-de-2013>>. Acesso em: 23 nov. 2015.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO/FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO. **Alimentação Escolar**. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/index.php/aehistorico>>. Acesso em 23 nov. 2015.

ESTADO DO PARANÁ. DIA A DIA EDUCAÇÃO. **Programas e Projetos - PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar**. Disponível em: <<http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=156>>. Acesso em: 25 nov. 2015.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2004. _____ . Dez passos para a alimentação saudável nas escolas, 2006. Disponível em: <http://nutricao.saude.gov.br/documentos/dez_passos_nas_escolas.pdf>. Acesso em 20 nov. 2015.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Dez passos para a alimentação saudável nas escolas, 2006**. Disponível em: <<http://nutricao>

PACHECO SSM. O hábito alimentar enquanto um comportamento culturalmente produzido. In: FREITAS MCS, FONTES GAV, OLIVEIRA, N, (orgs). **Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura**. Salvador: Ed.ufba; 2008. p. 217-238

PARRA, Juliana de Almeida Queiroz; BONATO, Juliana Augusto Sanches. Aconselhamento Alimentar para crianças. In: GALISA, Mônica et al (orgs). **Educação Alimentar e Nutricional: da teoria a prática**. São Paulo: Roca, 2014.p.65-84.

PATARRA N.L. **Mudanças na dinâmica demográfica**. In: Monteiro CA, organizador. Velhos e Novos Males da Saúde no Brasil. A evolução do País e de suas doenças. 2ª edição aumentada. Hucitec, Nupens/USP, 2006.

PISTORE, A.R. **Avaliação dos conhecimentos higiênico-sanitários dos manipuladores de merenda escolar: fundamento para treinamento contínuo e adequado**. Hig. Alimentar, 2006. v. 20, n.146, p.17-20.

POLLAN, Michael. **Regras da Comida: um manual da sabedoria alimentar**. Intrínseca, 2009. (Traduzido por Adalgisa Campos da Silva. Título original: Food Rules – An Eater’s Manual).

referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. [pdf]. Brasília: MDS, 2012.

REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL. **Lei nº 11.947 de 16 de ho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica.

SCHMITZ, B.A.S; RECINE, E.; CARDOSO, G.T.; SILVA, J.R.M.; AMORIM, N.F.A.; BERNARDON, R.; RODRIGUES, M.L.C.F. **A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar**. Cad. Saúde Pública, 2008. v.24 (supl.2), p. 312-322.

SILVEIRA, J. C; ANDRADE,L.A.D.B; GUIMARÃES, E.M.A. **Avaliação do aprendizado de crianças sobre alimentação e nutrição comparada a dois métodos de abordagens didáticos**. Revista. Nutrir Gerais, Ipatinga, v.3, n.4, p.371- 383, fev/jul.2009. Disponível em: <

http://www.unilestemg.br/nutrirgerais/downloads/artigos/4_edicao/Artigo_AVALIACAO_D_O_APRENDIZADO.pdf>. Acesso em: 08 mar. 2016.

TOLEDO, Mariana Tâmara Teixeira de. et al. **Consumo de frutas e hortaliças de usuário de serviços de atenção primária a saúde**. Revista Nutrição em Pauta, v. 25, n.112, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v47n3/0034-8910-rsp-47-03-0540.pdf>>. Acesso em: 03 fev. 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Disponível em: <<http://www.who.int/whr/2004/en/>>. Acesso: 06 fev. 2016.

YAKOTA, Renata Tiene de Carvalho *et al.* **Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”**: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. Revista de Nutrição, Campinas, v.23,n.1, jan/fev.2010.

ZOLLAR, Vivian. **Alimentação do pré-escolar e escolar**. Curso Didático de Nutrição, São Caetano do Sul, SP: Yendis, 2013.