

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

MAILSA MARIANO DOS SANTOS

ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA ALIADA À APRENDIZAGEM: PROJETO DE
INTERVENÇÃO



CURITIBA

2019

MAILSA MARIANO DOS SANTOS

ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA ALIADA À APRENDIZAGEM: PROJETO DE
INTERVENÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentada ao curso de Pós-Graduação em Saúde para Professores do Ensino Fundamental e Médio, Departamento de Enfermagem, Setor de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Saúde.

Orientadora: Prof^a Dr^a. Shirley Boller

CURITIBA

2019

Dedico esse trabalho a Deus por proporcionar-me a conclusão de mais uma etapa da vida que se consumou neste trabalho, a família, pelo apoio e incentivo para seguir adiante.

AGRADECIMENTOS

A Deus pelo dom da vida, pela fé e perseverança para vencer os obstáculos.

Ao meu amado filho, Marlon, pela alegria que me proporciona pela sua existência e pela orientação, dedicação e incentivo nessa fase do curso de pós-graduação e na tradução do resumo.

Agradeço aos profissionais da Escola Professora Sueli da Silva Cantador, especialmente a diretora Adriana Mazzeto por oportunizar a efetivação do projeto de intervenção e aportes constantes no espaço escolar.

Agradeço a profissional pediatra doutora Bárbara Piovesan pela disponibilidade no suporte deste projeto.

À minha orientadora professora doutora Shirley Boller, que me orientou, pela sua disponibilidade, interesse e receptividade com que recebeu e pela prestabilidade com que me ajudou.

Agradeço aos pesquisadores e professores do curso de Especialização em Saúde para Professores do Ensino Fundamental e Médio.

Agradeço aos tutores presenciais e a distância que nos auxiliaram no decorrer da pós-graduação.

Enfim, sou grata a todos que contribuíram de forma direta e indireta para realização deste trabalho de conclusão de curso.

“Nem tudo que se enfrenta pode ser modificado, mas nada pode ser modificado até que seja enfrentado”.

Albert Einstein

RESUMO

Introdução: A profissão de professor, nos dias atuais, depara com muitos problemas de aprendizagem em sala de aula devido a diversas circunstâncias vulneráveis dos estudantes. Alguns estudantes demonstram situação de fragilidade alimentar. Dentro desta perspectiva diante da situação apresentada com tal problemática, pretendem-se ações de intervenções como roda de conversas, palestras, debate e atividades desenvolvidas em âmbito escolar, a fim de atenuar as consequências que a falta e a má alimentação pode causar na vida dos estudantes. Os estudantes da escola Professora Ceci Sueli da Silva Cantador (Ceci) localizada no município de Araucária – Paraná; sofrem com a negligência quanto à alimentação devida a situações diversas: pais etilistas, drogadictos e a falta de alimentação saudável por condições financeiras. Os estudantes que possuem estes problemas familiares vêm pra escola, com fome, pois não se alimentaram em casa. Objetivo: Sensibilizar os estudantes para a promoção dos hábitos alimentares saudáveis. Método: Trata-se de um projeto de intervenção desenvolvido na escola Ceci, tendo como público alvo 54 estudantes do primeiro ao terceiro ano do ensino fundamental. A intervenção foi realizada em um período de seis meses, no período vespertino em quatro etapas. Resultados: Na primeira etapa realizou-se a apresentação para a equipe escolar de uma palestra com a profissional do posto de saúde a pediatra Dra. Bárbara Piovesan sobre a importância da alimentação a ser realizada no ambiente escolar com os pais e responsáveis dos estudantes. Na segunda etapa, os estudantes foram reunidos para uma roda de conversa e na sequência foram desenvolvidas atividades que tratavam do tema: A importância da alimentação saudável. Em uma terceira etapa, na segunda quinzena de setembro os estudantes produziram a pirâmide alimentar. Em quarto momento, em novembro na sala de aula, foi feita a elaboração de *folder* e cada estudante levou para suas famílias sensibilizando-os da importância de se alimentar bem. Discussão: O projeto foi bem aceito pelos estudantes, instigando curiosidade para saber mais sobre a alimentação, demonstrando o interesse para seguir um modo de vida mais saudável não só nas dependências da escola, como também em suas residências. A escola fez um *buffet* de frutas e os estudantes preferiram comer frutas do que pratos industrializados enviados pelos pais, demonstrando que projetos como este tem um impacto imediato em toda a comunidade. Considerações: As ações realizadas levaram à comunidade escolar tomar decisões que promoveram a aprendizagem dos estudantes com base na alimentação. Conclui-se que práticas de atividades diferenciadas, que promovam a socialização e a interação são indispensáveis entre estudantes, grupo escolar e pais, pois promovem um trabalho que buscam sensibilizar e orientar os pais, estudantes e professores sobre a importância da alimentação.

Palavras-chave: Estudante, Alimentação, Educação alimentar, Aprendizagem.

ABSTRACT

Introduction: The profession of teacher nowadays faces many problems of classroom learning due to various vulnerable circumstances of the students. Some students demonstrate a situation of food fragility. Within this perspective, in view of the situation presented with such problematic, interventions are planned as a round of conversations, lectures, debates and activities carried out in schools, in order to mitigate the consequences that lack and poor nutrition can cause in the lives of students. The students of the school Professor Ceci Sueli da Silva Cantador (Ceci) located in the city of Araucária - Paraná; suffer from neglect of food due to various situations: alcoholic parents, drug addicts and the lack of healthy food due to financial conditions. Students who have these family problems come to school, hungry because they did not eat at home. Objective: To sensitize students to the promotion of healthy eating habits. Method: This is an intervention project developed at the Ceci school, with a target audience of 54 students from the first to the third year of elementary school. The intervention was performed in a period of six months, in the evening period in four stages. Results: The first stage was the presentation to the school staff of a lecture with the professional of the pediatrician Dr. Bárbara Piovesan, about the importance of food to be carried out in the school environment with the parents and responsible students. In the second stage, the students were gathered for a talk and in the sequence activities were developed that addressed the theme: The importance of healthy eating. In a third step, in the second half of September the students produced the food pyramid. Fourth, in November in the classroom, a folder was made and each student took them to their families, sensitizing them to the importance of eating well. Discussion: The project was well accepted by the students, instigating curiosity to know more about food, demonstrating the interest to follow a healthier way of life not only in the school premises, but also in their homes. The school made a fruit buffet and students preferred to eat fruits than industrialized dishes sent by their parents, demonstrating that projects like this have an immediate impact on the entire community. Considerations: The actions taken led the school community to make decisions that promoted student learning based on food. It is concluded that practices of differentiated activities that promote socialization and interaction are indispensable among students, school groups and parents, because they promote a work that seeks to sensitize and guide parents, students and teachers about the importance of food.

Key words: Student, Food, Food education, Learning.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 - CONVITE PARA A PALESTRA DA DOUTORA BÁRBARA PIOVESAN	19
FIGURA 2 - PALESTRA COM A DOUTORA BÁRBARA PIOVESAN	20
FIGURA 3 - SALADA DE FRUTAS	20
FIGURA 4 - PRATO: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	21
FIGURA 5 - PALESTRA REALIZADA NA ESCOLA CECI	21
FIGURA 6 - PIRÂMIDE DA SAÚDE INFANTIL	22
FIGURA 7 - FOLDER SAUDÁVEL	23
FIGURA 8 - <i>FOLDER</i> PRODUZIDO PELA ALUNA	23
FIGURA 9 - ALIMENTAÇÃO DOS ESTUDANTES	24

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
1.1 JUSTIFICATIVA	12
1.2 OBJETIVOS	12
1.2.1 Objetivo geral	12
1.2.2 Objetivos específicos.....	12
2 REVISÃO DE LITERATURA	13
3 MATERIAL E MÉTODOS	16
3.1 PÚBLICO ALVO	16
3.2 TRAJETÓRIA METODOLÓGICA.....	17
3.2.1 Palestra	17
3.2.2 Roda de conversa	18
3.2.3 Produção de material	18
3.2.4 Elaboração de <i>folders</i>	18
3.3 ASPECTOS ÉTICOS.....	18
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	19
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	25
REFERÊNCIAS.....	26

1 INTRODUÇÃO

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) oferece alimentação escolar e ações de educação alimentar e nutricional a estudantes. Com mais de 60 anos de existência o PNAE é gerenciado pelo Fundo nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), sendo autarquia federal vinculada ao Ministério da Educação (BRASIL, 2018).

O governo federal repassa, aos estados, municípios e escolas federais, valores financeiros de caráter suplementar efetuados em dez parcelas mensais (de fevereiro a novembro) para a cobertura de duzentos dias letivos, conforme o número de matriculados em cada rede de ensino. São atendidos pelo programa os alunos de toda a educação básica (educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos) matriculados em escolas públicas, filantrópicas e em entidades comunitárias (conveniadas com o poder público). Vale destacar que o orçamento do PNAE beneficia milhões de estudantes brasileiros, como prevê o artigo 208, incisos IV e VII, da Constituição Federal. Sobre o PNAE. De acordo com a pesquisa no portal do FNDE, observa-se que o Programa Nacional de Alimentação Escolar, é maior programa de alimentação em atividade no Brasil (BRASIL, 2018).

De acordo com o PNAE busca-se garantir a segurança alimentar e nutricional, oferecer hábitos alimentares saudáveis e refeições saudáveis que cubra no mínimo 20% das necessidades nutricionais de acordo com a faixa etária durante o período de permanência do aluno na escola. Observa-se ainda que nas escolas integrais do estado deve-se garantir 70% das necessidades diárias das crianças e 30% na família. A escola é uma aliada na formação dos hábitos de vida dos estudantes e é responsável pelo conteúdo educativo global, até mesmo do ponto de vista nutricional, pois as consequências da alimentação inadequada nesta idade podem caracterizar um baixo aproveitamento do estudante (SILVA, 2013).

O ambiente escolar é considerado um espaço estratégico para as ações de educação alimentar, uma vez que contempla uma estrutura organizada para o ensino. O tempo de permanência dos alunos na escola é longo, e nela oferece-se uma ou duas refeições do dia, durante cinco dias da semana. Há o fato de o estudante representar um potencial agente de mudança na família e na comunidade onde está inserido. Para a formação dos hábitos alimentares dos estudantes a família e a escola têm importante papel de influenciá-las a conhecer as

características do alimento não somente com suas experiências, mas pela observação e imitação dos pais, professores e colegas (PAULA et al., 2012).

A Lei nº 8069. De 13 de julho de 1990 – Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) visa garantir condições de desenvolvimento às crianças e adolescentes necessários a uma boa formação, seja física, intelectual, emocional, moral, espiritual e social. O ECA afirma “que a família é a primeira instituição responsável pela efetivação dos direitos básicos das crianças”. É importante considerar que a nossa realidade é bem diversificada, as famílias independentes da classe social que pertence, organizam-se das mais diferentes maneiras (CÂMARA DOS DEPUTADOS, 2019).

Há família que são nucleares outras tendo a presença de uma figura adulta como o pai, mãe, avó ou outros. O desenvolvimento da criança é influenciado não só pela bagagem que traz de seus pais, a que chamamos hereditariedade e pela maturação de seus órgãos, mas principalmente pelas condições do ambiente em que vive: sua moradia, o trabalho de seus pais, o acesso a serviços de saúde, à educação e ao lazer.

A profissão de professor, nos dias atuais, depara com muitos problemas de aprendizagem em sala de aula devido a diversas circunstâncias vulneráveis dos estudantes. Alguns estudantes demonstram situação de fragilidade alimentar. Diante da situação apresentada acredita-se que algumas questões possam e devem ser desenvolvidas em âmbito escolar a fim de melhorar e colaborar com a qualidade de vida dos estudantes das escolas públicas. Desta maneira, é dever dos profissionais da educação organizar espaços de debates, rodas de conversas, palestras, projetos de intervenções no sentido de sensibilizar e colaborar com hábitos saudáveis de vida, além disso, atenuar as consequências que a falta e a má alimentação pode causar na vida dos estudantes.

Nessa perspectiva a pergunta de intervenção deste projeto é: A criação de espaços para debates sobre a alimentação saudável na Escola Ceci Professora Sueli da Silva Cantador, contribuem para a promoção do processo educativo voltado à adoção de hábitos alimentares saudáveis que sejam essenciais para o aprendizado dos estudantes?

1.1 JUSTIFICATIVA

Os estudantes da escola Professora Ceci Sueli da Silva Cantador (Ceci) localizada no município de Araucária – Paraná; sofrem com a negligência quanto à alimentação devida a situações diversas: pais etilistas, drogadictos e a falta de alimentação saudável por condições financeiras. Os estudantes que possuem estes problemas familiares vêm pra escola, com fome, pois não se alimentaram em casa. Este projeto de intervenção tem por objetivo sensibilizar os estudantes sobre a importância da alimentação, junto aos órgãos competentes direção da escola Ceci, a unidade de saúde que está inserida no bairro Jardim Alvorada. Portanto a metodologia a ser desenvolvida auxiliará na orientação dos estudantes para uma alimentação saudável.

A alimentação influi em nossa disposição, em nosso estado emocional e até em nossa inteligência. Todas essas circunstâncias podem prejudicar o interesse dos estudantes em frequentar a escola, apresentando baixo rendimento, irritabilidade, agitação, estresse, apatia dentre outros (FREITAS, 2002). A criação de espaço para estes debates sobre a alimentação será na escola, trazendo profissionais da área da saúde para orientá-los da importância de uma boa alimentação.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo geral

Sensibilizar os estudantes para a promoção dos hábitos alimentares saudáveis.

1.2.2 Objetivos específicos

Realizar atividades educativas na sala de aula voltada para a alimentação.

Produzir materiais educativos relacionados à alimentação.

2 REVISÃO DE LITERATURA

A escola é um ambiente privilegiado para a implementação de condutas educativas na área da e saúde, sendo que o estudante a frequenta por longo período da vida. Existe o programa de alimentação escolar na rede pública que oferece acesso a alimentos saudáveis, ocorrendo experiências favoráveis à construção de hábitos, atitudes. Esta alimentação é essencial por influenciar no aprendizado. Os estudantes têm o direito ao acesso de uma alimentação de qualidade que atenda às necessidades nutricionais até a fase que frequentar a escola (CAVALCANTI, 2009; SILVA, 2013).

O espaço escolar é um local importante para haver essa intervenção, pois na escola o estudante, além de aprender ele leva consigo experiências para a sua vivência. Os professores podem propor e fazer receitas em sala com as crianças, salada de frutas, brincadeiras relacionadas à alimentação, explicar a consequência de uma alimentação inadequada entre outros fatores. Somente com um trabalho em conjunto, entre escola e comunidade, poderão ser superados parcialmente os problemas causados pela alimentação insuficiente ou inadequada (SANTOS 1989; CAVALCANTI, 2009; SILVA, 2013).

A participação da família é de fundamental importância. Os familiares têm grande responsabilidade na alimentação da criança cabe a eles levá-los a preferir alimentos saudáveis, indispensáveis ao seu desenvolvimento, esta tarefa não é feita só com palavras, sobretudo com exemplos, a criança deve compreender que comer bem não significa comer muito, mas alimentar-se adequadamente e de forma equilibrada. Os pais são os primeiros responsáveis pela alimentação, a criança que é motivada a alimentar-se de forma correta terá maiores possibilidades de desenvolver-se cognitivamente e fisicamente. Para os estudantes em idade escolar a alimentação saudável é primordial, pois é capaz de diminuir carências, déficits e excessos nutricionais, além de melhorar o aproveitamento escolar (SANTOS 1989; SILVA, 2013).

Toda alimentação deve fundamentar-se na variedade e é imprescindível no aprendizado, desenvolvimento e concentração do estudante. A escola pode ser a interventora desta alimentação (MOURA 1993; SILVA, 2013). Tudo que é consumido exerce efeito sobre a função cerebral, podendo modificar o desenvolvimento no humor, no comportamento, no pensamento, na memória, no aprendizado. Através

de uma alimentação colorida e variada, podemos manter o cérebro ativo e saudável. A escola deve contar com um profissional da saúde que contribua na reeducação alimentar dos estudantes (PERRONI, 2013; SILVA, 2013).

O ambiente escolar requer muito da criança, por isso ela deve estar bem nutrida, e isto irá refletir no processo ensino aprendizagem. O estudante muitas vezes sai de sua casa sem se alimentar, e a escola é que irá contribuir com a nutrição deste aluno, ressaltando que o fator cognitivo será favorecido se o corpo estiver bem (GOMES, 2016).

Muitos estudantes só têm a merenda escolar como refeição durante o dia e tais estudantes que recebem uma nutrição insuficiente, jamais conseguirão ter o mesmo desenvolvimento de desempenho que estudantes bem alimentados (MASCARENHAS, 2006; CARVALHO, 2016).

Sabe-se que o estudante que é bem alimentado mostra disposição, desenvolvimento em suas habilidades. Neste sentido a alimentação acaba sendo significativa para a contribuição do desenvolvimento do estudante tanto na escola como na sociedade, como por exemplo, os estudantes terem hábitos mais saudáveis, praticarem exercícios físicos, brincarem com seus amigos, os ajuda no seu aprendizado (SILVA, 2013). Então de que forma trabalhar a alimentação escolar no processo educativo nas séries iniciais de maneira a construir bons hábitos alimentares saudáveis. (SILVA, 2013).

Entretanto a frequência com que os pais mostram hábitos alimentares saudáveis está associada à ingestão alimentar da criança: o que, por sua vez, tem implicações de longo prazo sobre o comportamento alimentar dos filhos (CAVALCANTI, 2009; SILVA, 2013).

A consumação alimentar inadequada, por períodos muitos longos, resulta em esgotamento das reservas orgânicas de micronutrientes, com consequências sérias para os estudantes como retardo no desenvolvimento, redução na atividade física, diminuição na capacidade de aprendizagem, baixa resistência às infecções e maior vulnerabilidade a doenças. Estudantes que convivem com a família que tem uma alimentação diversificada tem maior probabilidades de ter hábitos saudáveis no futuro.

A alimentação não favorece somente o sustento do corpo, mas mantém a criança atenta com energia para realizar suas atividades e seu crescimento, sendo uma grande aliada na educação quando bem trabalhada e executada por meio dos

profissionais em seu plano pedagógico, desenvolvendo assim uma diversidade de opções e atividades dinâmicas diante do estudante, desenvolvendo melhor a sua maneira de aprendizagem, diante da escola e da alimentação (SANTOS, 2019).

3 MATERIAL E MÉTODOS

A Escola Municipal Professora Ceci Sueli da Silva Cantador, oferta o Ensino Fundamental de 1ª ao 5ª ano, que estão divididos em quatro turmas no período matutino e três turmas no período vespertino e uma sala de apoio, com atendimento das 07h45min às 11h45min, das 13h00min às 17h00min.

A estrutura física edificada da escola, suas dependências e condições de uso são a seguinte:

- Diretoria: 1 sala
- Sala dos professores: 1 sala
- Secretaria: 1 sala
- Sala da equipe pedagógica: 1 sala
- Sala de recursos: 0 sala
- Sala de apoio: 1 sala
- Biblioteca: 1 sala
- Laboratório de Informática: sistema UCA nas salas de aula
- Auditório: 0 sala
- Sala de Aula: 4 salas
- Depósito de material de limpeza: 1 sala
- Despensa: 1 sala
- Refeitório: 0 (O lanche é servido em sala de aula)
- Recreio coberto: 0
- Quadra de esportes descoberta: 1
- Cozinha: 1
- Sanitário de professores e funcionários: 1
- Sanitário dos alunos: 2

3.1 PÚBLICO ALVO

Os participantes deste projeto de intervenção contam com 54 estudantes do fundamental inicial e participação das famílias dos estudantes. A criação de espaço para estes debates sobre a alimentação será na escola, trazendo profissionais da área da saúde, promovendo espaços para debates acerca de uma alimentação saudável.

3.2 TRAJETÓRIA METODOLÓGICA

As escolas devem oferecer alimentação equilibrada e orientar seus alunos para a prática dos bons hábitos alimentares, pois o aluno bem alimentado apresenta melhor aproveitamento escolar, atinge o equilíbrio necessário para seu crescimento e desenvolvimento, bem como mantém as defesas necessárias para uma boa saúde.

A escola, portanto, deve buscar qualidade máxima, não só no ensino, mas também nas atividades que ali são desenvolvidos, como alimentação. O ambiente escolar é um local excelente para haver essa intervenção, pois na escola o estudante além de aprender ele leva consigo experiências que sejam significativas, assim a proposta é fazer receitas em sala com os estudantes, salada de frutas, brincadeiras relacionadas à alimentação, explicar a consequência de uma alimentação inadequada entre outros fatores.

Somente com um trabalho em conjunto, entre a escola e a comunidade, poderão ser superados parcialmente os problemas causados pela alimentação insuficiente ou inadequada (SANTOS, 1989; SILVA, 2013). Juntamente com os estudantes o intuito desta intervenção é que eles percebam a importância de uma alimentação saudável. Para fins didáticos, o projeto foi dividido em etapas descritas a seguir:

3.2.1 Palestra

Na primeira etapa os pais e responsáveis foram convidados a participar de uma palestra com a profissional pediatra Dra. Bárbara Piovesan, a qual desenvolve trabalhos na área de pediatria na unidade de saúde situada no bairro Jardim Alvorada (US Terezinha Gonçalves Rodrigues situada: a rua Michel Nassar Saliba que é uma unidade de saúde do tipo Centro de Saúde, Unidade Básica que presta serviços de atendimento à saúde no bairro na cidade de Araucária – PR). A temática sobre Alimentação Saudável, abordada pela profissional Dra. Bárbara, tem como proposta uma conversa com os pais sensibilizando-os que alimentação e aprendizado andam juntos e que uma boa alimentação aumenta a função cerebral,

memória, concentração e habilidades motoras que ajudam os estudantes a chegarem à escola prontos para aprenderem.

3.2.2 Roda de conversa

Na segunda etapa os estudantes foram reunidos para uma roda de conversa e na sequência foi desenvolvida atividades que tratavam dos temas: A importância da alimentação saudável. Esta etapa seria realizada no ambiente escolar com início em setembro, pelos professores, com uso de recursos próprios a fim de alcançar os objetivos de informar aos estudantes sobre questões de alimentação, assim como benefícios para a saúde e o corpo.

3.2.3 Produção de material

Na segunda quinzena de setembro de 2018, os estudantes foram responsáveis pelo desenvolvimento do trabalho. Nesta etapa eles produziram a pirâmide alimentar, referentes aos temas já tratados nas semanas anteriores, posteriormente este material compôs parte da mostra do projeto final.

3.2.4 Elaboração de *folders*

Em novembro, na sala de aula, foi feita a elaboração do *folder* baseado no material pesquisado na *web* com o tema: E como ter uma alimentação saudável?

Cada estudante pode aprender com as dicas de uma boa alimentação descritas no material e confeccionar através de recorte e colagem seu *folder* e levar para suas famílias sensibilizando-os da importância de se alimentar bem.

3.3 ASPECTOS ÉTICOS

As informações coletadas foram usadas apenas para fins deste projeto de intervenção e foram analisadas em conjunto com o orientador, preservando o anonimato e confidencialidade de todos os participantes. Cumprindo os requisitos da Resolução 466/2012 (BRASIL, 2012) e de suas complementares.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Visto em várias pesquisas que a alimentação de fato interfere no desenvolvimento de aprendizagem do estudante. De acordo com CAVALCANTI (2009) “a infância corresponde ao período de formação de hábitos nutricionais do período adultez. É nesta fase que se fundam base para uma alimentação balanceada e saudável”. O estudante bem alimentado apresenta melhor aproveitamento escolar, atingindo o equilíbrio necessário para seu crescimento e desenvolvimento e afirma que é importante trabalhar o tema alimentação e nutrição nas escolas em decorrência do papel da alimentação na prevenção de doenças e na manutenção na qualidade de vida.

Os resultados apresentados neste projeto de intervenção vão ao encontro de SANTOS (2006) que constatou que muitas crianças só têm a merenda escolar como refeição diária durante o dia e tais crianças subnutridas jamais conseguirão ter o mesmo desenvolvimento de desempenho que crianças bem alimentadas, a oferta de ações sobre a alimentação em um ambiente escolar, deve ser amplamente implementada durante o ano letivo com programas de educação nutricional, visando processos ativos, lúdicos e interativos que possam auxiliar nas mudanças de atitude e prática alimentar.

O Projeto de Intervenção foi aplicado para os estudantes e famílias do Município de Araucária da escola Municipal Professora Ceci Sueli da Silva Cantador e comunidade escolar, no período vespertino com 54 estudantes.

Devido à identificação de estudantes que vinham para a escola sem se alimentar o engajamento do Projeto de Intervenção contribuiu para a saúde desses estudantes. A importância de falar sobre uma boa alimentação, ajudou a prevenir distúrbio alimentar, dificuldade no aprendizado e concentração dos estudantes.

Para que as famílias percebessem a importância da alimentação saudável como aliada da aprendizagem, foram realizadas para este projeto palestras ministradas pela pediatra do posto de saúde do bairro Jardim Alvorada.

Os pais e comunidade foram convidados para uma palestra com a pediatra doutora Bárbara Piovesan que abordou a importância da alimentação (FIGURA 1).

FIGURA 1 – CONVITE PARA A PALESTRA DA DOUTORA BÁRBARA PIOVESAN



FONTE: O autor (2018).

Na palestra foi abordado que a nutrição e a aprendizagem caminham juntas e que alguns alimentos auxiliam a função cerebral, memória, concentração e habilidades motoras. Os estudantes com uma boa alimentação estão mais capacitados para aprender, têm menos falta escolar e melhor comportamento (causando menos desinteresse nas aulas, sonolência, cansaço, dor de estômago e queixas verbais). Sensibilizando aos pais que, crianças que se alimentam em intervalos regulares, são mais focadas tendo mais energia para trabalhos escolares (FIGURA 2).

FIGURA 2 – PALESTRA COM A DOUTORA BÁRBARA PIOVESAN



FONTE: O autor (2018).

Durante a palestra foi preparado pelas funcionárias da cozinha da escola uma porção de salada de frutas e servido pela diretora Adriana Mazzeto, sendo uma alternativa tradicional e funcional com o intuito de demonstrar uma escolha de alimentação saudável preparada de uma maneira simples e acessível (FIGURA 3).

FIGURA 3 – SALADA DE FRUTAS



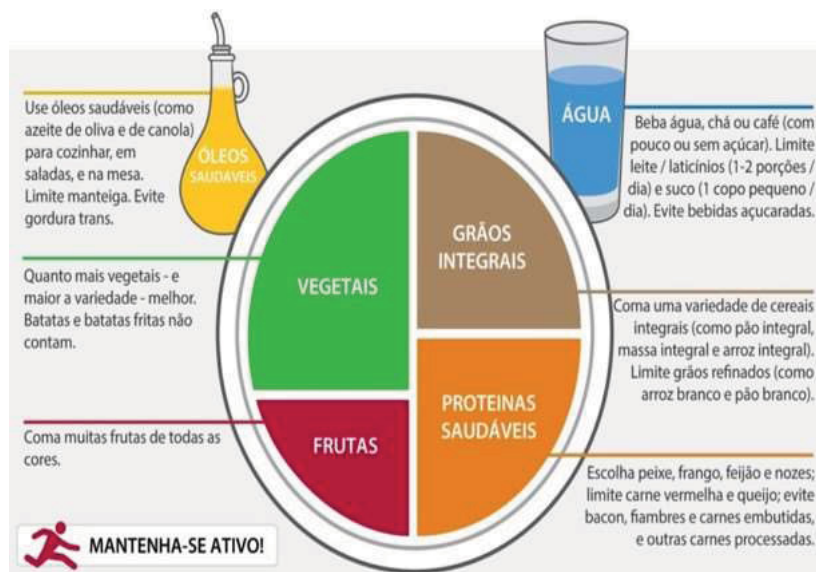
FONTE: O autor (2018).

LEGENDA: A – Salada de frutas sendo preparada

B – Salada de frutas servida pela diretoria

Além disso, no final da palestra foi distribuído a cada responsável um informativo, que continha instruções de como preparar um prato com porções balanceadas para uma alimentação saudável (FIGURA 4).

FIGURA 4 – PRATO: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



FONTE: HARVARD (2018).

Essa palestra foi realizada no dia 03 de agosto de 2018 nas dependências da escola (FIGURA 5).

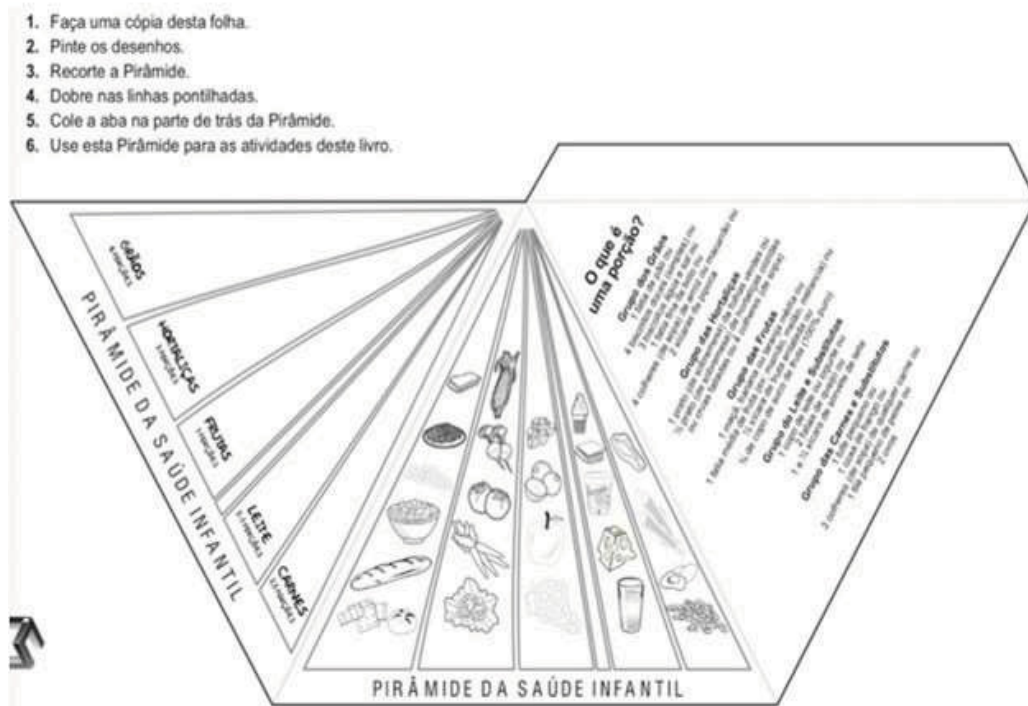
FIGURA 5 – PALESTRA REALIZADA NA ESCOLA CECI



FONTE: O autor (2018).

Cada professor dos diferentes anos da série escolar ficou responsável de realizar atividades na sala de aula voltadas para alimentação, um exemplo de atividade, que foi distribuída, para que cada um dos professores pudesse trabalhar em sala aula com os estudantes foi a produção de uma pirâmide alimentar. Resumidamente, explicando que cada divisão apresenta um grupo de alimentos que nos orientam de quanto mais próximo do topo da pirâmide ou no topo, menor deve ser o consumo daquele grupo e que aos alimentos de um grupo não substituem aos alimentos de outro. Em nossa alimentação diária deve conter de todos os grupos da pirâmide (FIGURA 6).

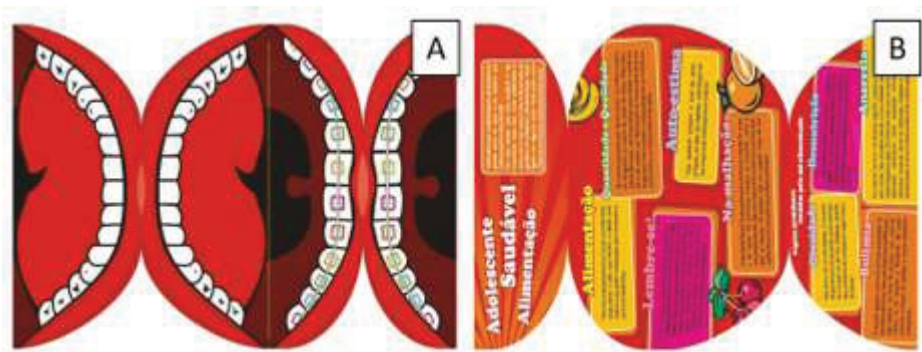
FIGURA 6 – PIRÂMIDE DA SAÚDE INFANTIL



FONTE: NUTRIÇÃO E DIVERSÃO (2018).

Na sala de aula foi elaborado *folder* que tem um formato de abertura de uma boca, na parte superior tem um aparelho ortodôntico com braquetes de cores variadas e ao abrir o *folder* na parte interna tem orientações através de dicas indicadas pelas cores dos braquetes. que orientam para a reflexão, de como ter uma alimentação saudável (FIGURA 7).

FIGURA 7 – FOLDER SAUDÁVEL



FONTE: SAÚDE CURITIBA (2018).

LEGENDA: A – Parte superior do folder, esquema representativo dos dentes e aparelho ortodôntico
B – Parte interior do folder, orientações e dicas de alimentação saudável

A FIGURA 8 está um exemplo de como *folder* foi criado pelo esudante.

FIGURA 8– FOLDER PRODUZIDO PELA ALUNA



FONTE: Adaptado DE SAÚDE CURITIBA (2018).

Conforme demonstrado, este projeto de intervenção foi capaz de sensibilizar e orientar os pais, estudantes e professores sobre a importância da alimentação na escola Ceci e em suas respectivas residências, tendo uma influência na alimentação dos estudantes (FIGURA 9).

FIGURA 9 - ALIMENTAÇÃO DOS ESTUDANTES



FONTE: O autor (2018).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através das observações, roda de conversa, palestra e atividades realizadas durante ao projeto de intervenção. Foi constatado que as crianças não possuem informação necessária em relação a sua cultura alimentar saudável, tanto no ambiente escolar quanto no ambiente familiar. Deste modo esta intervenção se faz necessária de forma a mudar o hábito alimentar e o aprendizado do estudante

A problemática do tema é de sucintamente relevância, pois pode acarretar consequências na vida da criança, principalmente em uma época que a mídia, a globalização e a não disponibilidade de tempo dos pais que desempenham total influência no hábito alimentar dos alunos.

Os resultados do projeto foram positivos, tendo sido bem aceito pelos estudantes, instigando curiosidade para saber mais sobre a temática, demonstrando o interesse para seguir um modo de vida mais saudável não só nas dependências da escola, como também em suas residências, sensibilizando seus familiares. No encerramento do ano letivo foi percebido que houve a alteração comportamental da comunidade escolar. A escola fez um *buffet* de frutas e os estudantes preferiram comer frutas do que pratos industrializados enviados pelos pais, demonstrando que projetos como este tem um impacto imediato em toda a comunidade.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. L. Educação e saúde: hábito alimentar de crianças referentes à alimentação escolar. Revista Eventos Pedagógicos, 2012.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de desenvolvimento da Educação. Programa Nacional de alimentação escolar. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/index.php/programas/pnae>> Acesso em: 18 abril de 2018.

CÂMARA DOS DEPUTADOS. Lei no 8.069, de 13 de julho de 1990. Disponível em: <<http://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/1990/lei-8069-13-julho-1990-372211-publicacaooriginal-1-pl.html>>. Acesso em: 18 jan. 2019.

CAVALCANTI, L. A et al. Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, 2009, Brasília.

FREITAS, P. G. Saúde um Estilo de Vida. Baseado no Equilíbrio de Quatro Pilares. São Paulo: IBRASA, 2002.

GOMES, W. Alimentação escolar saudável. Universidade de Brasília, 2016.

HARVARD. Alimentação saudável. Disponível em: <<https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/translations/portuguese/>> Acesso em: 29 de agosto de 2018.

MASCARENHAS, J. M. O.; SANTOS, J. C. Avaliação da composição nutricional dos cardápios e custos da alimentação escolar da rede municipal de Conceição do Jacuípe/BA. Revista Sitientibus, Feira de Santana, n.35, p.75-90, jul./dez. 2006.

MOURA, E. Biologia educacional: noções de biologia aplicadas à educação. São Paulo: Moderna, 1993.

NUTRIÇÃO E DIVERSÃO. Instituto Cristina Martins. Disponível em:<<http://eadcristinamartins.org/loja/produto/nutricao-e-diversao-4o-e-5o-anos>>. Acesso em 25 de julho de 2018.

PAULA, D. V. DE et al. Avaliação nutricional e padrão de consumo alimentar entre crianças beneficiárias e não beneficiárias de programas de transferência de renda, em escola municipal do Município de Belo Horizonte, Estado de Minas Gerais, Brasil, em 2009. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 21, n. 3, p. 385-394, set. 2012.

PERRONI, C. Boa alimentação interfere na função cerebral e aumenta a concentração. Disponível em: <<http://globoesporte.globo.com/euatleta/nutricao/noticia/2013/06/boa-alimentacao-interfere-na-funcao-cerebral-e-aumentarconcentracao.html>> . Acesso em: 28 nov.13.

SANTOS, L. E. A alimentação na educação. Disponível em: <<https://www.webartigos.com/artigos/a-alimentacao-na-educacao/160327>>. Acesso em: 18 jan. 2019.

SANTOS, M. Â. *Biologia educacional*. São Paulo: Ática, 1989.

SAÚDE CURITIBA. Folder saúde nutricional. Disponível em: <http://www.saude.curitiba.pr.gov.br/images/programas/arquivos/centro_educacao/saude_do_adolescente/adolescente_009.pdf>. Acesso em: 28 de agosto de 2018.

SILVA, J. et al. A ALIMENTAÇÃO NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM. *Revista Eventos Pedagógicos*. v.4, n.2, p. 77 - 85, ago. - dez. 2013.