



LETRAMENTO EM SAÚDE, HÁBITOS ALIMENTARES E REDUÇÃO DO DESPERDÍCIO NAS ESCOLAS- UMA REVISÃO INTEGRATIVA

KÉZIA WASTY SANTOS FERRAZ¹ – KEZIAW.FERRAZ@GMAIL.COM,
NADJA RABELO FERREIRA DE MELO².

¹GRADUANDA DO CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO SUDOESTE DA BAHIA (UESB).

²DOCENTE DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO SUDOESTE DA BAHIA (UESB).

O letramento em saúde, compreendido como a capacidade de mobilizar informações para escolhas conscientes, é determinante na formação de práticas alimentares e na construção de uma cultura escolar de sustentabilidade. Este estudo teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa qualitativa, as implicações do letramento em saúde nas escolhas alimentares e na redução do desperdício no espaço escolar. Foram examinados 21 artigos, relatos de experiência e documentos institucionais publicados entre 2015 e 2024, com ênfase em percepções de estudantes, professores e gestores vinculados ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A análise temática revelou três eixos principais: (I) o baixo letramento em saúde limita a compreensão crítica sobre alimentação e acentua práticas de desperdício; (II) ações de Educação Alimentar e Nutricional favorecem autonomia, protagonismo juvenil e escolhas mais conscientes; (III) experiências de utilização integral de alimentos, como o preparo de pães, molhos e chips com partes de frutas e hortaliças, são percebidas como inovadoras, mais nutritivas e culturalmente valorizadas. Os achados apontam que o letramento em saúde vai além do acesso à informação, sendo essencial para transformar práticas e percepções sobre a alimentação. Evidenciou-se também que cardápios pouco atrativos geram rejeição, enquanto preparações participativas aumentam engajamento e pertencimento. Conclui-se que o letramento em saúde, integrado a metodologias ativas de ensino e à valorização do uso integral de alimentos, promove mudanças qualitativas na cultura alimentar escolar, fortalecendo valores de saúde, sustentabilidade e cidadania.

Palavras-chave: Educação. Letramento em Saúde. Nutrição. Sustentabilidade. Utilização Integral.