

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE
UNIDADE ACADÊMICA DE SAÚDE
CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

LUANA CAROLINY PEREIRA

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM
ESCOLARES DE 6 A 10 ANOS DE UMA ESCOLA DA REDE
PÚBLICA DE UM MUNICÍPIO DE PEQUENO PORTE**

CUITÉ – PB

2022

LUANA CAROLINY PEREIRA

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ESCOLARES DE 6 A 10 ANOS DE
UMA ESCOLA DA REDE PÚBLICA DE UM MUNICÍPIO DE PEQUENO PORTE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Nutrição

Orientadora: Prof.^a Dra. Nilcimelly Rodrigues Donato

CUITÉ – PB

2022

P436e Pereira, Luana Caroliny.

Educação alimentar e nutricional em escolares de 6 a 10 anos de uma escola da rede pública de um município de pequeno porte. / Luana Caroliny Pereira. - Cuité, 2022.

33 f.: il. color.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, 2022.

"Orientação: Profa. Dra. Nilcimelly Rodrigues Donato".Referências.

1. Nutrição humana. 2. Alimentação escolar. 3. Educação alimentar e nutricional. 4. Ambiente escolar - alimentação. 5. Hábitos alimentares - escolares. I. Donato, Nilcimelly Rodrigues. II. Título.

CDU 612.3(043)

LUANA CAROLINY PEREIRA

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ESCOLARES DE 6 A 10 ANOS DE
UMA ESCOLA DA REDE PÚBLICA DE UM MUNÍCIPIO DE PEQUENO PORTE

Aprovado em: 31 de março de 2022.

BANCA EXAMINADORA

Prof^(a). Dra. Nilcimelly Rodrigues Donato
Universidade Federal de Campina Grande
Orientadora

Prof^(a). Dra. Ana Cristina Silveira Martins
Universidade Federal de Campina Grande
Examinadora

Me. Rônison Thomas de Oliveira Silva
Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Examinador Externo

A Maria Lindacir Ferreira,
minha super heroína e mãe.

Dedico

AGRADECIMENTOS

A *Deus* por ter me sustentado e tantas vezes ter me carregado no colo, a certeza dos Seus planos me fizeram continuar. A minha Mãezinha, *Nossa Senhora do Amparo* por ser luz no meu caminho e ao seu esposo *São José* por toda providência que sempre me alcançou.

A *minha família*, em especial a minha mãe *Maria Lindacir* que sempre fez o possível e o impossível para que eu conseguisse realizar meus sonhos e que sonha junto comigo, ao meu irmão e melhor amigo *Lucas Pereira*, obrigada por acreditar em mim sempre e me incentivar a ser o meu melhor, a minha cunhada *Ana Cecília* que chegou para complementar nossa família. Obrigada a *Família Buscapé*, vocês são a melhor família que alguém poderia ter, eu amo muito todos vocês.

Aos professores do Curso de Bacharelado em Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande, Campus Cuité/PB, por todos os ensinamentos e partilhas, obrigada de maneira especial a minha orientadora *Prof.^a Dra. Nilcimelly Rodrigues Donato* por todo incentivo e paciência durante o processo de elaboração deste trabalho.

Ao Grupo de Pesquisa e Estudos em Atualidades da Nutrição Clínica (CLINUTRI) por todos os momentos e por ter me acolhido como família, e aos integrantes da Pesquisa de Jaçanã por terem feito possível esse trabalho ser realizado, agradeço em especial a *Maysla Rayssa* e *Rafaela Costa*, dois presentes que os perrengues desse processo me trouxeram, amo vocês meninas, vocês são incríveis.

As minhas melhores amigas da vida inteira *Jaqueline Silva* e *Hianca Rodrigues*, que mesmo na distância sempre se fazem perto, feliz por ter vocês agora e sempre. Aos amigos conquistados ao longo do tempo e que por tantas vezes acreditam mais em mim do que eu mesma, *Cássia Nascimento*, *Alef Medeiros*, *Jully Kelly*, *Wylkee Medeiros*, *Ellen Ludmille* e *Luis Medeiros*, obrigada por me acolherem e amarem nos meus dias difíceis, a amizade de vocês é um grande consolo nessa jornada, eu amo vocês.

Aos meus presentes da Universidade, os que estiveram aqui desde sempre, *Gleyson Fagner*, *Rayane Fernandes* e *Eduarda Gecina*, vocês fizeram da UFCG um lugar de paz, os dias foram melhores pela amizade e parceria de vocês, obrigada. E aos amigos que o final do curso me trouxe, *Thainara Maria*, *Marina Ferreira* e *David Bruno*, obrigada pela amizade, amor e cuidado. Fui mais feliz nesse processo pela presença de todos vocês, espero que seja pra vida.

PEREIRA, L. C. **Educação alimentar e nutricional em escolares de 6 a 10 anos de uma escola da rede pública de um município de pequeno porte.** 2022. 33f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2022.

RESUMO

As escolhas alimentares infantis podem ser moldadas diante da maneira que os alimentos são apresentados a cada criança, sendo a educação alimentar e nutricional um fator fundamental para o processo de formação desses hábitos alimentares. O ambiente escolar é essencial no processo de aprendizagem acerca de temas extracurriculares como a educação alimentar, por ser um ambiente propício ao ensino pode favorecer que a criança compreenda o assunto apresentado com maior facilidade. Diante disto, o presente trabalho tem por objetivo analisar o impacto de atividades de Educação Alimentar e Nutricional em estudantes de 6 a 10 anos de uma escola da rede municipal de ensino na cidade de Jaçanã/RN. Portanto foram aplicados questionários antes e após a realização da atividade de contação de histórias infantis adaptadas, visando perceber o impacto das mesmas no conhecimento dos escolares. Com base nas informações coletadas foi possível observar a frequência alimentar da amostra e a influência das atividades em seus conhecimentos sobre o tema, destacando que as ações modificaram de forma satisfatória a perspectiva dos estudantes sobre alimentação e escolhas alimentares, permitindo o debate sobre a compreensão das atividades. Desta forma é possível perceber a importância dos debates sobre Educação Nutricional no dia a dia das crianças para a consolidação de hábitos saudáveis e consequente prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

Palavras-chave: Alimentação escolar. Hábitos alimentares. Educação Alimentar e Nutricional.

ABSTRACT

Children's food choices can be shaped by the way food is presented to each child, with food and nutrition education being a fundamental factor in the process of forming these eating habits. The school environment is essential in the learning process about extracurricular topics such as food education, as it is an environment conducive to teaching, it can help the child understand the subject presented more easily. In view of this, the present study aimed to analyze the impact of Food and Nutrition Education activities on students from 6 to 10 years old at a municipal school in the city of Jaçanã/RN. Therefore, questionnaires were applied before and after carrying out the adapted children's storytelling activity, in order to understand their impact on the students' knowledge. Based on the information collected, it was possible to observe the food frequency of the sample and the influence of the activities on their knowledge on the subject, highlighting that the actions satisfactorily changed the students' perspective on food and food choices, allowing the debate on the understanding of the activities. In this way, it is possible to perceive the importance of debates on Nutritional Education in the daily lives of children for the consolidation of healthy habits and the consequent prevention of non-communicable chronic diseases.

Keywords: School food. Food habit. Food and Nutrition Education.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	10
2	OBJETIVOS	12
	2.1 <i>OBJETIVO GERAL</i>	12
	2.2 <i>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</i>	12
3	REFERENCIAL TEÓRICO	13
	3.1 <i>EDUCAÇÃO PÚBLICA / ENSINO</i>	13
	3.2 <i>EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA CRIANÇAS</i>	13
	3.3 <i>IMPORTÂNCIA DA CONSOLIDAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES NESTA FAIXA ETÁRIA (6 A 10 ANOS)</i>	14
4	METODOLOGIA	16
	4.1 <i>TIPO DE ESTUDO</i>	16
	4.2 <i>LOCAL DE EXECUÇÃO</i>	16
	4.4 <i>COLETA E ANÁLISE DE DADOS</i>	16
	4.5 <i>ASPECTOS ÉTICOS</i>	18
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	19
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
	REFERÊNCIAS	25

1 INTRODUÇÃO

A educação é uma peça fundamental no processo de formação de um indivíduo, especialmente das crianças, sendo efetiva na instrução acadêmica e no processo de inserção na sociedade. É na instituição de ensino onde a criança tem um contato social com outras pessoas e aprende a se relacionar com indivíduos que possuem características distintas ou semelhantes as suas, permitindo para o mesmo aprender a dialogar e conviver naquele meio social. O ambiente escolar, enquanto instituição e política pública, é considerado essencial para o processo de educação pois objetiva oferecer uma preparação para a vida adulta com ensinamentos acadêmicos e profissionais, como também permitir ao indivíduo aprender a lidar com o outro em sociedade (DALMON, SIQUEIRA E BRAGA, 2018).

A escola, além de ser um espaço destinado a aprendizagem de disciplinas curriculares de ensino destinadas a formação profissional, é também considerada um local extremamente propício para intervenções alimentares e nutricionais com foco na criação e modificação de hábitos saudáveis. Esse processo formativo fundamenta-se na Lei Nº 13.666, de 16 de maio de 2018 que altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), visando incluir o tema transversal da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no currículo escolar. Esta lei evidencia a importância da inclusão da temática de EAN na formação pessoal e educativa, principalmente com as crianças que é a faixa etária em que os comportamentos e saberes estão sendo experimentados, construídos e moldados.

O âmbito educacional, ainda, permite que as estratégias elaboradas com foco na alimentação sejam de caráter multiprofissional, no qual estabelece-se uma parceria entre os professores e o profissional da nutrição que é responsável pelo Programa Nacional da Alimentação Escolar (PNAE) do município/cidade (SILVA; ALMEIDA; SOUSA, 2016). Além destes, outros profissionais podem integrar e complementar a elaboração dessas ações educativas, de forma que possam agregar com várias perspectivas relacionadas ao mesmo tema (CARVALHO, 2015).

As ações de EAN podem acontecer de maneiras diversas considerando a promoção de escolhas alimentares diversificadas e nutritivas. Nas instituições de ensino estas ações podem ocorrer nas disciplinas de biologia e ciência por meio de dinâmicas, rodas de conversa, contação de histórias, dentre outras estratégias, além do tema poder ser abordado de maneiras diferentes em outros componentes curriculares. A escola enquanto canal de aprendizagem e socialização

permite a criança olhar para esse tema de forma crítica, desenvolvendo desejos e ambições relacionadas a aprendizagem.

Considerando que a maneira que os alimentos são apresentados no processo de introdução alimentar na vida das crianças e que os comportamentos implementados no primeiro ciclo de vida podem influenciar diretamente na saúde desses indivíduos como o desencadeamento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), a incorporação da EAN tende a promover o desenvolvimento de comportamentos saudáveis e benéficos a saúde futura dessas crianças, reduzindo as chances de intercorrências e surgimento de DCNT ao longo da vida. Diante disso, ressalta-se que o ambiente escolar é um dos principais influentes e produtor de hábitos na vida da criança, já que este espaço faz parte de 70% da rotina diária dos escolares (SANTOS, 2010; RAMOS, SANTOS E REIS, 2013).

Justificou-se a realização desse estudo pela necessidade de identificar diferentes possíveis fatores determinantes dos hábitos alimentares de pré-escolares e escolares da escola municipal de um município de pequeno porte, que sirvam como base para determinar um diagnóstico sobre a influência de ações educacionais nos conhecimentos relacionados a alimentação em crianças de 6 a 10 anos, buscando garantir que a alimentação saudável seja um tema conversado nas escolas para prevenção de consequências presentes e futuras, como doenças e baixa qualidade de vida.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Avaliar o impacto de ações de Educação Alimentar e Nutricional sobre o conhecimento de escolares com idade de 6 a 10 anos da rede municipal de ensino da cidade de Jaçanã.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Verificar o nível de conhecimento dos estudantes sobre alimentação adequada;
- ✓ Realizar atividades de educação nutricional voltadas para as faixas etárias específicas;
- ✓ Dialogar com os estudantes sobre o nível de compreensão obtido por meio das ações de EAN ao reaplicar o questionário;
- ✓ Contribuir com o conhecimento dos escolares acerca dos temas das atividades de educação nutricional e sua importância ainda na infância.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 EDUCAÇÃO PÚBLICA / ENSINO

A educação escolar é um direito do indivíduo enquanto cidadão, por meio das instituições de ensino é possível para o mesmo desenvolver sua formação acadêmica, intelectual e social (SILVA E FERREIRA, 2014), garantindo a esse indivíduo o acesso a conhecimentos que podem gerar oportunidades futuras, como qualificação profissional. Nas instituições de ensino o indivíduo vai desenvolver um olhar para a sociedade e para suas relações enquanto ser atuante naquele meio e no externo a ele (KAVAYA,2021).

A LEI Nº 9.394 de 20 de dezembro de 1996, que institui as diretrizes e bases da educação nacional, determina que o indivíduo tem o direito ao desenvolvimento social e profissional de qualidade e contínuo, sendo a escola este caminho entre o sujeito e sua qualificação adequada. É de extrema importância que as instituições consigam ofertar o ensino de qualidade e com capacidade de gerar possibilidades futuras na vida de qualquer pessoa. De acordo com Soares e Colaboradores (2021) é na infância que acontece o início da formação da personalidade do sujeito e um grande determinante é o meio onde ele está inserido. Logo todos ambientes em que o indivíduo participa e atua podem ser influentes para suas escolhas de vida e suas atitudes diante da sociedade, seja esta escolha social, cultural, acadêmica, familiar ou alimentar.

A escola como o lugar onde a criança passa grande parte do dia e já está disponível ao aprendizado é considerado o lugar adequado para que debates importantes relacionados a educação alimentar possam acontecer (BLITSTEIN *et al*, 2016), já que os comportamentos alimentares infantis estão relacionados aos alimentos que lhe são ofertados e inseridos na sua alimentação (DE COSTA *et al*, 2017).

3.2 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA CRIANÇAS

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma área de conhecimento que busca promover a alimentação adequada por meio da autonomia nas escolhas do sujeito, de maneira que este seja capaz de escolher alimentar-se de forma nutricionalmente correta valorizando suas preferências (BRASIL, 2021). No Brasil a alimentação escolar é promovida pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que busca ofertar uma alimentação de qualidade junto a ações de EAN nas instituições de ensino. As estratégias e ações de educação nutricional possibilitam que o conhecimento acerca da alimentação correta seja passado aos estudantes em

um ambiente propício ao aprendizado, buscando intervir para a diminuição da incidência das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) e promoção da saúde (BRASIL, 2013).

Os hábitos construídos na infância podem perdurar por toda vida e a sua construção é moldada conforme os fatores psicológicos, socioculturais, econômicos e fisiológicos de cada pessoa (PACHECO, 2008), deste modo a melhor idade para que o tema educação alimentar e nutricional seja apresentado ao sujeito é quando o mesmo ainda é criança, onde está aprendendo novos conceitos e desenvolvendo sua percepção do mundo, podendo entender o assunto e assimilá-lo durante os anos seguintes de crescimento, até que se torne um hábito.

A intervenção nutricional pode acontecer de diferentes maneiras, variando as atividades conforme a realidade do meio, estas ações podem acontecer por atividades lúdicas, como contação de histórias, jogos e ou brincadeiras, de forma que possibilitem o entendimento do conteúdo, adequando-se para atender as demandas do público, obedecendo uma metodologia de atuação que possa ser compreendida e avaliada (BRASIL, 2012; BRASIL, 2018).

Em vista disso foi criado o caderno “Princípios e Práticas para a Educação Alimentar e Nutricional” que traz em sua estruturação os caminhos para a realização de ações de EAN, baseado nos principais conceitos expostos no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. Este caderno foi elaborado por meio de uma parceria entre o Conselho Federal e Conselhos regionais de nutricionistas com a Universidade Federal de Ouro Preto e o Ministério de Desenvolvimento Social (MDS), para incentivar o debate entre as diferentes áreas de ocupação e os gestores acerca do Direito Humano a Alimentação Adequada (DHAA) (BRASIL, 2018).

Mediante o exposto o caderno “Princípios e Práticas para a Educação Alimentar e Nutricional” apresenta a descrição de todo o processo de elaboração para as atividades de EAN, mostrando o passo a passo para o planejamento de ações de forma que o público, espaço, tempo e a metodologia sejam respeitados.

3.3 IMPORTÂNCIA DA CONSOLIDAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES NESTA FAIXA ETÁRIA (6 A 10 ANOS)

Observando o cenário atual, muito se discute sobre a importância de voltar a atenção para as DCNT, tendo em vista que o quadro epidemiológico no país evidencia a alta prevalência dessas doenças em todas as faixas etárias (BRASIL, 2014), o sobrepeso/obesidade demonstrou ser um desafio para a saúde pública, tendo um aumento gradativo nas suas taxas de incidência e prevalência, conforme os dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) (IBGE, 2011).

Esta perspectiva volta a atenção para o hábito alimentar de crianças, justamente pela alta prevalência da obesidade infantil, buscando alterar esse comportamento e as consequências futuras (DE COSTA et al, 2017), 12,9% das crianças brasileiras entre 5 e 9 anos têm obesidade, segundo os dados do Ministério da Saúde e da Organização Panamericana de Saúde (ABESO, 2022).

Os principais fatores associados ao sobrepeso/obesidade em crianças estão ligados aos hábitos de vida desses escolares, como a alimentação inadequada, sedentarismo, o uso excessivo de tecnologias além de muitos outros fatores, pois este problema pode ser considerado consequência de várias situações (CORDEIRO et al, 2019). É na infância que os hábitos alimentares são moldados possibilitando que as intervenções realizadas com esta faixa etária auxiliem na consolidação de hábitos saudáveis no futuro.

4 METODOLOGIA

4.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de uma pesquisa quantitativa, de caráter descritivo, exploratório, com procedimentos documentais, experimentais e de estudo de campo. Foram realizadas atividades lúdico-pedagógicas com os escolares de acordo com a faixa etária, abordando alguns temas relacionados à alimentação saudável por meio de contação de histórias.

4.2 LOCAL DE EXECUÇÃO

A pesquisa foi realizada na Escola Municipal Miriam Gomes Rocha Vieira da rede pública de ensino localizada na zona urbana do município de Jaçanã, Rio Grande do Norte, Brasil. De acordo com o Atlas Brasil (2017), o município em questão tem uma população de 9.068 habitantes e Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM) de 0,604, considerado médio. Ainda, destaca-se que a população menor de 15 anos do município, parte do público envolvido na presente pesquisa, é por volta de 2050 habitantes, que representa pouco mais de 25% da população total (IBGE, 2010).

4.3 AMOSTRA DO ESTUDO

A amostra foi constituída por escolares que estão dentro dos critérios de seleção e inclusão. Foram incluídos na pesquisa escolares: 1) Pertencentes à pré-escola e ensino fundamental I, dos turnos matutino e vespertino; 2) que estavam na faixa etária de 6 à 10 anos. Foram excluídos da pesquisa aqueles que não se encaixaram nos critérios citados, ao final a amostra foi composta por 185 escolares.

4.4 COLETA E ANÁLISE DE DADOS

Inicialmente, foi aplicado o questionário para identificação do nível de conhecimento dos alunos acerca dos temas abordados. Posteriormente, a história foi contada e encenada de forma dinâmica para a compreensão de todos os escolares. Ao final do processo, aplicou-se, novamente, o questionário para que fosse possível perceber a influência da atividade educativa nos conhecimentos dos alunos sobre o tema.

A coleta de dados ocorreu semanalmente pelos estudantes do Curso de bacharelado em Nutrição do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, Campus

Cuité/PB envolvidos na pesquisa, durante os meses de setembro e outubro do ano de 2019. Os pesquisadores, membros do Grupo de Pesquisa e Estudos em Atualidades da Nutrição Clínica (CLINUTRI), foram divididos em subgrupos e distribuídos nas turmas da escola de acordo com a indicação das histórias por faixa etária. A ação ocorreu uma única vez em cada turma.

O questionário (Apêndice A) utilizado foi de caráter estruturado com cinco perguntas e com opções de respostas ilustrativas, visando um melhor entendimento do público alvo e para evitar vieses na coleta dos dados.

Para a elaboração das ações e estratégias das histórias utilizou-se o caderno “*Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional*” elaborado pelo Ministério do Desenvolvimento em 2018 (Figura 1), que traz estratégias para o planejamento e realização de ações, com base em conceitos do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas lançado em 2012.

FIGURA 1. Imagem extraída do caderno Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional com os aspectos para o planejamento de ações.



A ação de contação de histórias foi realizada por meio da adaptação de histórias já conhecidas na infância, como a história: a chapeuzinho vermelho (Anexo B); e os três

porquinhos (Anexo C), inserindo nos contos clássicos, falas e situações que se associassem a alimentação saudável e fosse possível criar um caminho de diálogo sobre o tema.

Posteriormente, todos os dados foram digitalizados em pacote Office Microsoft *for Windows*® 2019 e passaram por estatística descritiva utilizando o programa de software livre *Program for Statistical Analysis of Sample Data* (PSPP).

4.5 ASPECTOS ÉTICOS

A presente pesquisa atendeu as normas estabelecidas pela Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 466, de 12 de dezembro de 2012, que trata da pesquisa envolvendo seres humanos. Além disso, o projeto de pesquisa foi aprovado no parecer (CAAE: 91958518.7.0000.5182) do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) com seres humanos, via Plataforma Brasil (Anexo A).

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No primeiro momento foram avaliadas as perguntas relacionadas ao hábito alimentar de cada criança, respondidas antes da realização da ação de Educação Alimentar e Nutricional. As perguntas apresentavam imagens ilustrativas e se relacionaram ao alimento mais consumido da lista apresentada, fonte de proteína mais consumida durante a semana e bebida ingerida com mais frequência. No que tange os relatos, destaca-se as respostas afirmativas para o consumo de frutas (68,11%); feijão e arroz (51,89%); e carne branca (48,65%); todos relatados como consumidos regularmente pelos estudantes. Na Tabela 1 é possível observar o quantitativo de respostas afirmativas e negativas para cada alimento apresentado nas perguntas relacionadas ao consumo frequente.

Tabela 1 – Alimentos mais consumidos semanalmente de acordo com os questionários analisados.

ALIMENTOS	CONSOME COM FREQUÊNCIA	
	SIM	NÃO
Frutas	126 (68,11%)	59 (31,89 %)
Suco da Fruta	99 (53,51%)	86 (46,49%)
Feijão e Arroz	96 (51,89%)	89 (48,11%)
Carne	90 (48,65%)	95 (51,35%)
Salsicha	87 (47,03%)	98 (52,97%)
Ovo	86 (46,49%)	99 (53,51%)
Água	77 (41,62%)	108 (58,38%)
Cuscuz	59 (31,89%)	126 (68,11%)
Refrigerantes	58 (31,35%)	127 (68,65%)
Salgadinhos	58 (31,35%)	127 (68,65%)
Empanado	42 (22,70%)	143 (77,30%)
Refresco de Laranja	39 (21,08%)	146 (78,92%)
Café	34 (18,38%)	151 (81,62%)

Ênfase também para os alimentos industrializados que foram descritos como muito consumidos durante a semana, são eles os salgadinhos (do tipo pipocas industrializadas) (31,35%); a salsicha (47,03%); empanados (22,70%); refrigerantes (31,35%); e refresco de laranja (21,08%). A Tabela 1 apresenta a melhor descrição desses dados conforme as respostas dos escolares.

O presente estudo apontou um consumo frequente de bebidas ultraprocessadas como os refrigerantes (31,35%), consoante com o estudo de Maia e Marin (2022) que retratou que 40% do público investigado consome refrigerantes e sucos industrializados diariamente.

O estudo de Hinnig e Bergamaschi (2012) que traz a identificação dos itens alimentares no consumo alimentar de crianças de 7 a 10 anos por meio de diários alimentares, realizado na Escola de Aplicação da Universidade de São Paulo (USP), demonstrou um consumo expressivo de arroz e feijão na dieta destes escolares, tal fato pode estar associado a estes alimentos serem habituais nas dietas brasileiras, com relação a presença de frutas este estudo apresentou baixo consumo, o que pode ser preocupante visto que são fontes de vitaminas, minerais, fibras e energia, que são essenciais ao bom funcionamento do organismo.

A presente pesquisa apresentou um consumo frequente de arroz e feijão, assim como de frutas pelos escolares, concordante com os estudos de Maia e Marin (2022), que em suas pesquisas apresentaram que 70% das crianças investigadas consomem frutas frequentemente, sendo que 50% consomem 2 ou mais vezes por dia, e 20% consomem 1 vez ao dia. Os estudos de Maia e Marin (2022), Hinnig e Bergamaschi (2012) possuem uma diferença de 10 anos entre as pesquisas, atualmente o consumo de frutas é bem mais incentivado, principalmente na primeira infância.

A salsicha foi citada como substituta da carne como opção consumida durante a semana, (47,03%) marcaram este embutido como opção de consumo semanal frequente. Estes dados corroboram com os estudos de Landim e colaboradores (2019), que apresentam como um dos pontos de sua pesquisa a avaliação do consumo alimentar e de ultraprocessados de escolares de 7 a 10 anos. Em seus dados eles demonstraram que 43% das crianças avaliadas afirmaram consumir embutidos nas últimas 24 horas.

Rocha e Etges (2019) trazem como conclusão dos seus estudos que não há relação expressiva entre o consumo de industrializados e o estado nutricional da amostra analisada, todavia enfatiza que o consumo elevado de biscoito recheado e salgadinhos pode ser considerado fator de risco para sobrepeso e obesidade. Nos escolares do município investigado 31,35% da amostra afirmou consumir com frequência salgadinhos (do tipo pipocas industrializadas) podendo ser fator determinante para o acometimento de DCNT, já que os escolares estão em desenvolvimento e necessitam suprir necessidades específicas para a faixa etária.

A Tabela 2 apresenta as respostas dos escolares sobre os alimentos que consideram que proporciona energia e força para realizar tarefas do dia a dia, esta tabela é composta por dados anteriores e posterior a realização da atividade de educação alimentar e nutricional. Sendo

perceptível algumas alterações nas respostas dos questionários aplicados após a atividade, é possível perceber redução nas respostas afirmativas em relação ao biscoito recheado que foi de 24,86% para 10,80%, como também um aumento nas afirmativas em relação a banana e ao suco de frutas, apresentando a banana 60,54% antes da ação e 70,45% após a realização da mesma e o suco de frutas 45,41% antes e 62,50% após a mesma.

Tabela 2 – Alimentos que os escolares consideram que proporcionam força e energia.

Alimentos que você considera que proporcionam energia	ANTES DA AÇÃO		DEPOIS DA AÇÃO	
	Sim	Não	Sim	Não
Biscoito recheado	46 (24,86%)	139 (75,14%)	19 (10,80%)	157(89,20%)
Banana	112 (60,54%)	73 (39,46%)	124 (70,45%)	52 (29,55%)
Pão	49 (26,49%)	136 (73,51%)	48 (27,27%)	128 (72,32%)
Suco de frutas	84 (45,41%)	101 (54,59%)	110 (62,50)	66 (37,50%)

A realização da ação de Educação Alimentar modificou a resposta dos escolares de forma satisfatória com base nos dados apresentados em relação a pergunta “Quais alimentos você considera que te dão mais força/energia?”, visto que em relação a banana e ao suco de frutas que são considerados alimentos mais indicados para um desenvolvimento saudável, as respostas afirmativas aumentaram. Além da mudança da resposta em relação ao biscoito recheado que é possível observar uma redução das afirmativas.

O trabalho de Pinto e Colaboradores (2019) que avaliou a composição qualitativa do lanche escolar de crianças de 7 a 9 anos após a intervenção de nutricionista por meio de EAN em uma escola do município de Governador Valadares/MG no ano de 2017, mostrou como resultado que o consumo de produtos *in natura* triplicou e dos produtos ultraprocessados diminuiu pela metade no grupo experimental após a realização das atividades de Educação Nutricional.

O conteúdo dos questionários aplicados durante a pesquisa também proporcionou uma análise da satisfação dos escolares em relação a merenda escolar, se eles preferem alimentos *in natura* e caseiros ou alimentos ultraprocessados e com alto teor de sal, açúcar, gorduras e óleos, objetivando saber quais dos alimentos apresentados seriam de interesse dos estudantes consumir na merenda escolar e se após a ação de contação de história haveria mudança nessas respostas como é possível analisar na Tabela 3.

As respostas variaram, em relação a Laranja e a Carne com Legumes observa-se um aumento nas respostas afirmativas, de 44,86% para 59,09% e de 17,84% para 22,16%, respectivamente. Mas também aconteceu uma diminuição das respostas afirmativas em relação

ao Sanduiche Natural que reduziu de 61,62% para 45,45% e uma aumento nas respostas afirmando que existe interesse na inserção do suco de caixinha na merenda escolar, de 25,41% para 32,95%.

Tabela 3 – Alimentos que os escolares desejam consumir na merenda escolar.

Alimentos que você deseja consumir na merenda escolar	ANTES DA AÇÃO		DEPOIS DA AÇÃO	
	Sim	Não	Sim	Não
Laranja	83 (44,86%)	102 (55,14%)	104 (59,09%)	72 (40,91%)
Sanduiche Natural	114 (61,62%)	71 (38,38%)	80 (45,45%)	96 (54,55%)
Carne com Legumes	33 (17,84%)	152 (82,16%)	39 (22,16%)	137 (77,84%)
Suco de Caixinha	47 (25,41%)	138 (74,59%)	58 (32,95%)	118 (67,05%)

Os dados relacionados as preferências para a inserção de alimentos na merenda escolar apresentaram que Laranja e a Carne com legumes tiveram um aumento nas respostas afirmativas, reforçando a importância do diálogo em relação a alimentação saudável na escola e o quanto este ambiente é propicio para o aprendizado em relação a temas extra disciplinares, por sua vez o Sanduiche Natural teve uma redução nas respostas afirmativas, podendo está associado a interpretação dos escolares sobre o tipo de sanduiche ou seu benefício na alimentação.

Ainda, avalia-se as respostas em relação ao acréscimo do suco de caixinha na merenda, na qual percebe-se um aumento nas afirmativas após a realização da ação, o que não corrobora com o objetivo da estratégia de EAN, mas proporciona a reflexão sobre a composição dos produtos industrializados que tendem a modificar a palatabilidade dos indivíduos pela grande quantidade de açúcar e aditivos, bem como sobre o marketing por trás desses produtos.

Os estudos de Fidelix (2015), que envolveu 102 crianças entre 6 e 10 anos objetivou analisar se há influencia da publicidade e das mídias nas escolhas alimentares dos mesmos, esta pesquisa trouxe como resultado que a maior parte das crianças da amostra analisada fazem as refeições assistindo a TV e que esta situação atrapalha a percepção de saciedade, além de que este fato está associado ao IMC não adequado da amostra. Consonante com estas informações o estudo de Alcantara e colaboradores (2019) que investigou o comportamento alimentar de crianças frente a mídias e publicidades, mostrou em seus resultados que (51,4%) da amostra analisada relataram pedir aos pais para comprar um determinado alimento após vê-lo em um anuncio na TV, os resultados também apresentaram que dentre as opções de alimentos que as

crianças escolheriam para comprar, as respostas mais frequente foram suco com embalagem de personagem (65,7%) e biscoito com embalagem de personagem (42,9%).

O Marketing digital e a publicidade infantil são grandes influentes nas escolhas alimentares infantis e tornam ainda mais importante a presença de estratégias de educação alimentar e nutricional no dia a dia de crianças, garantindo a este público o conhecimento acerca dos alimentos saudáveis e da importância de escolhas alimentares adequadas.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Realizar Educação Alimentar e Nutricional nas escolas é uma maneira de promoção da saúde e auxílio na construção de hábitos alimentares saudáveis, é possível perceber a importância de diálogos e ações pois este é o ambiente propício ao aprendizado, permitindo a compreensão dos escolares acerca dos temas debatidos.

Levando em consideração o que foi observado neste estudo, as intervenções de EAN proporcionaram um novo jeito de fazer nutrição, conquanto o viés da pesquisa está na falta de continuidade das ações, o que proporcionaria benefícios para o aprendizado e fixação das informações espectros amplos, podendo ser esta uma proposta para estudos futuros.

O presente trabalho permite uma reflexão sobre a importância de voltar o olhar para a alimentação das crianças e para a construção de hábitos saudáveis ainda na infância de maneira a prevenir o acometimento de DCNT presentes e futuras, auxiliando também na qualidade de vida destes indivíduos.

REFERÊNCIAS

ACCIOLY, Elizabeth. A escola como promotora da alimentação saudável. **Ciência em tela**, v. 2, n. 2, p. 1-9, 2009.

BATISTA MONTICELLI, Fernanda Dias; PACHECO DE SOUZA, José Maria; BUONGERMINO DE SOUZA, Sonia. CONSUMO DE FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS POR ESCOLARES ADOLESCENTES. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, v. 23, n. 3, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução CNS nº 466/2012. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 12 dez. 2012

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional. Brasília/DF, 2018.

BRASIL. Lei Nº 13.666, de 16 de maio de 2018, altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar.

BRASIL. Ministério da cidadania. Educação Alimentar e Nutricional. 06 de janeiro de 2022.

BRASIL. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica - **ABESO**. Mapa da obesidade. ABESO; 2022. Disponível em: <http://www.abeso.org.br/>.

BRASIL. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília – DF, 2013. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnan.pdf>

BRASIL. Resolução/CD/FNDE nº 38 de 16 de julho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Diário Oficial da União, 2009.

BLITSTEIN, Jonathan L. et al. Adicionar uma campanha de marketing social a um programa de educação nutricional escolar melhora a ingestão alimentar das crianças: um estudo quase experimental. **Jornal da Academia de Nutrição e Dietética**, v. 116, n. 8, pág. 1285-1294, 2016.

CORDEIRO, Maraysa Carvalho et al. Hábito alimentar, consumo de ultraprocessados e sua indicação com o estado nutricional de escolas da rede privada. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 9, n. 3, pág. e21932300-e21932300, 2020.

CARVALHO, Fabio Fortunato Brasil de. A saúde vai à escola: a promoção da saúde em práticas pedagógicas. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 25, n. 4, p. 1207-1227, 2015.

CUNHA, Luana Francieli da. A importância de uma alimentação adequada na educação infantil. 2014.

DALMON, D. L.; SIQUEIRA, C.; BRAGA, F. M. Políticas educacionais no Brasil: o que podemos aprender com casos reais de implementação. **São Paulo: Edições SM**, 2018.

DA SILVA, Luis Gustavo Moreira; FERREIRA, Tarcísio José. O papel da escola e suas demandas sociais. **Projeção e docência**, v. 5, n. 2, p. 06-23, 2014.

DA CUNHA SOARES, Tamires et al. Avaliação da Aceitabilidade e Perfil Nutricional da Merenda Escolar em uma Instituição Pública de Ensino na Cidade de Picos-PI. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 8, n. 11, pág. e138111445-e138111445, 2019.

DECOSTA, Patrícia et al. Mudando o comportamento alimentar das crianças-Uma revisão da pesquisa experimental. **Apetite**, v. 113, p. 327-357, 2017.

DE ALCANTARA, Felipe Benite et al. A Influência da mídia e publicidade na alimentação de escolares: o papel da educação alimentar. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 11, n. 13, p. e2005-e2005, 2019.

FIDELIX, H. N. A Influência da mídia nos hábitos alimentares de crianças em uma escola no município de Cariacica. **TCC de Nutrição. Faculdade Católica Salesiana do Espírito Santo**, 2015.

FREITAS, Maria do Carmo Soares de; FONTES, Gardênia Abreu Vieira; OLIVERIA, Nilce de. **Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura**. EDUFBA, 2008.

HINNIG, Patrícia de Fragas; BERGAMASCHI, Denise Pimentel. Itens alimentares no consumo alimentar de crianças de 7 a 10 anos. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 15, n. 2, pág. 324-334, 2012.

IBGE, IBGE; IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [Internet]. **Brazil: IBGE**, 2011.

LANDIM, Liejy Agnes dos Santos Raposo et al. Avaliação nutricional, consumo alimentar e frequência de ultraprocessados em escolares da rede pública. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 5, p. e2427-e2427, 2020.

MAIA, Giovanna Borges; MARIN, Tatiana. Análise da frequência alimentar e estado nutricional de crianças assistidas em uma unidade básica de saúde. **Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, v. 38, n. 74, p. 85-95, 2022.

PADOVANI, Renata Maria et al. Dietary reference intakes: aplicabilidade das tabelas em estudos nutricionais. **Revista de Nutrição**, v. 19, n. 6, p. 741-760, 2006.

PEREIRA, Tamara de Souza; PEREIRA, Rafaela Corrêa; ANGELIS-PEREIRA, Michel Cardoso de. Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e

nutrição de adolescentes de uma escola pública. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, p. 427-435, 2017.

PIANTINO, Camila Belfort et al. Propostas de ações educativas no ambiente escolar como prática de promoção da saúde. **Ciência et praxis**, v. 11, n. 21, p. 107-110, 2018.

PINTO, Laura Anne Martins et al. Eficácia de estratégias de educação alimentar e nutricional em ambiente escolar. **Revista Ciência em Extensão**, v. 15, n. 3, p. 45-61, 2019.

PONTES, Amanda de Moraes Ongarato; ROLIM, Harvillyn Jhessy Povinski; TAMASIA, Gislene dos Anjos. A importância da educação alimentar e nutricional na prevenção da obesidade em escolares. **Faculdades Integradas do Vale do Ribeira**, p. 1-15, 2016.

Políticas educacionais no Brasil: o que podemos aprender com casos reais de implementação? / [organização] Danilo Leite Dalmon, Caetano Siqueira, Felipe Michel Braga. — São Paulo: Edições SM, 2018.

ROCHA, Talita Naiara; ETGES, Bianca Inês. Consumo de alimentos industrializados e estado nutricional de escolares. **Biológicas & Saúde**, v. 9, n. 29, 2019.

RAMOS, Flávia Pascoal; SANTOS, Lígia Amparo da Silva; REIS, Amélia Borba Costa. Educação alimentar e nutricional nas escolas: uma revisão da literatura. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 29, não. 11, pág. 2147-2161, 2013.

SANTOS, C.R.F.de S.C., CÓCARO,E. S.,Educação nutricional para escolares de uma instituição privada em Pouso Alegre/MG, Revista Nutrição Brasil, Minas Gerais, v.9, n.4, p.212-217, 2010.

SANTOS, C.R.F.de S.C., CÓCARO,E. S.,Educação nutricional para escolares de uma instituição privada em Pouso Alegre/MG, Revista Nutrição Brasil, Minas Gerais, v.9, n.4, p.212-217, 2010.

SILVA, Simoni Urbano da et al. As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 2671-2681, 2018.

WILLETT, WC Questões na análise e apresentação de dados dietéticos. **Epidemiologia nutricional**, p. 321-346, 1998.

APÊNDICE

APÊNDICE A – IMAGEM DO QUESTIONÁRIO UTILIZADO NA PESQUISA


INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO

QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DE CONHECIMENTOS NUTRICIONAIS E ALIMENTARES

Circule a figura (resposta)

Entre esses alimentos o que você mais come?

   

Qual tipo de carne você consome todo dia?

   

Quais desses alimentos vai deixar você forte para brincar?

   

Escolha alimentos para incluir na merenda?

   

Qual dessas bebidas é melhor?

    

ANEXO

ANEXO A – APROVAÇÃO PELO COMITÊ DE ÉTICA

UFCG – HOSPITAL
UNIVERSITÁRIO ALCIDES
CARNEIRO DA UNIVERSIDADE



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: DESENVOLVIMENTO DE AÇÕES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE A PARTIR DO DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL E PERFIL SOCIOECONÔMICO E DIETÉTICO DE ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE UM MUNICÍPIO DE PEQUENO

Pesquisador: Nilcimelly Rodrigues Donato

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 91958518.7.0000.5182

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.918.646

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: Rua: Dr. Carlos Chagas, s/n

Bairro: São José

UF: PB

Município: CAMPINA GRANDE

CEP: 58.107-670

Telefone: (83)2101-5545

Fax: (83)2101-5523

E-mail: cep@huac.ufcg.edu.br

ANEXO C – MATERIAIS UTILIZADOS PARA A CONTAÇÃO DA HISTÓRIA DOS TRÊS PORQUINHOS

