

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

BARBARA PESSANHA RODRIGUES

**ATUALIZAÇÕES EM PESQUISAS NO CAMPO DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL
NA INFÂNCIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

VOLTA REDONDA - RJ

2020

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**ATUALIZAÇÕES EM PESQUISAS NO CAMPO DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL
NA INFÂNCIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao curso de Nutrição do
UniFOA, como requisito à obtenção
do título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmica: Barbara Pessanha Rodrigues

Orientadora: Prof^a. Me. Ana Paula Caetano de Menezes Soares

VOLTA REDONDA - RJ

2020

FICHA CATALOGRÁFICA

Pessanha, Barbara Rodrigues

Educação nutricional infantil: uma revisão integrativa. / Barbara Rodrigues Pessanha. – Volta Redonda: UniFOA, 2020.

33 p. II.

Orientador (a): Ana Paula Caetano de Menezes Soares

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2020.

1. Nutrição - TCC. 2. Educação alimentar - creches. 3. Obesidade - hábitos. I. Soares, Ana Paula Caetano de Menezes. II. Centro Universitário de Volta Redonda. III. Título.

FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:
**ATUALIZAÇÕES EM PESQUISAS NO CAMPO DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL
NA INFÂNCIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Elaborado por Barbara Rodrigues Pessanha, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em xx de maio de 2020

Banca Avaliadora:

.....
Professora Orientadora

Ana Paula Caetano de Menezes Soares, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professora Avaliadora

Paula Balbi de Melo Hollanda Cordeiro, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professora Avaliadora

Margareth Lopes Galvão Saron, Doutora, Centro Universitário de Volta Redonda

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus que esteve ao meu lado e me deu força, ânimo e coragem para não desistir e continuar lutando por este meu sonho e objetivo de vida.

A Ele eu devo minha gratidão. A essa instituição tão imponente, eu agradeço pelo ambiente propício à evolução e crescimento, bem como a todas as pessoas que a tornam tão especial para quem a conhece.

Ao longo de todo meu percurso, eu tive o privilégio de trabalhar de perto com os melhores professores, educadores, orientadores e, em especial, a minha orientadora Ana Paula.

Sem eles, não seria possível estar aqui hoje com o coração repleto de orgulho. Amigos e família, para vocês eu deixo uma palavra gigante de agradecimento.

Hoje sou uma pessoa realizada e feliz porque não estive só nessa longa caminhada. Vocês foram meu apoio.

A quem não mencionei, mas esteve junto a mim, eu prometo reconhecer essa presença, ajuda e incentivo durante todos os dias da minha vida.

Barbara Pessanha Rodrigues

“Eu faço da dificuldade a minha
motivação. A volta por cima
vem na continuação.”

Charlie Brown Jr.

RESUMO

As ações e práticas educativas da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) são de grande importância para o ensino de hábitos alimentares saudáveis e prevenção de sobrepeso e obesidade no ambiente escolar. Dessa forma, objetivou-se realizar uma revisão integrativa de artigos científicos práticos do Brasil a cerca de ações de educação nutricional em creches e escola nos últimos anos (2018 e 2019). A revisão integrativa se deu por meio de uma busca de trabalhos científicos nas bases de dados SciELO, bibliotecas virtuais e Google acadêmico. O estudo totalizou 35 referências, das quais 14 foram selecionadas. Contudo, observou-se um baixo número de publicações na área e no período analisado. A partir dos resultados dos trabalhos analisados foi feita uma análise e categorização simples do público-alvo envolvido no estudo. As categorias são: crianças, pais e educadores/cuidadores. Dessa forma, os dados apontaram para a necessidade de ações educativas que promovam mudanças no hábito alimentar dos alunos e maior conhecimento sobre alimentação saudável. Dessa maneira, conclui-se que as ações de educação alimentar infantil apresentam impacto positivo na formação dos hábitos alimentares e no incentivo do consumo de produtos in natura. Portanto, tais ações devem ser ampliadas no país.

Palavras-chave: Educação alimentar em creches; Obesidade; Hábitos alimentares.

ABSTRACT

The educational actions and practices of Food and Nutrition Education (EAN) are of great importance for teaching eating habits and preventing obesity and obesity in the school environment. Thus, we aim to carry out a systematic review of scientific scientific articles from Brazil and about nutritional education actions in daycare centers and schools in recent years (2018 and 2019). A systematic review took place through a search for scientific papers in the SciELO databases, virtual libraries and Google academic. The study totaled 35 references, of which 14 were selected. However, a low number of publications in the area has been reduced and with no analyzed period. Through the results of the analyzes, a simple analysis and categorization of the target audience used in the study was performed. The categories are: children, parents and educators / caregivers. Thus, the data point to the need for educational actions that promote changes in students' eating habits and greater knowledge about healthy eating. Thus, it is concluded that the actions of infant food education positively affect the formation of eating habits and do not encourage the consumption of products in nature. Therefore, these actions must be expanded in the country.

Keywords: Food education in daycare centers; Obesity; Eating habits;

SUMÁRIO

1.

INTRODUÇÃO.....1Erro

! Indicador não definido.

2. MÉTODOS.....15

3. RESULTADOS E DICUSSÃO.....15

5. CONCLUSÃO.....35

REFERÊNCIAS.....37

LISTA DE QUADROS

QUADRO	1.	Educação	alimentar	com	
pais.....					15
QUADRO	2.	Educação	alimentar	com	
crianças.....					18
QUADRO	3.	Educação	alimentar	com	educadores, cuidadores e
funcionários.....					32

LISTA DE SIGLAS

DCNT - Doenças crônicas não transmissíveis

EAN - Educação Alimentar e Nutricional

1. INTRODUÇÃO

A educação nutricional é a prática constante e permanente de promoção de bons hábitos alimentares. Essa promoção se dá por meio do desenvolvimento de estratégias que incentivem, não somente a alimentação saudável, como também a segurança alimentar e dos alimentos. Para isso são necessárias ações educativas, respeitando a cultura, crenças e valores, ensinando a cada indivíduo sobre sua importância e respeitando as necessidades individuais, o que permite que os consumidores escolham os alimentos e apreciem sua diversidade local e regional (BOOG 2004).

Ressalte-se de outra parte, que ao se valer de ações educativas, esse processo é entendido como inerente ao binômio ensino-aprendizagem, com multidisciplinaridade dentro dos diversos ramos de conhecimento da ciência da nutrição e interprofissionalidade, em relação as diversas carreiras da área da saúde. Desse modo, é possível proporcionar ao nutricionista problematizações e reflexões que vão desde o campo da Pedagogia até Antropologia (BRASIL, 2018).

De acordo com Boog (2004), a EN é indispensável em qualquer fase da vida. Contudo, o processo de transição nutricional, tem afetado negativamente o estilo de vida saudável na infância e na adolescência. No entanto, a relação entre qualidade de vida e alimentação saudável tem atraído indivíduos que buscam ter um melhor estilo de vida. Uma alternativa para reverter essa situação seria a implantação de ações educativas de EN nas escolas, possibilitando a aquisição de conhecimentos básicos sobre a temática.

De acordo com Dutra et al. (2012), no Brasil, assim como em outros países desenvolvidos e em desenvolvimento, os índices de sobrepeso e a obesidade vêm crescendo aceleradamente. Dessa maneira, os casos de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) aumentaram negativamente, levando cada vez mais pessoas a óbito. A principal causa desse aumento nos casos de DCNT é a alimentação inadequada, além do consumo de alimentos ultraprocessados, popularmente conhecidos como *fast food*.

Sabe-se que a influência dos pais na alimentação das crianças é importante para que bons hábitos alimentares sejam dotados desde cedo. Nesse sentido, sabe-

se que é na idade pré-escolar e escolar é que se estabelecem os principais hábitos alimentares que predominarão ao longo da vida. Segundo Moraes (2014), a socialização proporcionada pela família e pela escola permite o alicerce e a modelação desses hábitos, estabelecendo assim, uma das formas de desenvolvimento do comportamento humano e alimentar. Isso é, o uso do processo cognitivo que envolve a linguagem, a percepção, a atenção, a memória, a sensação e os pensamentos para construir suas atitudes e conduta alimentar.

Considerando a escola como ambiente propício para o processo educativo, o professor é membro central, pois tem contato maior com os alunos e está envolvido na realidade social e cultural de cada discente (DAVANGO; TADDEI; GAGLIANONE, 2004).

É na fase pré-escolar que as crianças começam a formar os principais hábitos alimentares. Mas a convivência em família é importante na construção da cultura e crença familiar e as relações sociais que envolvem a alimentação saudável (BRASIL, 2008). No entanto, com o aumento da inclusão da mulher no mercado de trabalho houveram modificações na rotina das famílias, sendo esse, um dos principais fatores do aumento do número de crianças frequentando creches em período integral (SEADE, 2002).

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) tem como meta orientar, direcionar e contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, além de todas as demais questões que envolvem a criança e em relação à alimentação escolar. Essa orientação ocorre por meio de ações de EAN e da oferta de refeições que cubram a necessidade calórica no âmbito da escola (BRASIL, 2008). Esse é um programa que contribui e permite produzir comunicação entre a comunidade escolar e familiar, sobretudo a respeito dos fatores que influenciam as práticas alimentares diárias, permitindo a construção de cardápios saudáveis que respeitem a diversidade cultural e econômica de cada região (BRASIL, 2014).

Entender a situação nutricional é de grande importância para acompanhar a saúde da população em geral. Nas unidades de ensino pré-escolar, todos recebem uma alimentação saudável, porém, muitas vezes, não existe essa mesma oferta de alimentos em suas residências (BERNARDI et al., 2010). Segundo Pereira et al.

(2013), em casa, o consumo de leguminosas, frutas e legumes é reduzido quando comparado ao consumido nas creches, o que caracteriza, muitas vezes, uma alimentação inadequada em seus domicílios.

Além disso, locais que estimulam o aprendizado, as brincadeiras e o cuidado são fundamentais para prevenir o excesso de peso e facilitar a aquisição dos hábitos alimentares saudáveis. Somado a isso, os alunos estão se distanciando cada vez mais do ambiente familiar, passando a fazer parte de creches e escolas infantis. Em decorrência do fato de que na fase pré-escolar tem-se uma redução do apetite e do interesse pelos alimentos, urge a necessidade de diversificar a apresentação e as estratégias para despertar a vontade de consumir alimentos saudáveis e manter o equilíbrio dos nutrientes (SILVEIRA, 2017). Segundo o Ministério da Educação (2015), além da ação educativa, o incentivo à saúde também se amplia para a oferta de legumes, verduras e frutas entre os lanches e refeições ofertadas no âmbito escolar.

Além do mais, a escola se destaca como espaço privilegiado para ações de promoção da alimentação saudável com a participação crítica de pais, professores, alunos e colaboradores, visando torná-los responsáveis pela manutenção da sua própria saúde (OPAS, 1998). Com isso, o que queremos avaliar é a educação nutricional que os estudantes de creches vêm recebendo pelo Brasil todo, se elas são absorvidas e se os pais e colaboradores também possuem e põem em prática essas informações.

Dessa forma, configura-se como objetivo desse trabalho verificar, por meio de revisão integrativa, o atual estado de pesquisas do campo sobre educação nutricional em creches.

2. MÉTODOS

Foi realizada uma busca por meio do sistema de biblioteca universitária (SciELO), e ferramenta do Google acadêmico sobre a respeito de trabalhos práticos realizados no Brasil com os seguintes descritores: Educação alimentar, avaliação nutricional em creches/escolas, segurança alimentar e nutricional. Todos os trabalhos selecionados foram em português.

A pesquisa trouxe como resultado 35 artigos, porém, 14 foram selecionados para revisão integrativa. E todos eles são baseados em ações de educação nutricional em creches. Tal busca ocorreu, primeiramente, entre os dias 27 fevereiro a 10 de março de 2020, quando 8 artigos foram encontrados no dia 27, outros 08 artigos nos dias 28 e 29, mais 02 artigos no dia 01 de março e, por fim, 07 artigos no dia 02 de março, totalizando 14 artigos práticos referentes a temática.

Foi realizada uma categorização simples dos artigos mediante ao público-alvo envolvido no objeto de estudo, dos quais, três são principais atores do locus da educação infantil: crianças, pais e educadores/cuidadores.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos artigos analisados, dois estudos se referem a ações de sensibilização e educativas sobre alimentação saudável com pais que, como visto, transmitem seus hábitos alimentares aos filhos.

Em ambos os trabalhos, o intuito apresentado é despertar o interesse pelo consumo de alimentos in natura. Para isso, os artigos fazem comparações ilustrativas de história infantil para estimular bons hábitos alimentares nas famílias.

Como é possível observar no quadro 1, abaixo.

QUADRO 1. Educação alimentar com pais

Autor (a)	Ano	Objetivo	Recorte	Resultados
OSHIYAWA ET AL.	2019	Estudo de intervenção com o objetivo de sensibilizar 44 pais de alunos de três creches de Carapicuíba (SP) quanto à adoção de uma alimentação saudável.	Foram convidados, aproximadamente, 400 pais de três creches, que contavam com 438 alunos (233 na creche 1, 84 na 2 e 121 na 3) para um encontro sobre alimentação saudável. A amostra se deu por conveniência.	Alguns participantes relataram que a família consumia alimentos com alto teor de gordura e açúcares, como salgadinhos e refrigerantes, pela praticidade de aquisição e preparo. Nas creches 1 e 2, o fator econômico foi usado como justificativa para o consumo desses alimentos.
CARDOSO, A.R.; LIMA, M.R.S.; CAMPOS, M.O.C.;	2019	Descrever uma experiência de educação nutricional por intermédio de uma fábula infantil trabalhada com pais e crianças em idade pré-escolar de uma creche pública.	Houve a participação de 35 crianças, entre 2 e 4 anos, e de 30 adultos de ambos os sexos. A ação educativa desenvolveu-se a partir de uma apresentação adaptada da fábula infantil “Os três porquinhos”. Construiu-se um cartaz de três metros com material de tecido não tecido (TNT), que continha uma imagem das três casas dos porquinhos. As casas de palha, madeira e tijolos foram associadas aos alimentos ultraprocessados, processados e in natura, ou minimamente processados, respectivamente.	Os alimentos escolhidos baseavam-se no novo Guia Alimentar para a População Brasileira. Na medida em que os pais/responsáveis chegavam, eram acolhidos com panfletos explicativos e convidados a aproximar-se do cartaz. Em decorrência do modo lúdico apresentado, percebeu-se facilidade na interação do preceptor e dos acadêmicos com o público-alvo, despertando a curiosidade na associação entre as casas ao corpo humano e a importância da escolha dos alimentos, entendendo o ambiente escolar como um local propício para promoção de saúde.

Fonte: elaborado pelo autor, 2020.

Analisando os resultados desses estudos, observa-se que o consumo de alimentos processados e ultraprocessados pelas famílias é cada vez maior. Além disso, de acordo com o relato dos pais, observa-se que as famílias colocam os fatores socioeconômicos como justificativa para o consumo desses produtos, ou seja, a falta de condições financeiras e acesso à informação são fatores que interferem negativamente no processo de busca por uma alimentação saudável (OSHIYAWA ET AL, 2019).

Cardoso, Lima e Campos (2019) afirma que podemos comparar a estrutura da casa ao corpo humano, relacionando o material de construção aos alimentos. Sendo assim, a escolha dos materiais de construção irá definir se sua estrutura é resistente, forte e alicerçada. Do mesmo modo, a escolha dos alimentos pode mostrar como é a saúde das famílias.

Sabe-se, ainda, que o ambiente escolar é propício para trabalhar com as crianças essa associação entre os alimentos e o corpo humano, de forma prática e ensinando a eles bons hábitos alimentares. Nessa perspectiva, é possível que os pais e familiares absorvam o aprendizado das crianças e se atentem para esses novos hábitos alimentares, podendo, então, incorporá-los em seu dia-a-dia.

Após a seleção e análise dos artigos, foi feita uma categorização dos resultados, a partir dos quais foram separados 10 estudos que se referem às crianças e são voltados para ações educativas, estudos epidemiológicos antropométricos, estado nutricional, comportamento alimentar e consumo de alimentos. Assim podemos observar no quadro 2, abaixo.

QUADRO 2. Educação alimentar com crianças

Autor (a)	Ano	Objetivo	Recorte	Resultados
ALCANTARA ET AL.	2019	Identificar a influência da mídia e da publicidade no comportamento das crianças em relação aos alimentos, para então, propor estratégias de mudanças alimentares a serem construídas conjuntamente.	Trata-se de um estudo de epidemiologia analítica, experimental, não controlado, prospectivo. Foi desenvolvido com 70 escolares de ambos os sexos. Esses indivíduos são de uma instituição de ensino privada da cidade de São Paulo-SP, no ano de 2018. A aplicação durou um semestre, quando foram realizadas coletas de dados diagnósticos e intervenções nutricionais.	Notou-se que a maioria das crianças escolheu alimentos industrializados com personagens na embalagem por gostarem do personagem e por acreditarem ser saudável e nutritivo. Ao comparar os resultados da visita diagnóstica com a avaliação somativa, foi observado que as crianças tiveram mudanças nas escolhas alimentares, visto que, anteriormente, escolheram alimentos ultraprocessados como salgadinho de milho, nuggets e batata frita. Mas após as intervenções, passaram a escolher alimentos in natura e minimamente processados como sucos de fruta, frutas e bolos caseiros.
FERRAZ; MARINI; PORT;	2018	Esse estudo busca avaliar o estado nutricional de crianças de 0 a 3 anos em uma creche do município de Viradouro/SP.	Participaram dessa pesquisa somente crianças que estavam regularmente matriculadas na creche da rede pública da cidade de Viradouro – SP. Os alunos tinham entre 0 e 3 anos.	Avaliaram-se 20 crianças, com média de idade de $25 \pm 8,4$ meses. O peso médio das crianças avaliadas foi de $12,26 \pm 2,1$ Kg e a estatura média foi de $84,69 \pm 11$ cm e 20% (n=4) advêm de famílias que recebem auxílio do bolsa família (ABF).

Autor (a)	Ano	Objetivo	Recorte	Resultados
HENRIQUES ET. AL	2018	Realizar uma palestra sobre alimentação saudável para alunos de ensino infantil com o intuito de ensiná-los sobre a importância de se ter uma alimentação rica em nutrientes essenciais para o ser humano.	Esse projeto foi executado no segundo semestre de 2017, com 28 crianças na pré-escolas, com idades entre 5 e 6 anos, matriculados na Escola Municipal Anitta Chequer, em Viçosa, MG.	Dentre os 28 alunos que participaram do projeto, 57,8% deles foram classificados como eutróficos, segundo o IMC por idade. Enquanto 39,2% apresentaram sobrepeso, obesidade ou obesidade grave.
BASTOS, J.M. ET. AL	2019	Realizar palestra sobre alimentação saudável para alunos de ensino infantil com o intuito de ensiná-los sobre a importância de se ter uma alimentação rica em nutrientes essenciais para o ser humano.	Foram abordados como temas os alimentos e sua relação com a educação e o meio ambiente. O estudo foi realizado com 12 alunos do 4º ano. Foi utilizado como material alimentos naturais e não naturais. Para iniciar, um dia antes da ação nas escolas, os pais das crianças responderam um questionário com 20 perguntas de múltipla escolha relacionadas a alimentação.	A partir da dinâmica foi possível identificar que, dos 12 alunos presentes, 7% deles optaram por guloseimas e, apenas, 5% escolheram alimentos saudáveis. Dando continuidade, após a palestra, 9% dos alunos optaram por alimentos saudáveis e apenas 3% ainda optaram por guloseimas. Os alunos foram muito participativos, fazendo perguntas e relatando fatos sobre suas práticas alimentares. Sendo assim, colocamos esse aprendizado em prática, ofertando salada de frutas, salgados e refrigerante para toda a turma. A maioria optou pela salada de frutas, mas sem deixar de consumir o salgado e o refrigerante. No entanto, alguns alunos não comeram a salada de fruta.

Autor (a)	Ano	Objetivo	Recorte	Resultados
ROSA, A. ET. AL	2019	O objetivo desse estudo consiste em relatar a experiência da aplicação de uma atividade de educação alimentar e nutricional em uma turma do Ensino Fundamental, de uma escola pública de Santa Maria, RS.	A atividade foi realizada em três momentos. No primeiro momento de seu a apresentação do grupo. No segundo, ocorreu a dinâmica da tinta guache para apresentar instruções de como higienizar as mãos. Já no terceiro momento, foi realizada atividade lúdica sensorial com onze frutas. Ao total, participaram da atividade 21 crianças de oito anos de idade, divididas em três grupos de igual número de membros.	Constatou-se a importância dos escolares explorarem e conhecerem a fruta com seus sentidos. Todos os alunos ficaram entusiasmados ao sentirem os aromas das frutas e observarem suas estruturas internas, aumentando a vontade de experimentá-las.
SILVA, E.C.S.	2019	O estudo tem como objetivo realizar oficina culinária para incentivar que crianças em idade pré-escolar de duas creches de Brasília consumam frutas e hortaliças.	Tratou-se de um estudo qualitativo e quantitativo transversal, de caráter intervencional de amostra por conveniência, dividido em quatro momentos. Na primeira etapa do trabalho, foram observados os hábitos alimentares das crianças durante o lanche da tarde realizado na escola. Depois, ocorreu a realização das oficinas culinárias com as crianças de 4 e 5 anos. No final das oficinas, foi realizado um teste	Os resultados mostraram que, nos três dias de observação, a creche “A” teve um grande consumo de bebidas açucaradas, farinhas, doces e guloseimas. Já na creche “B”, notou-se um maior consumo de frutas e preparações. Após as oficinas culinárias, os testes de aceitabilidade mostraram que as crianças da creche “A” tiveram uma maior aceitação do sanduíche em relação às crianças da creche “B”, enquanto em relação ao suco o resultado foi oposto, sendo melhor aceito na creche “B” e menos aceito na creche “A”.

			de aceitabilidade das receitas preparadas por meio da escala hedônica facial de 5 pontos. Para a análise, os dados foram computadorizados e compilados em tabelas e gráficos por meio do software Excel 2013.	
Autor (a)	Ano	Objetivo	Recorte	Resultados
FREITAS, G.K.N.	2019	O objetivo é analisar as ações e diálogos que surgem durante os momentos de alimentação a respeito do uso convencional dos objetos no contexto educacional.	A observação e análise focaram nas ações e diálogos que ocorreram durante diferentes momentos da alimentação de duas crianças de 3 anos no contexto escolar. A pesquisadora procurou identificar a forma como se desenvolve a relação triádica entre as crianças, o objeto e as educadoras no momento da refeição.	Com base nas análises, notou-se que apesar dos projetos voltados a alimentação, o momento no refeitório ainda são considerados mais biológicos do que pedagógicos.
FREIRE, S.G.B. ET. AL	2019	Nesse estudo o objetivo foi analisar a qualidade dos alimentos oferecidos na escola de educação infantil.	A metodologia utilizada foi a abordagem qualitativa e estudo exploratório com a técnica do questionário semiestruturado sobre a alimentação saudável. Essas perguntas foram aplicadas para crianças da educação	A partir das informações colhidas, percebeu que os alunos não consomem alimentos saudáveis e dão preferência a lanches industrializados.

Autor (a)	Ano	Objetivo	Recorte	Resultados
DUTRA, G; MALAGOLI, L.	2019	Esse artigo tem como objetivo propor às crianças da educação infantil a construção do hábito alimentar saudável, tendo em vista a habilidade prevista na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) de que as crianças adotem hábitos de autocuidado, valorizando atitudes relacionadas à higiene, alimentação, conforto e cuidados com a aparência.	infantil de escolas do município de Salgueiro-PE. A participação de um acadêmico no campo de estágio torna o processo de pesquisa e investigação uma ação reflexiva, uma vez que, nossa atuação é um instrumento de transformação social. Tal experiência é algo desafiador, pois muitos de nós não possuímos experiência na área da educação. Além disso, chegar a uma escola sem saber o que esperar e sem conhecer os professores e a turma pode ser motivo insegurança. Portanto, a preparação para a atividade aconteceu, também, por meio de orientações em sala de aula, leitura de textos e conversas com a orientadora e com a professora para sanar algumas dúvidas sobre o cotidiano infantil.	Pode-se considerar que o tema que envolve os cuidados com o corpo está previsto na Base Nacional Comum Curricular (2017) e nos deixa conscientes a respeito da importância do assunto. Além disso, nota-se a necessidade de tratar tal tema desde a infância, de maneira lúdica e construtiva, para que possamos mudar os hábitos das gerações futuras.
MOURA, M.W.S	2019	O objetivo do presente estudo foi realizar atividades de EAN	O estudo foi realizado com 12 alunos, em sua maioria do sexo masculino, com idade entre 9 e	Observou-se um elevado consumo de ultraprocessados e a baixa ingestão de alimentos in natura. Apenas 16,7% tinham

		<p>com escolares no município de Escada-PE. A finalidade é sensibilizá-los para formação de hábitos alimentares saudáveis e promoção de autonomia.</p>	<p>11 anos, matriculados no 5º ano do ensino fundamental.</p>	<p>o hábito de levar fruta para o lanche escolar e 58,3% dos alunos preferiram realizar refeições em frente às telas. Em relação aos conhecimentos em nutrição, 75% e 66,7% dos alunos acertaram menos da metade das questões referentes à função e grau de processamento dos alimentos, respectivamente. Por intermédio dos jogos e desafios, foi possível observar o envolvimento e interesse dos alunos em atividades que fugiam do modelo educativo tradicional empregado no dia-a-dia da sala de aula.</p>
--	--	--	---	---

Fonte: elaborado pelo autor, 2020.

Sabe-se que a temática em questão está prevista na base nacional comum curricular e que, por isso, é necessária a aplicação e conscientização sobre o tema. Logo a alimentação saudável deve ser tratada desde a infância de maneira lúcida e construtiva para que haja mudanças nos hábitos alimentares das gerações futuras (DUTRA; MALAGOLI, 2019).

Bastos et. al (2019) afirma que aplicação da temática dentro do ambiente escolar é fundamental, pois ao tratar desses assuntos com os alunos é possível diminuir o consumo de produtos processados e ultraprocessados, ou seja, os alunos conseguem notar que tais alimentos são prejudiciais à saúde e que é preciso moldar os hábitos alimentares.

Henriques et. al (2018) mostra que diante do alto consumo de alimentos processados e ultraprocessados as ações de EAN são importantes na pré-escola, pois a abordagem desse tema pode diminuir o número alarmante de obesidade infantil no Brasil, onde vem crescendo desenfreadamente. Em outras palavras, promover práticas e ações de EAN na infância impacta na saúde dessas crianças e estimula-os a experimentar novos hábitos alimentares.

Segundo Freire et. al (2019), a maior parte dos alunos não consomem alimentos in natura no dia-a-dia, dando preferência a lanches industrializados tais como: salgadinhos, refrigerantes, biscoitos recheados e guloseimas. É notório que essa preferência é cada vez mais comum nas famílias, pois a falta de tempo dos pais para o preparo dos lanches acaba influenciando nas compras desses alimentos.

De acordo com Silva (2018), as crianças tem maior aceitabilidade por doces, guloseimas, salgadinhos e produtos industrializados, o que torna mais frequente o consumo desses produtos nas refeições das crianças. Por isso, a ingestão de alimentos in natura é baixa enquanto o consumo de produtos industrializados é alto. Somado a isso, nota-se um desconhecimento total por parte dos alunos em relação aos benefícios dos alimentos e os níveis de processamentos que existem em cada um deles (MOURA, 2019).

Alcantara et. al (2019) afirma que as mídias são grandes influências no consumo de produtos industrializados, devido as propagandas de marketing e ao fato de as marcas usarem imagens atrativas e personagens na embalagem para induzir a compra desses produtos alimentícios. E por sua vez, a criança é atraída

pelos personagens expostos nas embalagens dos alimentos. Dessa forma, os pais são convencidos pelos filhos a comprar essa mercadoria e acabam não se questionando se esses alimentos são nutritivos ou saudáveis. Portanto, o consumo desses alimentos é cada vez mais frequente nas refeições das crianças.

Apesar disso, quando se aplica a metodologia de forma ativa, nota-se que existe interesse por parte dos alunos para o aprendizado do tema nutricional. Portanto, melhor alternativa é trabalhar tal conteúdo de forma diversificada que não seja o modelo tradicional, geralmente encontrado no ambiente escolar. Constata-se, então, que as metodologias ativas trazem inovação para ensino e aprendizado, fazendo com que os alunos participem da aula e mostrem seus conhecimentos.

Outrossim, quando a temática em questão é aplicada em sala de aula, de forma extrovertida, permite que as crianças se conscientizem que os alimentos in natura são mais saborosos e benéficos para saúde, possibilitando uma vida longa e prazerosa para eles.

Contudo, ao comparar os resultados da visita diagnóstica com a somatória, verifica-se que as crianças começam a ter mudanças em seus hábitos alimentares e passam a escolher alimentos in natura e minimamente processados. Ou seja, as intervenções nos hábitos alimentares das crianças foram positivas, uma vez que, o consumo de alimentos como frutas, bolos caseiros e sucos naturais não apareciam em sua refeição e agora fazem parte dela.

De acordo com Rosa, Rockenbach, Alves e Saccol (2019), existe a necessidade de aula práticas e dinâmicas para difundir o conhecimento da EAN e promover o contato com alimento saudável desde criança, despertando o interesse pelo alimento e levando-os a experimentar. Desse modo, com essa prática os alunos, muitas vezes, terão acesso a alimentos que nunca consumiram.

Portanto, fica claro que as intervenções sobre educação alimentar nas creches e escolas são importantes, já que, conseguem ensinar bons hábitos alimentares e os benefícios que uma alimentação saudável pode trazer para saúde, além de reduzir o consumo de alimentos industrializados por parte de suas famílias no dia-a-dia. (FERRAZ; MARINI; PORT, 2019)

Dos artigos selecionados restaram 2 que se referem a estudos voltados aos educadores, cuidadores e funcionários. Ambos os estudos avaliaram a percepção,

conhecimento e quais ações educativas eram aplicadas para promover a educação alimentar e nutricional no âmbito escolar.

QUADRO 3. Educação alimentar com educadores, cuidadores e funcionários

Autor (a)	Ano	Objetivo	Recorte	Resultados
MAGALHÃES, H.S.R; PORTE, L.H.M.	2019	Esse trabalho tem por objetivo conhecer a percepção sobre educação alimentar e nutricional dos educadores da educação infantil do município de Água Boa, Minas Gerais. Esse levantamento foi feito a partir de uma abordagem qualitativa, embasada na Teoria das representações sociais.	Os sujeitos da pesquisa foram todos os professores de educação infantil do município de Água Boa, totalizando 15 profissionais da rede municipal.	Todos os educadores são do sexo feminino e 86% possuem ensino superior completo. Eles consideram a educação alimentar e nutricional (EAN) importante para a promoção de hábitos alimentares saudáveis das crianças. Seus saberes sobre EAN estão pautados nos aspectos biológicos da alimentação, enquanto os aspectos culturais, sociais e psicológicos da alimentação não são reconhecidos pelos educadores.
RODRIGUES, A.J.	2019	Avaliar o conhecimento sobre alimentação complementar de funcionários de um Centro de Educação Infantil da rede municipal de ensino do	Estudo transversal realizado com 11 funcionários de um Centro de Educação Infantil da rede municipal de ensino do município de Imbituba- SC.	A média de idade foi de 43,6 ± 9,5 anos, sendo que 90,0% tinham curso superior completo. Os funcionários, em sua maioria erraram de 9,0% a 55,0% (o que equivale de uma a seis questões) das questões sobre alimentação complementar, sendo elas, a composição da refeição principal de uma

		município de Imbituba – Santa Catarina.		criança de seis meses (81,8%) e a forma de oferta das primeiras preparações a criança (60,0%). Em relação ao número de acertos, os maiores percentuais estiveram relacionados ao momento ideal da oferta de água a criança (90,0%) e o uso restrito do sal nas preparações antes de um ano de idade (80,0%).
--	--	--	--	---

Fonte: elaborado pelo autor, 2020.

A EAN é uma ferramenta importante para a promoção de hábitos alimentares saudáveis de crianças, adolescentes e adultos, principalmente na infância, por se tratar do primeiro ciclo de vida. No entanto, os projetos e conteúdos aplicados dentro da sala de aula só levam em consideração os fatores biológicos do alimento, esquecendo os aspectos socioeconômico, culturais, sociais e psicológicos que são pontos importantes a serem trabalhados, uma vez que, tais fatores interferem diretamente no cotidiano dos alunos (MAGALHÃES; PORTE, 2019). No entanto, muitas vezes, os educadores não reconhecem esses fatores que devem ser aplicados diariamente dentro do âmbito escolar.

RODRIGUES, A.J. (2019) afirma que educadores não possuem conhecimentos suficientes sobre educação alimentar para o ensinamento dos alunos. Desse modo, a aprendizagem é prejudicada pela falta de capacitação dos professores a respeito do tema. Sendo assim, a capacitação dos educadores é de grande importância para que a EAN seja aplicada de forma satisfatória.

4. CONCLUSÃO

A partir de todo o conteúdo estudado é possível notar que as ações de educação alimentar e nutricional na educação infantil são importantes, porque apresentam resultados positivos na formação dos hábitos alimentares e incentivam o consumo de alimentos orgânicos.

Assim, a temática deve ser aplicada dentro do âmbito escolar de forma ativa para possibilitar os ensinamentos dos conteúdos aos discentes. Além disso, este estudo sugere que os pais desempenham papel fundamental na aquisição dos alimentos, pois as preferências alimentares das crianças são influenciadas pelas famílias e suas crenças.

Destaca-se que os pais devem ter orientações nutricionais para aprender as boas práticas alimentares, além de monitorar os conteúdos e acesso na televisão e na internet.

Fica claro que a EAN tem como objetivo de promover, transmitir, problematização e reflexão sobre os hábitos saudáveis, além de capacitar os educadores e cuidadores para aplicar essa temática dentro de sala de aula.

Dessa forma, conclui-se que a educação alimentar e nutricional deve ser aplicada no ambiente escolar para intervir nos maus hábitos e, dessa maneira, influenciar o consumo de alimentos in natura por parte dos educadores, promovendo saúde e qualidade de vida dos alunos e de suas famílias.

REFERÊNCIA

ALCANTARA, F.B. 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. 1-10, 2019.

BASTOS, J.M., MORENO, A.D., SOUSA, A.F.C. Alimentação saudável no ensino infantil: perspectiva da enfermagem. **Rev. Inic. Cient. Ext.**, v. 2, n. 3, p.125-130,2019.

BERNARDI, J. R.; CEZARO, C.; FISBERG, R. M.; FISBERG, M.; VITOLO, M. R. Estimativa do consumo de energia e de macronutrientes no domicílio e na escola em pré-escolares. **Jornal de pediatria**, v. 86, n. 1, p. 59-64, 2010.

BOOG, M.C.F. **Educação nutricional: por que e para quê?** Imprensa da Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP, Campinas, p. 02, ago. 2004.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Formação pela Escola: Módulo Pnae**. Poder Executivo, Brasília, DF: 2008. Disponível em: <<https://bit.ly/2zVK1em>>. Acesso em: 03 março de 2020.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Cartilha Nacional da Alimentação Escolar**. Poder Executivo, Brasília, DF, 2014. Disponível em: <<https://bit.ly/2wC9rfU>>. Acesso em: 03 mar. 2020.

CARDOSO, A.A.R., LIMA, M.R.S., CAMPOS, M.O.C. Educação nutricional para pais e pré-escolares em uma creche. **Revista brasileira em promoção da saúde**, v. 32, 2019.

DUTRA, C. D. T.; DIAS, R. M.; REZENDE, A. L. S.; LEÃO, P. V.; SILVA, D. R. S. Educação alimentar: uma estratégia para a promoção da alimentação saudável. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE NUTRIÇÃO, 22., 2012, Recife. Anais. Educação e Ensino, Recife: **CONBRAN**, 2012, p. 1-5.

DUTRA, G.; MALAGOLI, L. A construção de um hábito alimentar saudável desde a educação infantil. **Revista Gepesvida**, v. 1, N. 9, p. 2447-3545, 2019.

FERRAZ, B.O.; MARINI, J.A.G.; PORT, A.C.R. Avaliação de práticas alimentares e estado nutricional de crianças atendidas por uma creche do município de Viradouro/ SP. **Revista Fafibe On-Line**, Bebedouro, v. 11, n. 1, p. 50-63, 2018.

FREIRE, S.G.B. Aprendizagem e Desenvolvimento: Um Estudo sobre recomendações alimentares para a criança na Educação Infantil. **Rev. Mult. Psic.** V.13, N. 45 SUPLEMENTO 1, p. 11-20, 2019.

FREITAS, G.K.N. Os processos de alimentação na educação infantil: estudo de caso sobre a prática no ambiente escolar com crianças de três anos, 2019.

HENRIQUES ET AL. Educação nutricional para pré-escolares de creche/escola do município de Viçosa- MG. **Revista Científica Univiçosa**, v. 10, n. 1, p. 1000-1005, 2018.

MAGALHÃES, H.H.S.R.; PORTE, L.H.M. Percepção de educadores infantis sobre educação alimentar e nutricional. **Ciência & Educação (Bauru)**, v. 25, n. 1, p. 131-144, 2019.

MORAES, R. W. Determinantes e construção do comportamento alimentar: uma revisão narrativa de literatura. **Trabalho de Conclusão de Curso** (Curso de Nutrição) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

MOURA, M.W.S. Educação alimentar e nutricional: Estratégia de sensibilização para para formação de hábitos alimentares saudáveis e promoção de autonomia em escolares do Município de Escada-PE. 2019.

OPAS – Organización Panamericana de la Salud. Escuelas promotoras de la salud: entornos saludables y mejor salud para las generaciones futuras. Washington, DC: OPAS, 1998. Disponível em: <<https://bit.ly/2wGsEgr>>. Acesso em: 29 fev. 2020.

OSHIYAWA, C.C.C ET AL. Educação alimentar e nutricional com pais em creches: relato de experiência. **LifeStyle Journal**, São Paulo, v. 6, n. 1, p. 16-23, 2019.

PEREIRA, A. S.; PEIXOTO, N. G. A.; NOGUEIRA-NETO, J.F.; LANZILLOTTI, H. S.; SOARES, E. A. Estado nutricional de pré-escolares de creche pública: um estudo longitudinal. **Cadernos saúde coletiva**, v. 21, n. 2, p. 140-147, 2013.

RODRIGUES, A.J. Avaliação do conhecimento sobre alimentação complementar entre funcionários de um Centro de Educação Infantil. **Nutrição-Tubarão**, 2019.

ROSA, A. ET AL. Atividade lúdica e sensorial como estímulo ao consumo de frutas por escolares. **Disciplinarum Scientia| Ciências da Saúde**, v. 20, n. 2, p. 603-612, 2019.

SEADE. Arranjo familiar e inserção feminina no mercado de trabalho na RMSP na década de 90. *Mulher e trabalho*, n. 10, 2002. Disponível em: <<https://bit.ly/2WUC3zF>>. >Acesso em: 20 fev. 2020.

SILVA, E.C.S. Oficina culinária como estratégia de educação alimentar e nutricional em pré-escolares. 2019.

SILVEIRA, M.G.G. **Alimentação do pré-escolar e escolar: sugestões para merenda escolar, dicas para o preparo da lancheira, prevenção da obesidade.** Petrópolis: Vozes; 2017.