

TECENDO SABERES NUTRICIONAIS:

Uma jornada educativa em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) para promover hábitos alimentares saudáveis

MARIANA SOUSA DE OLIVEIRA DIAS
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB

FRANCIELE SANTOS LIMA
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB

NEREIDA MARIA SANTOS MAFRA DE BENEDICTIS
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB

Resumo

Este trabalho tem o objetivo de descrever, por meio de um relato de experiência, as percepções de duas professoras da educação básica da rede pública de ensino, de uma nutricionista e de duas estudantes do curso de nutrição, acerca de algumas ações implementadas pelo Projeto Educação Alimentar Nutricional (EDUCAN) em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI), na cidade de Vitória da Conquista/Bahia. A pesquisa possui uma abordagem qualitativa e está pautada no método fenomenológico. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado em um CMEI, durante o ano letivo de 2023. Os estudos obtidos demonstram que o desenvolvimento do projeto promoveu o engajamento das crianças em atividades práticas e educativas e que, não apenas transmitiu informações sobre alimentação saudável, mas cultivou, no ambiente escolar, escolhas alimentares adequadas a cada faixa etária.

4921

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional. Projeto EDUCAN. Experiência

Abstract

The aim of this paper is to describe, through an experience report, the perceptions of two basic education teachers and two nutrition students, some of the actions implemented by the Nutritional Food Education Project (EDUCAN) in a Municipal Early Childhood Education Center (CMEI) in the city of Vitória da Conquista/Bahia. The research has a qualitative approach and is based on the phenomenological method. It is a descriptive study, of the experience report type, carried out in a CMEI during the 2023 school year. The studies obtained show that the development of the project promoted the children's engagement in practical and educational activities and that it not only transmitted information about healthy eating, but also cultivated, in the school environment, appropriate food choices for each age group.

Keywords: Food and Nutrition Education. EDUCAN project. Experience.

Introdução

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) está inserida no âmbito das políticas públicas como uma diretriz da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN). Dentre os seus objetivos, está a promoção da saúde por meio de ações que incentivem a adoção de hábitos alimentares saudáveis e, deste modo, a prevenção e o controle de problemas alimentares e nutricionais (Brasil, 2012). Ela é amplamente discutida no cenário acadêmico e as suas ações são direcionadas pelo Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas que esclarece que, a

Educação Alimentar e Nutricional, no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis [...] (Brasil, 2012, p. 23).

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDBEN) garante a presença da EAN no ambiente escolar, pois reconhece a sua importância na promoção de hábitos alimentares saudáveis (Brasil, 1996). Diversas ações para inserí-la nesse contexto têm sido evidenciadas, como o exemplo do Programa Nacional do Livro Didático, que em parceria com o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), apresenta, na quarta capa dos livros didáticos, os 10 passos para uma alimentação saudável que são recomendados pelo Guia Alimentar para a População Brasileira (Moreira; Strinder, 2019). No entanto, foi a partir da Lei 13.666/2018, que a EAN se fortalece e passa a integrar, obrigatoriamente, o currículo da educação básica na transversalidade da educação (Brasil, 2018).

Dias (2022), reforça que essa obrigatoriedade impacta positivamente no processo de ensino-aprendizagem, no sistema de saúde e na sociedade de modo geral, uma vez que o acesso do aluno à adequada informação sobre EAN corrobora com a diminuição de doenças advindas de uma má alimentação e de um estilo de vida sedentário, como nos índices de doenças Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT's). Para Bernardon, et al. (2009), a escola é um ambiente propício para a implantação de projetos de promoção da saúde e para o desenvolvimento de ações educativas voltadas para a EAN, pois além de ser um ambiente onde crianças e adolescentes passam boa parte da sua vida é o local onde o conhecimento é disseminado.

Atualmente, muitas políticas públicas, diretrizes e documentos normativos vêm sendo elaborados pelo Estado em relação à EAN e sua prática no currículo, pois “A Educação

Alimentar e Nutricional (EAN) contribui para a realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e para a construção de um Brasil saudável” (Brasil, 2012, p.6). Diante desse pressuposto, a EAN vem sendo discutida e sua importância evidenciada por documentos normativos que estão presentes no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), na Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), na Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), e no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, dentre tantos outros.

Partindo dessa premissa, foi desenvolvido pela Secretaria Municipal de Educação (SMED) de Vitória da Conquista, o Projeto Educação Alimentar Nutricional (EDUCAN) que trata da implementação curricular da EAN na rede de ensino municipal da cidade, com ações pedagógicas, em conformidade com a Lei 13.666. De acordo com informações obtidas no Portal da Prefeitura¹, o projeto foi idealizado pela Coordenação Pedagógica da Alimentação Escolar, juntamente com a Equipe Técnica de Nutrição e busca alcançar creches, CMEIs e as escolas de todas as modalidades de ensino. Em 2022, foi executado em 100 instituições da rede e, além da participação de alunos, envolveu os pais e toda a comunidade escolar.

O Portal da Prefeitura esclarece, ainda, que o EDUCAN está atrelado ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e ao Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Segundo relatório apresentado pela SMED, 96,7% dos alunos atendidos, apresentaram mudança no comportamento alimentar. Diante de feitos como este, o programa vem se destacando como uma magnífica experiência em EAN com significativa relevância para as instituições educacionais municipais e para o fortalecimento do compromisso com a educação.

Desse modo, este trabalho tem o objetivo de descrever, por meio de um relato de experiência, as percepções² de duas professoras da educação básica, de uma nutricionista e de duas estudantes do curso de nutrição, algumas ações implementadas pelo EDUCAN em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI), na cidade de Vitória da Conquista/Bahia. É importante salientar que não temos a pretensão de analisar a eficácia do projeto e sim, apresentar as reflexões oriundas dos relatos dos sujeitos desta pesquisa acerca das ações realizadas por ele. Com o registro das experiências vivenciadas, esperamos contribuir com a disseminação do conhecimento acerca deste importante projeto que é pioneiro no seguimento.

¹ Disponível em: <https://www.pmvc.ba.gov.br/educan-educacao-alimentar-nutricional/>

² Os sujeitos da pesquisa relatam as suas vivências e se utilizam do aporte teórico do módulo do EDUCAN que foi disponibilizado nas escolas participantes do projeto.

Caminhos Metodológicos

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI), na cidade de Vitória da Conquista/Bahia durante o ano letivo de 2023. Esta pesquisa utilizou-se de uma abordagem qualitativa, que possibilitou uma ampla visão do cenário estudado pois “[...] ocupa um reconhecido, lugar entre as várias possibilidades de se estudar os fenômenos que envolvem os seres humanos e suas intrincadas relações sociais, estabelecidas em diversos ambientes” (Godoy, 1995, p. 21). Neste sentido, possibilitou-nos compreender os diversos aspectos que concerne a subjetividade presente no relato de experiência.

Para o levantamento de dados deste relato, tomamos como base as vivências de duas professoras da educação básica, do ensino infantil, que presenciaram a implementação do projeto EDUCAN em um CMEI, na cidade de Vitória da Conquista/Bahia; de uma nutricionista, pesquisadora da EAN no âmbito escolar; e de duas estudantes do curso de nutrição, que participaram de um estágio supervisionado no PNAE da mesma cidade. Os sujeitos da pesquisa relatam as suas vivências e se utilizam do aporte teórico do módulo do EDUCAN que foi disponibilizado nas escolas participantes do projeto. Os dados foram coletados por meio de um questionamento sobre as suas percepções.

4924

Relato de experiência em um Centro Municipal de Educação Infantil

Os relatos demonstraram que, no decorrer do ano letivo de 2023, diversas ações educacionais foram implementadas para incentivar a prática de hábitos alimentares saudáveis, dentre elas, oficinas e palestras direcionadas a toda a comunidade escolar. A capacitação dos funcionários envolvidos e o processo de formação para os gestores marcaram o início das atividades, que teve o “Guia Alimentar para a População Brasileira”³ como referência para nortear os conceitos aplicados.

Para alcançar o objetivo que esse trabalho se propõe, de evidenciar, por meio de um relato de experiência, as ações implementadas pelo projeto EDUCAN em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI), da cidade de Vitória da Conquista/Bahia, utilizamos as

³ Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf/view

concepções de Bondía (2002). Para o autor, a essência da experiência reside na maneira como os objetos, eventos e conhecimentos nos marcam como uma impressão duradoura, e, muitas vezes, confere significado e re(significado) às nossas vidas. Constantemente, nos encontramos imersos nas atividades rotineiras, diárias, que mal percebemos o nosso entorno. No entanto, para uma experiência genuína, necessitamos de um propósito que nos leve à reflexão e à revisão de nossas ações.

Convém salientar que a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDBEN) estabelece que a Educação Infantil é a primeira etapa da educação básica e deve promover o desenvolvimento integral da criança como complemento da ação da família e da comunidade (Brasil, 1996), o que reforça a relevância que a educação infantil tem na promoção da saúde e o papel que ela desempenha na formação de valores, hábitos alimentares e estilos de vida.

Um aspecto importante a ser considerado nesta reflexão, é que pensar em um projeto de EAN no âmbito escolar requer analisar as situações e problemas do contexto, a partir de uma perspectiva global, considerando a multidimensionalidade do ser humano, que tem simultaneamente, um caráter biológico, psíquico, social, afetivo e racional (Boog; 2011). Destarte, fica evidente o caráter dinâmico que o EDUCAN possui, pois ele é avaliado e modificado periodicamente na premissa de atender às políticas públicas em relação a Segurança Alimentar e Nutricional.

4925

Para um melhor entendimento da dinâmica do projeto, apresentamos uma pequena síntese de algumas ações realizadas no ambiente escolar:

➤ **Capacitação sobre alimentação saudável para professores e pais**

O evento de capacitação, conduzido pela nutricionista do município, foi realizado no auditório do CMEI e abrangeu cerca de 100 pessoas. Teve como base o uso do curta-metragem "Muito Além do Peso" - lançado em 2012, o documentário apresenta aspectos importantes sobre a obesidade infantil no território nacional e em outros países e faz uma associação, desta e de outras doenças crônicas não transmissíveis, com a ausência da Educação Alimentar e Nutricional.

O objetivo principal do evento foi capacitar os pais dos escolares sobre a importância de uma alimentação saudável na infância, com informações relevantes e práticas para promover hábitos alimentares adequados em casa e na escola. Para este feito, outros recursos foram utilizados, como apresentação em slides e uma discussão interativa entre os participantes.

Alguns aspectos foram trabalhados, como nutrientes necessários para o desenvolvimento das crianças, dicas práticas para montar lanches saudáveis e balanceados, impactos da alimentação na saúde e no desenvolvimento de doenças, principalmente, a obesidade.

➤ **Palestra sobre os Vilões do Sal e do Açúcar na Educação Infantil.**

A palestra foi conduzida pela equipe de professores das turmas da Educação Infantil e ocorreu no pátio da escola durante o período letivo para as turmas de 04 e 05 anos num total de 240 crianças dos turnos matutino e vespertino e também contou com a participação dos seus responsáveis pelas crianças.

Foram utilizados cartazes coloridos que ilustravam alimentos com alto teor de sal e de açúcar. Posteriormente, foi demonstrado a quantidade de sal e de açúcar presente em alguns alimentos industrializados como em refrigerantes, bolachas e salgadinhos.

A palestra sobre os vilões do sal e do açúcar foi uma experiência educativa e bem-sucedida visto que foi possível observar que as crianças demonstraram interesse por alimentos saudáveis e os relatos dos pais evidenciam o impacto positivo da ação.

4926

➤ **Degustação de Sucos Saudáveis no Refeitório.**

120 alunos dos turnos matutino e vespertino participaram dessa ação que ocorreu durante o horário do lanche no refeitório da escola e foi organizada pela equipe de professores das turmas de 05 anos.

Foram apresentados sucos enriquecidos com legumes como o suco de laranja com cenoura, o suco de maçã com beterraba e o suco de maracujá com abóbora, que foi o foco principal da degustação. Ao término, cada aluno recebeu as receitas dos sucos para levarem para a casa.

A ação teve um impacto positivo na escola, pois os alunos não apresentaram resistência em experimentar novos sabores e, de acordo com o relato dos pais, os sucos podem, facilmente, substituir os sucos industrializados e os refrigerantes.

➤ **Ação benefícios das ervas e Tipos de Chá.**

A ação, organizada pela equipe de professores, ocorreu no pátio da escola e foi direcionada aos pais dos alunos. Foi montado uma mesa com diferentes tipos de ervas frescas,

como hortelã, camomila, gengibre e capim-limão. Pais e alunos puderam manusear e aprender sobre as características e benefícios de cada planta e das suas propriedades medicinais.

Durante a ação, os envolvidos tiveram a oportunidade de interagir diretamente com as ervas, sentir os aromas e experimentar os chás. e aprenderam sobre seus benefícios para a saúde. Foram compartilhadas informações sobre como cada erva pode ser utilizada na preparação de chás e infusões, e sobre os efeitos terapêuticos que podem proporcionar, como relaxamento, alívio de dores e fortalecimento do sistema imunológico.

Muitos alunos demonstraram entusiasmo em experimentar os chás preparados com as ervas apresentadas e expressaram interesse em incorporar essas práticas saudáveis em sua rotina diária.

➤ **Ação de Degustação de Frutas no Pátio da Escola.**

A ação ocorreu no pátio da escola e foi organizada pela equipe de professores das turmas de 04 e 05 anos em colaboração com os pedagogos da escola. Foram selecionadas diversas frutas de diferentes sabores e texturas, incluindo frutas doces, como manga e melancia, frutas azedas como limão, e frutas ácidas como abacaxi e laranja.

O objetivo da ação foi incentivar a ingestão de frutas e proporcionar uma experiência sensorial de degustação dos sabores doces, azedas e ácidas. Deste modo, incentivar hábitos alimentares saudáveis entre os alunos,

Foi explicado, de forma lúdica, como as frutas são fontes naturais de vitaminas, minerais e antioxidantes, e como seu consumo regular pode contribuir para a manutenção da saúde.

Considerações

No CMEI, as atividades realizadas pelo Projeto EDUCAN destacam a relevância de promover bons hábitos alimentares e práticas de desenvolvimento sustentável, enriquecendo o processo de ensino-aprendizagem. Os relatos de experiência desempenharam um papel crucial na pesquisa sobre educação alimentar e nutricional, evidenciando a importância de implementar projetos de EAN dentro do ambiente escolar.

A iniciativa teve por objetivo promover hábitos alimentares saudáveis entre os alunos e a comunidade escolar, valorizando a relevância de se estabelecer padrões nutricionais. O projeto possibilitou a realização de atividades práticas envolvendo as crianças de forma engajadora e educativa. O programa não apenas transmitiu informações sobre alimentação saudável, mas

cultivou, no ambiente escolar, escolhas conscientes. É perceptível, ainda, a forma como as atividades desenvolvidas transformaram o ato de se alimentar em um processo educativo e reflexivo para as crianças.

O engajamento da comunidade escolar e a aceitação das ações propostas pelo EDUCAN impactaram positivamente a relação de parceria entre escola, família e comunidade, sendo essencial para a valorização do projeto EDUCAN. Além de fortalecer os vínculos sociais, promoveu um ambiente valoroso de aprendizado, com a adesão aos hábitos saudáveis.

Entendemos que este programa cumpriu sua função na valorização de uma melhor qualidade de vida, e este artigo evidencia a relevância da EAN para o desenvolvimento integral das crianças. Prezando pela saúde física, mental e emocional, ele primou para a construção de um futuro saudável e consciente."

Esperamos que este trabalho sirva como influência e fonte de referência para que essas iniciativas, que promovem a transformação de hábitos alimentares, sejam constantemente desenvolvidas nas unidades de ensino, promovendo uma melhor qualidade de vida para todas as comunidades educacionais.

Referências

4928

BOOG, M. C. F. Histórico da Educação Alimentar e Nutricional no Brasil. In: DIEZ-GARCIA; CERVATO MANCUSO (Orgs.). **Mudanças alimentares e educação nutricional**. 1. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011. p. 66-73.

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. Brasília, DF 16 de maio de 2018. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13666.htm#art1. Acesso em: jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Educação. CNE/CEB. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Brasília, 2010. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/expansao-da-rede-federal/195-secretarias-112877938/seb-educacao-basica-2007048997/12579-educacao-infantil>. Acesso em mar. 2024.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**, - Brasília, DF; MDF; Secretaria de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. Disponível em https://www.cfn.org.br/wpcontent/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf. Acesso em maio de 2020.

GODOY, Arilda Schmidt. Pesquisa Qualitativa: Tipos Fundamentais. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 35, n.3, p. 20-29 Mai./Jun. 1995.

Freire P. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. 23oed. São Paulo: Paz e Terra; 1996. 148 p.

MOREIRA, Débora Marcília; STRIEDER Dulce Maria. **Livro didático e sua relação com a educação alimentar**. Revista brasileira de iniciação científica (RBIC), Itapetinga, v. 6, n.7, p. 108-124, out./dez., 2019. Disponível em <https://periodicos.itp.ifsp.edu.br/index.php/IC/article/view/1479.pdf>. Acesso em maio 2020.

AUTOR 1:



Mariana Sousa de Oliveira Dias

Doutoranda e Mestra em Educação pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Nutricionista e pesquisadora do Núcleo de Análise em Memória Social, Espaço e Educação (NUAMSEE).

Email: mari.marianadias@gmail.com

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4577768100427671>

Orcid: 0000-0002-2784-3230

AUTOR 2:



Franciele Santos Lima

Mestranda em Educação pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Licenciada em Pedagogia UESB 2014, Graduada em Letras Vernáculas UESC 2024, Pós-Graduada Psicopedagogia Clínica Institucional e Ludopedagogia- Faculdade Faveni.

Email: santoslimafranciele@gmail.com

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/2913923218350202>

Orcid: 0009-0003-6688-9439

4929

AUTOR 3:



Nereida Maria Santos Mafra De Benedictis

Doutora em Memória, Linguagem e Sociedade pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Professora Titular da UESB e Professora Permanente do Programa de Pós-graduação em Educação (PPGED/UESB), líder do Núcleo de Análise em Memória Social, Espaço e Educação (NUAMSEE) e membro pesquisadora do GESCOM e do GRUPEG

Email: nereidamafrabenedictis@gmail.com

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2980842835292424>