

**UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ
DIRETORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
ESPECIALIZAÇÃO EM ENSINO DE CIÊNCIAS**

DANIELE SAMPAIO DE MELO

**DETERMINANTES DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR: HÁBITOS
ALIMENTARES, UM ENFOQUE NO AMBIENTE EDUCACIONAL**

MONOGRAFIA DE ESPECIALIZAÇÃO EM ENSINO DE CIÊNCIAS

MEDIANEIRA

2014

DANIELE SAMPAIO DE MELO

DETERMINANTES DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR: HÁBITOS
ALIMENTARES, UM ENFOQUE NO AMBIENTE EDUCACIONAL



Monografia apresentada como requisito parcial à obtenção do título de Especialista na Pós Graduação em Ensino de Ciências – Polo de Ibaiti, Modalidade de Ensino a Distância, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná – UTFPR – Campus Medianeira.

Orientador(a): Prof. Dr: Rodrigo Ruschel Nunes.

EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

MEDIANEIRA

2014



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Diretoria de Pesquisa e Pós-Graduação
Especialização em Ensino de Ciências



TERMO DE APROVAÇÃO

Determinantes do comportamento alimentar: hábitos alimentares, um enfoque no ambiente educacional.

Por

Daniele Sampaio de Melo

Esta monografia foi apresentada às..... h do dia..... de..... de **2014** como requisito parcial para a obtenção do título de Especialista no Curso de Especialização em Ensino de Ciências – Polo de Ibaiti, Modalidade de Ensino a Distância, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Campus Medianeira. O candidato foi arguido pela Banca Examinadora composta pelos professores abaixo assinados. Após deliberação, a Banca Examinadora considerou o trabalho

Prof^a. Me.

UTFPR – Campus Medianeira

(orientador)

Prof Dr.

UTFPR – Campus Medianeira

Prof^a. Me.

UTFPR – Campus Medianeira

- O Termo de Aprovação assinado encontra-se na Coordenação do Curso-

AGRADECIMENTOS

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

Aos meus pais, pela orientação, dedicação e incentivo nessa fase do curso de pós-graduação e durante toda minha vida.

Aos meus colegas de trabalho.

Aos professores do curso, especialmente ao meu orientador Rodrigo.

E, a todos que colaboraram de forma direta ou indiretamente para que esse trabalho fosse concluído.

Dedico esse trabalho à minha família, em especial aos meus pais que sempre me apoiaram.

"Seja humilde se quer adquirir sabedoria.
Porém, seja ainda mais humilde quando a
tiver adquirido." (Helena Blavatsky)

RESUMO

MELO, Daniele Sampaio de. **Determinantes do comportamento alimentar: hábitos alimentares, um enfoque no ambiente educacional**. 2014. 37 páginas. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências). Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2014.

O presente trabalho teve como objetivo estudar e analisar questões referentes aos determinantes do comportamento alimentar com ênfase no âmbito educacional, além disso, mostrar que a alimentação saudável é uma necessidade básica ao desenvolvimento do ser humano, bem como comprovar a importância da família e da escola como principais colaboradores nesse processo. Para o alcance desse objetivo, inicialmente realizou-se uma profunda e extensa revisão de bibliografia referente ao tema baseado em ideias de diversos autores. Em seguida a pesquisa de campo, que foi realizada em três CEMEIS no município de Ibaiti PR. Os sujeitos investigados nessa pesquisa foram 10 professores atuantes na educação infantil, cuja faixa etária varia de 20 a 50 anos de idade. Utilizou-se questionários compostos por questões abertas e fechadas com a finalidade de obter dados a fim de verificar se os alimentos servidos às crianças nessas instituições estão sendo adequados e com boa qualidade. Através destas, pode-se constatar que os determinantes alimentares são muitos, porém, uma educação alimentar saudável iniciada desde os primeiros anos de vida é fundamental para que uma pessoa possa ter um desenvolvimento pleno e absoluto durante toda sua existência.

Palavras-chave: Comportamento Alimentar, Alimentação Saudável, Família, Escola, Criança.

ABSTRACT

MELO, Daniele Sampaio de. **Determinants of eating behavior: dietary habits, a focus on the educational environment.** 2014. 37 páginas. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências). Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2014.

The present work aimed to study and analyze issues related to the determinants of eating behavior with emphasis on the educational, moreover, show that healthy food is a basic human development needs and demonstrate the importance of family and school main collaborators in this process . To achieve this goal, initially held a deep and extensive review of literature on the various ideas based on theme authors. Then the field research, which was conducted in three CEMEIS in the municipality of Ibaiti PR. The subjects investigated in this study were 10 teachers working in early childhood education, whose age ranges from 20 to 50 years old. We used questionnaires composed abetas and closed questions in order to obtain data in order to check that the food served to children in these institutions are adequate and good quality. Through these, it can be seen that many dietary factors are, however, a healthy food education started from the first years of life is crucial for a person to have an absolute and full development throughout its existence.

Keywords: Behavior Food, Healthy Eating, Family, School, Child.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	09
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	11
2.1 A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	11
2.2 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA EDUCAÇÃO INFANTIL.....	14
2.3 A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COMO UM DIREITO	16
2.4 FATORES QUE DETERMINAM HÁBITOS ALIMENTARES.....	23
2.5 O PAPEL DA FAMÍLIA E DA ESCOLA NA FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES.....	24
3 PRESSUPOSTOS METODOLÓGICOS.....	28
3.1 TIPO DE PESQUISA.....	28
3.2 DELIMITAÇÃO DO ESTUDO.....	29
3.3 POPULAÇÃO AMOSTRA.....	29
3.4 COLETA DE DADOS.....	29
3.5 TRATAMENTO DOS DADOS.....	30
3.6 APRESENTAÇÃO DOS DADOS COLETADOS.....	30
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
REFERÊNCIAS	38
APÊNDICES	40
ANEXOS.....	44

1. INTRODUÇÃO

A alimentação é uma preocupação de pais, responsáveis profissionais da área da saúde e educação com crianças de todas as faixas etárias. Há uma procura de parte dessas pessoas por informações quanto à quantidade e qualidade de alimentos que devem fazer parte da alimentação diária das crianças, principalmente nos primeiros anos de vida.

Considerando a alimentação como uma necessidade básica do ser humano, por iniciar –se em sua concepção e se estender ao longo de sua vida, faz-se necessário fornecer-lhe uma alimentação adequada de modo a garantir o seu desenvolvimento de forma plena e efetiva.

É muito importante que a família e a escola discutam sobre esse tema, a fim de mostrar a todos a importância de se ter uma alimentação saudável. Os alimentos são responsáveis pelo crescimento e desenvolvimento do organismo, portanto é através deles que se obtém a energia necessária para viver. Desde o nascimento a criança precisa ser educada para sua transformação social, para isso a família tem grande contribuição, pois desde os primeiros momentos da vida ela é educada informalmente, aprendendo normas, hábitos e valores que nortearão seu comportamento no decorrer de sua existência.

Além da educação dada pela família, a criança necessita de uma educação formal oferecida pelos órgãos competentes no intuito de prepará-la para viver socialmente. Assim, a parceria entre escola e família é fundamental, suas ações devem ser compartilhadas e pautadas nos mesmos valores.

Os professores também podem elaborar projetos envolvendo a família, onde possam juntos estar abordando a temática alimentação saudável, que pouco tem no âmbito escolar, juntamente os casos de dificuldades de aprendizagem.

O cuidado com a alimentação deve ser por toda a vida, porém, é na fase da infância que os cuidados precisam ser mais rigorosos, considerando esse momento como o mais propício para formação de hábitos alimentares, assim como, a promoção de uma vida alimentar saudável. Uma boa alimentação contribui muito para a promoção e proteção da saúde, assim como aprimora a qualidade de vida e previne os distúrbios nutricionais.

Diante deste contexto, o presente trabalho tem por finalidade revisar literatura de forma crítica e minuciosa bem como investigar como está sendo tratada a questão da alimentação nos centros de educação infantil no município de Ibaiti no Estado do Paraná.

Para melhor entendimento, o referido trabalho será apresentado da seguinte forma. No primeiro momento será abordada a importância de uma alimentação saudável; o segundo traz as ideias de alguns autores especialistas sobre a educação alimentar e nutricional na educação infantil; o terceiro apresenta alguns programas do governo federal de financiamento a alimentação escolar, o quarto elucida os fatores determinantes aos hábitos alimentares e o quinto e último momento mostra os pressupostos metodológicos utilizados para realização deste trabalho, bem como, a análise, o tratamento e a apresentação dos dados desta investigação.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Vive-se um momento de discussões em relação a importância da qualidade de vida, porém com tantos atropelos presentes na sociedade, como a rotina diária, a competitividade no mercado de trabalho, a luta feminina pela igualdade de oportunidades, essa qualidade de vida acaba ficando cada vez mais distante de tornar-se realidade na vida do cidadão.

Qualidade de vida não significa ter trabalho, moradia, comida, automóvel, ela vai muito além das necessidades básicas de sobrevivência, ela envolve vários fatores como saúde física e mental, boas relações sociais, educação permanente, tempo livre para o lazer e oportunidades para desfrutar da cultura em sua plenitude (TANI, 2002 apud LIMA, 2008, p.14).

A qualidade de vida está diretamente ligada ao estilo de vida de uma pessoa, principalmente em relação à alimentação. Assim, a formação de hábitos alimentares saudáveis é um processo que deve iniciar-se desde o nascimento, com as práticas alimentares introduzidas nos anos iniciais de vida pelos pais, primeiros responsáveis pela sua formação, não somente em relação aos hábitos alimentares, como também, nas questões de valores, costumes, crenças, entre outros.

Nesse período, a família tem um papel importantíssimo na introdução dos novos alimentos, uma vez que a criança vai conhecê-los por meio do que lhe for oferecido. A forma como os pais educam os seus filhos darão sustentação ao seu modo de vida ao longo de sua existência (LIMA, 2008, p. 15).

Além da família, a escola pode assumir uma grande importância, na medida em que pode oferecer um contexto de aprendizagem formal sobre a importância de uma alimentação saudável, complementando a educação familiar. Além da transmissão de saberes, ela possibilita o convívio com os colegas. E esse convívio pode trazer muitas influências tanto no comportamento como nos hábitos alimentares.

De acordo com Gurgel (apud Lima, 2008, p. 28) a educação alimentar deve promover ações pedagógicas integradas, acerca do direito à informação e construção de novos conhecimentos sobre a alimentação, que contribua para a efetivação da cidadania. Assim desde cedo as crianças precisam aprender que os

diferentes tipos de alimentos são importantes para sua saúde, por isso devem comer os alimentos fornecidos para a manutenção de sua saúde e bem estar.

Ao tratar-se desse assunto, o autor coloca que a escola representa um ambiente favorável e privilegiado para o estímulo à formação de hábitos saudáveis, assim como na correção de irregularidades no que diz respeito à alimentação e à prática de atividades físicas. Muitas vezes, a falta de referência para uma boa alimentação é agravada pela ação da mídia na divulgação de produtos comerciais nem sempre nutritivos (GURGEL, apud, LIMA, 2008, p. 29).

Nesse sentido Moreira também faz suas considerações apontando que o conflito negativo que a propaganda pode ter nos hábitos alimentares da população será tanto maior se crianças e jovens não forem educados para escolher adequadamente os alimentos que irão consumir. O estudo e a realização de debates sobre alimentação e nutrição na escola, assim como o desenvolvimento de outras atividades educativas, propiciam ao aluno condições de assumir uma postura crítica diante das informações que chegam até ele (MOREIRA, 2002).

A escola pode colaborar também com a diminuição dos problemas nutricionais, embora acabar com estes seja um desafio que depende de uma melhor distribuição de renda e erradicação da miséria, mas mesmo com estas dificuldades, a escola pode colaborar para melhorar o quadro existente no país, por meio da formação proporcionada aos alunos e de uma política que garanta a qualidade da merenda. Nesse espaço onde pessoas de diferentes realidades estabelecem uma convivência diária, em um constante processo de ensino e aprendizagem, podem-se criar a consciência necessária à formação de hábitos mais saudáveis, como a alimentação saudável e prática de atividades físicas, com repercussão no desempenho alcançado nos estudos e na vida (MOREIRA, 2002 apud LIMA, 2008, p. 30).

De acordo com as considerações descritas no Guia da Alimentação Escolar elaborado pelo Ministério da Educação e Ciência (2012, p. 04) na infância, tal como em outras fases do crescimento e desenvolvimento do ser humano, a alimentação saudável é um dos fatores determinantes para o seu crescimento, desenvolvimento, bem como, para a promoção da sua saúde, prevenindo por outro lado, doenças associadas à má alimentação, das quais a mais conhecida e difundida é a obesidade. Assim, o consumo de alimentos de qualidade e em bom estado de conservação deverá ir ao encontro das necessidades diárias das crianças e incluir

necessariamente os diferentes alimentos dentro de cada grupo da nova Roda dos Alimentos, nas porções indicadas (BRASIL, 2012, p. 04).

Na questão referente aos hábitos alimentares encontra-se no referido documento da seguinte forma:

Os hábitos alimentares aprendidos durante a infância determinam os comportamentos alimentares na idade adulta. Os pais, a família e os educadores em geral desempenham um papel muito importante na aprendizagem do “saber comer” porque, à semelhança do que acontece noutras áreas do saber, as crianças não estão dotadas de conhecimentos para escolher os alimentos em função do seu benefício e valor nutricional. As crianças apreendem os hábitos alimentares através da observação dos adultos, vivenciando a escolha, preparação e confecção dos alimentos (BRASIL, 2012, p. 06).

Diante dessa afirmativa, pode-se dizer que os primeiros anos de vida da criança são ideais para transmitir conhecimentos importantes, nomeadamente ao nível da alimentação, havendo assim a grande possibilidade de se criarem hábitos alimentares saudáveis que poderão perdurar pela vida fora (BRASIL, 2012, p. 08).

No que diz respeito ao preparo dos alimentos, o referido documento enfatiza que o momento de preparação dos alimentos, seja para as refeições principais e/ou merendas, representa uma oportunidade de praticar e fortalecer os conhecimentos alimentares e nutricionais das crianças desenvolvendo uma aprendizagem sobre alimentação e enraizando nela hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2012, p.26).

Em relação ao momento mais comum onde as crianças começam a manifestar-se sobre a escolha dos alimentos verificou-se nesse documento a seguinte colocação:

As crianças começam a expressar as suas escolhas ou rejeições alimentares desde muito cedo, por volta dos 4 anos, como forma de controle sobre o ambiente que as rodeia. Existem fatores condicionantes da ingestão alimentar das crianças, comprometendo as suas escolhas e comportamentos alimentares até à idade adulta. Especialmente em idade escolar, o exemplo dos pais e dos professores é um dos principais fatores modeladores das preferências e hábitos alimentares das crianças, pelo que a responsabilidade dos mesmos por este papel deve ser notória (BRASIL, 2012, p. 27).

Nesse caso, é importante ter consciência de que refeições formais, em família, favorecem a adoção de hábitos saudáveis, bem como um ambiente calmo, leve, sem pressões, “discussões” e exigências. Atualmente existem fatores que

condicionam a alimentação das crianças, nomeadamente o estilo de vida atarefado dos pais, as famílias monoparentais ou as famílias com dificuldades financeiras contribuindo para o aumento da insegurança alimentar do lar (BRASIL, 2012, p. 27).

Segundo o documento outro fator determinante nesse processo de escolhas de hábitos alimentares são os meios de comunicação, uma vez que, os programas televisivos estimulam o consumo de alimentos de elevado valor calórico e baixa densidade nutricional. Além, as doenças podem também condicionar a alimentação das crianças, aumentando ou diminuindo o apetite, como é o caso das constipações e gripes que normalmente se associam a uma diminuição do apetite e da ingestão alimentar, apesar de nesta situação haver um aumento das necessidades energéticas, proteicas e hídricas (BRASIL, 2012, p. 28).

No documento também encontra-se salientado a importância da escola e da família como os principais influenciadores desse processo de escolha de hábitos alimentares, ambas desempenha um papel fundamental na vida das crianças. A família é o primeiro contato social de convivência com as crianças, e a escola na sequência, não como substituta, mas como colaboradora nesse processo de construção e formação de hábitos alimentares, bem como, na promoção de uma alimentação saudável.

Segundo o documento:

A escola é o local onde as crianças passam mais tempo durante o dia, pelo fato de que a educação alimentar tem que ser constante, não só ao nível dos ensinamentos teóricos que possam ser transmitidos, mas também ao nível do ambiente em si que deve ser saudável, no que respeita sobretudo à disponibilidade alimentar para as crianças (BRASIL, 2012, p. 29).

Sendo assim, a escola deve promover merendas mais saudáveis para as crianças, professores e restantes funcionários para que todos tenham os meios necessários a uma alimentação saudável. Os colegas, os professores e os pais são os principais modelos para as crianças, pelo que o exemplo que transmitem ao nível alimentar é imprescindível para uma boa alimentação (IBID, 2012, p. 29).

2.2 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Esse trabalho tem como foco analisar a situação da alimentação saudável na educação infantil, assim fez-se necessário discorrer sobre as características

desses sujeitos para melhor compreender como se dá o desenvolvimento deles nessa etapa da vida.

A educação infantil atende crianças de 0 a 5 anos de idade, nessa faixa etária as crianças frequentam os centros de educação infantil (creche) e a pré-escola, constituindo um grupo que apresenta elevada vulnerabilidade biológica, sujeita a vários danos nutricionais, além de situações de falta de apetite às refeições básicas e/ou alimentos. Isto provém de diversos fatores que podem estar relacionados a uma maior seletividade em relação aos alimentos, fácil acesso a guloseimas, além da incidência de infecções e verminoses que podem diminuir o apetite.

Esta etapa da vida da criança é caracterizada pelo amadurecimento das habilidades motora, cognitiva e social, e todas elas estão diretamente ligadas à alimentação, sendo que neste momento da vida a criança é um ser muito que depende dos pais ou responsáveis para receber alimentação adequada.

A idade compreendida entre 0 a 5 anos envolve comportamentos e atitudes que prosseguirão durante a vida da criança, podendo determinar uma vida saudável, ao passo em que as ações desempenhadas no ambiente familiar e escolar sejam favoráveis ao estímulo e a garantia de práticas alimentares apropriadas a esta faixa etária.

Os centros de educação infantil devem proporcionar condições de garantia para desenvolver as potencialidades das crianças quanto ao seu crescimento, bem como, manter sua saúde nos diversos aspectos, sendo estes, educacionais, sociais, culturais e psicológicos.

Na educação infantil, a educação nutricional precisa acontecer de forma correta. Os alimentos devem ser inseridos na alimentação da criança no tempo certo e de acordo com o seu desenvolvimento, para que a criança possa sentir o sabor e as características de cada alimento, por isso os alimentos devem ser servidos de forma isolada.

A educação nutricional favorece a construção coletiva do conhecimento e envolve a equipe de saúde, a escola, a criança e a família. Além disso, há a importância de que ocorra de maneira integrada entre práticas, crenças, saberes e vivências das crianças, e não, dissociada em práticas pedagógicas exclusivamente teóricas. Além dos escolares, os pais, educadores e merendeiras também devem ser

orientados sobre alimentação saudável a ser oferecida às crianças (BRASIL, 2012, p. 29).

Considera-se de fundamental importância que as práticas alimentares, uma vez que elas são adquiridas durante toda a vida, destacando-se os primeiros anos como um período muito importante para o estabelecimento de hábitos alimentares que promovam a saúde do sujeito desde a infância até a idade adulta.

A escola, no entanto, desempenha um papel muito importante na formação de crianças e adolescentes constituindo-se num meio de convivência e ensino-aprendizagem, aonde deve haver um envolvimento de toda a comunidade escolar, alunos, professores, funcionários, pais e nutricionista, que participem de forma integrada em estratégias e programas de promoção da alimentação saudável, assegurando assim a qualidade das refeições ofertadas aos alunos.

Os programas de educação alimentar e nutricional precisam ser frequentemente orientados aos estudantes por profissionais capacitados e que estejam de fato envolvidos com a alimentação escolar. O nutricionista deve agir como um articulador destas ações, interagindo com diretores de escolas, professores e cozinheiras, de forma a garantir que o tema alimentação e nutrição seja trabalhado de forma transversal e interdisciplinar (BRASIL, 2012, p. 31).

Segundo o documento, a definição de nutrição é muito abstrata para os alunos, por isso devem ser realizadas atividades educativas partindo de experiências concretas e significativas para que eles possam sentir-se como sujeito ativo e participativo dessas ações. Para ter um resultado positivo as atividades devem proporcionar condições para que ele possa praticar e fortalecer seu conhecimento nutricional através do contato direto com o preparo de alimentos, cultivo de hortas e pomares, oficinas culinárias e visitas a produtores agrícolas.

Além disso, a escola deve oferecer um lugar e horário apropriado para que os alunos possam realizar suas refeições, uma vez que isto, também faz parte da educação nutricional.

2.3 A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COMO UM DIREITO

Por meio dessa pesquisa verificou-se que nos últimos anos tem-se discutido muito em relação ao direito humano quanto a um estilo de vida que lhe garanta saúde e bem estar, ressaltando, portanto, como dever do Estado garantir a todos,

condições para produzir ou ter acesso à uma alimentação nutritiva e saudável e a sociedade a responsabilidade de cobrar e fiscalizar.

Sendo assim, como se trata de um direito humano, cabe a sociedade, reivindicar esse direito. E a escola como uma entidade formadora de opiniões pode trabalhar essa questão mostrando por meio de debates e discussões que a alimentação saudável é um direito e que deve ser respeitado em todos os espaços sociais, receber alimentos com qualidade e em quantidade suficiente às necessidades básicas é um direito que todo cidadão tem, independentemente de sua cultura, religião, etnia (Brasil, 2006a, p. 09).

Esse trabalho pode contribuir na melhoria da situação da saúde, prevenir os maus hábitos alimentares e reduzir os índices de obesidade tanto infantil como nas demais faixas etárias. “Promover a alimentação saudável na escola, na perspectiva do direito humano, é melhorar padrões de saúde, garantir segurança alimentar e nutricional e, sobretudo, construir cidadania” (BRASIL, 2006a, p. 10).

A escola caracteriza-se como espaço apropriado para promover a alimentação saudável, uma vez que, suas ações possam criar impacto nas questões relacionadas à saúde. Dentro do espaço escolar pode ser desenvolvido um trabalho voltado a autoestima, motivação quanto aos bons hábitos alimentares, objetivando mudanças de comportamentos e desenvolvimento de habilidades a todos os membros da comunidade escolar: alunos, professores, pais, merendeiros, responsáveis pelo fornecimento de refeições e/ou lanches e funcionários.

Em relação a influência da escola, encontra-se definido no Manual da Saúde (2006) que a escola exerce:

[...] grande influência na formação de crianças e adolescentes e constitui, portanto, espaço de grande relevância para a promoção da saúde, principalmente na constituição do conhecimento do cidadão crítico, estimulando-o à autonomia, ao exercício dos direitos e deveres, às habilidades com opção por atitudes mais saudáveis e ao controle das suas condições de saúde e qualidade de vida (BRASIL, 2006a, p. 11).

Nessa perspectiva, a escola não pode ser vista somente como um sistema eficiente para produzir educação, mas como uma comunidade humana que se preocupa com a saúde de todos os seus membros e com aquelas pessoas que se relacionam com a comunidade escolar. A escola saudável precisa, portanto, ser entendida como um espaço vital gerador de autonomia, participação, crítica e

criatividade, dado ao escolar para que tenha a possibilidade de desenvolver suas potencialidades físicas e intelectuais (BRASIL, 2006a, p. 11).

O envolvimento da família na identificação de seus problemas e na busca coletiva de soluções contribui para a construção de uma consciência crítica e emancipadora diante das questões de saúde. O estabelecimento da parceria escola-família permite a formação de cidadãos com conhecimentos e habilidades para análise crítica de questões na atualidade, incluindo os problemas relacionados a saúde (BRASIL, 2006a, p. 24).

Sem contar que as discussões realizadas no âmbito institucional é muito importante para o fortalecimento da equipe escolar, uma vez que, o compartilhamento de diferentes ideias e ações torna mais fácil superar os obstáculos vivenciados no dia a dia.

Segundo o documento, a realização do direito humano à alimentação adequada permite alcançar a segurança alimentar e nutricional cuja base é a adoção de práticas promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis.

Nesse sentido, é imprescindível reconhecer que a alimentação é uma parte vital da história de vida de um indivíduo, por isso é preciso considerar suas práticas, costumes e tradições. Para que não haja um desconforto em relação as mudanças estabelecidas, é necessário tomar algumas medidas que possibilitem manter, adaptar ou fortalecer a diversidade e hábitos saudáveis de consumo e de preparação de alimentos, garantindo que as mudanças na disponibilidade e acesso aos alimentos não afete negativamente os envolvidos (BRASIL, 2006, p. 29).

Observou-se também no conteúdo do referido documento que, além dessas, há outras medidas essencialmente importantes como a distribuição de alimentos a todos sem discriminação, o aproveitamento do valor nutritivo dos alimentos e a educação e informação para evitar o consumo excessivo e desequilibrado de alimentos que podem levar à má-nutrição, à obesidade e às doenças degenerativas, também fazem parte do conjunto de medidas a serem adotadas para a concretização do direito humano e promoção da alimentação adequada e saudável (BRASIL, 2006, p. 29).

Assim, a alimentação saudável necessita-se ser compreendida como um direito humano. E esse direito refere-se a uma alimentação que venha a suprir de forma adequada todas às necessidades biológicas e sociais dos indivíduos

considerando as etapas de desenvolvimento da pessoa. Além disso, precisa ser baseada em práticas alimentares partindo do contexto social de cada comunidade, ou seja, é preciso respeitar a cultura alimentar de cada um (BRASIL, 2006, p. 31).

Assim como o Manual da Saúde e o Ministério de Desenvolvimento Social, afirma que a alimentação escolar saudável é um direito humano e precisa ser garantida às crianças e adolescentes brasileiros. Para difundir essa ideia, o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) inicia uma campanha educativa com o envio de 553 mil cartazes pedagógicos a toda a rede pública de educação infantil, ensino fundamental e também o ensino médio. O intuito é conscientizar alunos, professores e diretores sobre o direito dos estudantes a uma dieta adequada e nutritiva no ambiente escolar (BRASIL, 2008, p. 12).

De acordo com o MEC, o FNDE executa diversos programas para auxiliar na manutenção da Alimentação Escolar, como por exemplo, os Programas Dinheiro Direto na Escola (PDDE) e Plano de Ações Articuladas (PAR).

Segundo o documento utilizado para fundamentar esse contexto, o PDDE está voltado à assistência financeira, em caráter suplementar, às escolas públicas da educação básica das redes estaduais, municipais e do Distrito Federal e às escolas privadas mantidas por entidades sem fins lucrativos e que prestam atendimento gratuito ao público. O referido programa tem por objetivo melhorar a infraestrutura física e pedagógica das escolas e o reforço da autogestão escolar nos planos financeiro, administrativo e didático, contribuindo para elevar os índices de desempenho da educação básica.

Já o PAR está vinculado ao Plano de Desenvolvimento da Educação (PDE), que visa à melhoria da qualidade da educação, sobretudo da educação básica pública. O PAR é o planejamento multidimensional da política de educação que os municípios, os estados e o Distrito Federal devem fazer para um período de quatro anos. É coordenado pela secretaria municipal/estadual de educação, mas deve ser elaborado com a participação de gestores, professores e comunidade local (BRASIL, 2008, p. 13).

A alimentação escolar preparada com produtos saudáveis e variados, com tipos e quantidades adequadas às distintas fases do curso da vida, compondo refeições nutritivas, coloridas e saborosas, auxilia a formação de bons hábitos alimentares, e conseqüentemente, promove a melhoria das condições de saúde da população.

Uma alimentação escolar de qualidade contribui para a recuperação de hábitos alimentares saudáveis e para a promoção da segurança alimentar e nutricional das crianças e jovens do Brasil, contribuindo com a educação pública e com o crescimento das gerações que construirão o futuro do País.

Além disso, a alimentação escolar pode exercer influência positiva no rendimento escolar, uma vez que aumenta a capacidade de concentração dos alunos nas atividades escolares. Por isso as ações de educação alimentar e nutricional direcionados à crianças e jovens podem ser potencializadas quando diferentes atitudes e percepções perante a nutrição e a saúde, nas distintas fases da vida, forem consideradas na sua elaboração (BRASIL, 2008, p. 14).

Segundo a pesquisa realizada em relação aos programas oferecidos pelo governo federal, verificou-se que em 1955 foi implantado no Brasil, o Programa de Alimentação Escolar (PNAE), esse programa constitui-se em uma das principais políticas públicas de segurança alimentar e nutricional do país.

As diretrizes norteadoras desse programa o emprego da alimentação saudável e adequada, que compreende o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a faixa etária; a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional; a descentralização das ações e articulação, em regime de colaboração, entre as esferas de governo e o apoio ao desenvolvimento sustentável, com incentivos para a aquisição de gêneros alimentícios diversificados, produzidos em âmbito local e preferencialmente pela agricultura familiar e pelos empreendedores familiares, priorizando as comunidades tradicionais indígenas e de remanescentes de quilombos (BRASIL, 2008, p. 14).

Segundo o MEC, o programa garante, por meio de transferências de recursos financeiros para a aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, alimentação a todos os alunos matriculados na educação básica das redes públicas federal, estadual, do Distrito Federal e municipal, inclusive as escolas localizadas em áreas indígenas e em áreas remanescentes de quilombos, com o objetivo de contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o

rendimento escolar e a formação de práticas alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo (BRASIL, 2008, 15).

De acordo com o mesmo documento referenciado anteriormente, atualmente o valor per capita da alimentação escolar repassado é de R\$ 0,30 para os alunos matriculados na pré-escola, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos (EJA); R\$ 0,60 para os alunos matriculados em creches; R\$ 0,60 para os alunos matriculados em escolas de educação básica localizadas em áreas indígenas e em áreas remanescentes de quilombos; R\$ 0,90 para os alunos participantes do Programa Mais Educação (BRASIL, 2008, p. 17).

Conforme as considerações apontadas pelo mesmo documento, do total dos recursos financeiros repassados pelo FNDE, no âmbito do PNAE, no mínimo 30% (trinta por cento) deverá ser utilizado na aquisição de gêneros alimentícios diretamente da Agricultura Familiar e do Empreendedor Familiar Rural ou suas organizações, priorizando os assentamentos da reforma agrária, as comunidades tradicionais indígenas e comunidades quilombolas, conforme o artigo 14, da Lei nº 11.947/2009 (BRASIL, 2008, p. 19).

O Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação é o responsável pela coordenação do PNAE. A Entidade Executora (EE), por meio de suas Secretarias de Educação, é responsável pela execução do PNAE, inclusive a utilização e complementação dos recursos financeiros transferidos pelo FNDE e a prestação de contas do Programa, bem como pela oferta de alimentação escolar por, no mínimo, 200 (duzentos) dias letivos, e pelas ações de educação alimentar e nutricional.

É da competência do nutricionista responsável pelo Programa, e aos demais nutricionistas lotados no setor de alimentação escolar, coordenar o diagnóstico e o monitoramento do estado nutricional dos estudantes, planejar o cardápio da alimentação escolar de acordo com a cultura alimentar, o perfil epidemiológico da população atendida e a vocação agrícola da região, acompanhando desde a aquisição dos gêneros alimentícios até a produção e distribuição da alimentação, bem como propor e realizar ações de educação alimentar e nutricional nas escolas (BRASIL, 2008, p. 23).

O Conselho de Alimentação Escolar (CAE) - Colegiado deliberativo e autônomo, composto por representantes do Executivo, da sociedade, professores e

pais de alunos, com mandato de quatro anos, tem a função de fiscalizar a aplicação dos recursos transferidos e zelar pela qualidade dos produtos, desde a compra até a distribuição nas escolas, prestando sempre atenção às boas práticas sanitárias e de higiene, bem como a aceitabilidade dos cardápios oferecidos (BRASIL, 2008, p. 27).

Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com utilização de gêneros alimentícios básicos, respeitando-se as referências nutricionais, os hábitos alimentares, a cultura alimentar da localidade, pautando-se na sustentabilidade e diversificação agrícola da região e na alimentação saudável e adequada.

Eles deverão ser diferenciados para cada faixa etária dos estudantes e para os que necessitam de atenção específica, e deverão conter alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, tradições e hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar. Os cardápios deverão oferecer, pelo menos, três porções de frutas e hortaliças por semana (200g/aluno/semana) nas refeições ofertadas (BRASIL, 2008, p. 27).

Além desses programas mencionados anteriormente, o referido estudo apresenta o Programa Fome Zero, mais uma iniciativa do governo federal que surgiu da necessidade de oferecer a sua população uma vida mais digna, especialmente em relação a alimentação.

Segundo Faria esse programa é um conjunto de políticas e ações voltada para garantir a segurança alimentar da população brasileira, oferecendo condições para que todos possam se alimentar, com qualidade, todos os dias.

O Programa foi criado para combater a fome e as causas mais profundas que geram a exclusão do indivíduo da sociedade. É uma estratégia impulsionada pelo governo federal para assegurar o direito humano à alimentação adequada às pessoas com dificuldades de acesso aos alimentos. Tal estratégia se insere na promoção da segurança alimentar e nutricional buscando a inclusão social e a conquista da cidadania da população mais vulnerável à fome (FARIA, 2006, p. 10).

De acordo com ele, esse programa vai abranger, além das ações emergenciais no combate à fome e à pobreza, um conjunto de políticas voltadas para tratar as suas causas, como por exemplo: geração de emprego e renda, incentivo à agricultura familiar, reforma agrária, programas de convivência com a seca e programa de alfabetização.

Conforme as considerações apontadas pelo autor, os princípios desse programa têm por base a transversalidade e intersectorialidade das ações estatais nas três esferas de governo; no desenvolvimento de ações conjuntas entre o Estado e a sociedade; na superação das desigualdades econômicas, sociais, de gênero e raça; na articulação entre orçamento e gestão e de medidas emergenciais com ações estruturantes e emancipatórias (FARIA, 2006, p. 11).

2.4 FATORES QUE DETERMINAM HÁBITOS ALIMENTARES

Através dessa pesquisa, descobriu-se que dentre os diversos fatores que influenciam de forma direta ou indiretamente na construção dos hábitos alimentares das crianças destacam-se a família e a mídia como os mais importantes nesse processo.

Nesse sentido Murguero faz uma colocação afirmando que:

A família é a principal responsável na construção do hábito alimentar da criança. Quando esta possui hábitos adequados de alimentação contribuem de maneira determinante para a evolução alimentar da criança. Assim, este fato demonstra a necessidade de a família adotar o comportamento alimentar que espera da criança, embora, exista alguns pais que não possuem conhecimento da importância de uma alimentação saudável e exigem de seus filhos aceitação de alimentos que eles próprios não aceitam (1999, p. 29).

Diante desse pressuposto pode-se dizer que, enquanto a criança é pequena os pais são os responsáveis pela escolha do alimento a ser oferecido, porém, para que seja de acordo com as necessidades vitais das crianças, eles precisam ter conhecimento da qualidade e quantidade de alimento que deve ser servido respeitando a faixa etária de cada criança.

Nota-se que a cada dia a família ganha alguns concorrentes na educação de seus filhos, principalmente a televisão, como esta é uma representante máxima da mídia, é um veículo utilizado para o entretenimento e educação representando a maior fonte de informação sobre o mundo, influenciando o comportamento das pessoas, em vários aspectos como o modo de se vestir, pensar, se comportar e principalmente em se alimentar.

Com a correria do dia a dia os pais não tem tempo de ficar junto aos seus filhos, assim eles acabam ficando a maior parte do tempo em frente à televisão,

onde muitas vezes acabam influenciados pelas propagandas incorretas de uma alimentação saudável.

A família precisa ficar atenta em relação a influência que a mídia pode causar na vida de seus filhos, evitando o máximo de cuidado com os tipos de programas que elas assistem, pois as propagandas televisivas estimulam as crianças a consumir alimentos e refrescos, principalmente os industrializados, cujo valor nutritivo é limitado, tem alto teor energético e tipicamente contêm grandes quantidades de gorduras, açúcar, colesterol e sal e que fornecem pouco ou nenhum nutriente(TOJO, apud MURGUERO,1999, p. 29).

2.5 O PAPEL DA FAMÍLIA E DA ESCOLA NA FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES

Durante a infância a alimentação saudável é de grande relevância, pois favorece o crescimento e o desenvolvimento das crianças, assim como também, é capaz de prevenir diversas doenças que podem aparecer no decorrer de sua existência, principalmente na vida adulta. Sendo assim, o comportamento alimentar ocupa um papel fundamental na prevenção e tratamento de doenças.

Diante desse contexto, é preciso compreender que os alimentos consumidos pelas crianças diariamente e a forma como estes são servidos, caracterizam o hábito ou o comportamento alimentar. Porém, não é simplesmente pela repetição da alimentação consumida que desenvolve o comportamento alimentar, mas sim pela influência que alguns fatores exercem nessa aquisição como por exemplo a disponibilidade e o acesso ao alimento em casa, as práticas alimentares, o preparo e consumo dos alimentos oferecidos à criança.

Segundo o autor citado anteriormente, do ponto de vista psicológico, socioeconômico e cultural, nos primeiros anos de vida as crianças são influenciadas pelo ambiente onde vivem, na maioria das vezes constituído pelo ambiente familiar e escolar. Quando o ambiente é desfavorável, o mesmo poderá propiciar condições que levem ao desenvolvimento de alterações alimentares que, uma vez instalados, poderão permanecer ao longo da vida (FERNANDES, 2006, p. 48).

É importante ressaltar que, assim como a família é um importante determinante na formação dos hábitos alimentares não se pode deixar de mencionar

que outros fatores sociais, culturais, ambientais, psicológicos, também, determinam e interferem no padrão alimentar desses sujeitos, em especial a escola, por tratar-se de um espaço social onde muitas crianças passam grande parte do seu tempo, estudando, aprendendo, refletindo e se interagindo, portanto torna-se um ambiente favorável para o desenvolvimento de ações para a promoção da saúde, bem como formação de hábitos alimentares saudáveis, atingindo os estudantes nas etapas mais influenciáveis da sua vida (FERNANDES, 2006, p. 49).

Assim como o autor referenciado acima Frizon (2008, p. 04) fala sobre a influência que a escola tem em relação a aprendizagem da criança, não somente em relação aos hábitos alimentares, mas também em outras questões como saúde, sexualidade, violência, dentre outros. Segundo a autora, a escola pode e deve desenvolver projetos que estejam voltados à educação alimentar.

Os projetos educativos relacionados a educação alimentar pode ser amplo abrangendo todos os alunos da rede, porém deve ter uma atenção especial para as crianças menores, ou seja, para as crianças da educação infantil e da fase pré-escolar, as quais se encontram entre os dois e cinco anos de idade. Durante essa fase ela apresenta um crescimento lento e contínuo, o que justifica a importância de acompanhar o desenvolvimento do pré-escolar, verificando o seu estado de saúde geral e identificando alguns fatores de risco (FRIZON, 2008, p. 05).

Diante desse contexto, é muito importante realizar um trabalho de incentivo a alimentação de forma que seja efetivo, pois a alimentação infantil necessita maior atenção, precisa-se considerar as possibilidades de riscos e as manifestações que os alimentos podem refletir na saúde física e emocional do criança.

Os autores Krause e Mahan (apud FRIZON, 2008, p. 06) salientam que o local físico da alimentação da criança deve ser adaptado para que possa ocorrer de forma a assegurar as suas necessidades. Desde a mesa e cadeiras, até mesmo os talheres e pratos devem proporcionar à criança conforto e segurança. Considerando que a alimentação escolar é um direito de todo o estudante, garantido pela Constituição Federal de 1988, é indispensável que esse momento seja proporcionado a ela de forma saudável.

Segundo a LDB 9394/96, é papel da educação infantil promover o desenvolvimento pleno da criança, nos aspectos físico, psicológico, intelectual e social. Isso inclui a responsabilidade da instituição escolar sobre a alimentação. Acredita-se que os hábitos alimentares podem variar dependendo do que a escola

forneça como cardápio diário à criança. A escola deve proporcionar alimentos, que possibilite aos alunos conhecerem as noções básicas sobre o assunto, tornando-se uma atitude positiva na efetivação de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 1996).

Ao tratar-se desse contexto Mezomo (apud FRIZON, 2008, p. 07) faz algumas considerações a respeito da introdução correta da alimentação nos primeiros anos de vida, colocando que:

A introdução de hábitos alimentares corretos, através da criança na idade escolar, principalmente no início de sua escolaridade é o melhor método de construir hábitos alimentares saudáveis, pois, dessa maneira a escola está preparando uma geração com os conhecimentos básicos sobre nutrição e a importância desta para seu crescimento e desenvolvimento.

Diante dessa afirmativa, pode-se dizer que os professores também precisam ser instruídos para que transmitam corretamente os conhecimentos às crianças. Assim como os pais ou responsáveis e toda a comunidade escolar. Pois somente através de um trabalho compartilhado e efetivo é possível formar e mudar os hábitos alimentares de uma criança.

A escola desempenha uma função muito importante na construção de hábitos alimentares saudáveis. E sua influência fica cada vez mais ampla na alimentação dos seus alunos, uma vez que o tempo onde a criança passa na escola, muitas vezes é maior que o tempo que passa em casa. É através da escola que é possível desenvolver projetos voltados à educação alimentar, embora o tema da alimentação e nutrição esteja integrado juntamente aos currículos escolares, ele não tem sido devidamente tratado por boa parte das escolas brasileiras. Assim, cabe às escolas retomarem aspectos relevantes sobre a alimentação, organizarem projetos e ações que coloquem em prática a educação alimentar.

Diante dessa realidade Lourenço faz alguns apontamentos salientando que:

Uma das funções da escola é possibilitar e disponibilizar alternativas alimentares adequadas que se ajustem as necessidades de cada aluno tanto nas cantinas, quanto nos bufetes. A alimentação precisa cumprir esses requisitos básicos para que haja a promoção da saúde dentro do âmbito escolar e, mais do que isso, a alimentação deve ser uma fonte de prazer (LOURENÇO, apud FRIZON, 2008, p. 07).

De acordo com essa afirmativa, a escola desempenha o seu papel social na promoção da qualidade de vida e educa os paladares de seus escolares de forma a

efetivar um processo de alimentação saudável não apenas no seu interior, como também nas relações externas que os alunos estabelecem.

Nesse sentido vê-se a necessidade de uma parceria entre a família e a escola, uma vez que, nessa faixa etária elas são totalmente dependentes tanto dos seus pais como de seus professores. Por isso, os pais e a escola devem compreender a importância de sua intervenção nesse processo.

3. PRESSUPOSTOS METODOLÓGICOS

3.1 TIPO DE PESQUISA

A presente pesquisa foi desenvolvida em duas etapas. Na primeira etapa a metodologia utilizada foi do tipo, bibliográfica exploratória e qualitativa com a finalidade de proporcionar maior contato com o problema a fim de torna-lo mais compreensível. Tendo como objetivo principal o aperfeiçoamento de ideias ou a descobertas de intuições.

De acordo com Gil (2002, p. 44) “a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. Boa parte dos estudos exploratórios pode ser definida como pesquisas bibliográficas”.

A pesquisa teve ainda, a característica qualitativa que segundo Severino (2002, p.145):

Quaisquer que sejam as distinções que se possam fazer para caracterizar as várias formas de trabalhos científicos é preciso afirmar preliminarmente que todos eles têm em comum a necessária procedência de um trabalho de pesquisa e de reflexão que seja pessoal, autônomo, criativo e rigoroso.

No trabalho pessoal o pesquisador deve ter um envolvimento com o objeto de pesquisa, fazendo com que passe a ser parte de sua vida, sendo realmente uma problemática vivenciada pelo pesquisador. Esta pesquisa não deve obviamente sentimental, mas necessariamente um ato político.

A pesquisa também será de caráter exploratório, segundo Gil (2002, p. 46):

A pesquisa exploratória tem como objetivo principal, o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições. Seu planejamento é bastante flexível, de modo que possibilite a consideração dos mais variados aspectos relativos ao fato estudado.

A outra etapa deste trabalho foi uma pesquisa de campo, onde foi realizado um levantamento de dados por meio de questionário (Apêndice A) constituído por questões abertas e fechadas relacionadas ao tema que serão entregue aos professores que atuam na educação infantil a fim de verificar a visão deles acerca de alunos com comportamento considerado diferenciado dos demais.

Portanto essa etapa da pesquisa caracteriza-se pela interrogação direta das pessoas cujo comportamento se deseja conhecerem. Porém à solicitação de informações a um grupo significativo de pessoas acerca do problema estudado para,

em seguida, mediante análise quantitativa, obterem-se as conclusões correspondentes aos dados coletados.

De acordo com Fachin (2002, p. 154):

A pesquisa de campo tem como ponto de partida a observação dos fatos da realidade social. Os fatos devem ser registrados exatamente como ocorrem na realidade. A pesquisa de campo deve ser orientada por um fluxograma que envolve várias etapas. Cada etapa, por sua vez, envolve procedimentos metodológicos diferenciados; porém interligados e seguindo uma coordenação lógica.

Segundo a autora, este tipo de pesquisa tem como instrumento de trabalho formulários ou questionários. Ambos são constituídos por elenco de questões abertas e fechadas.

O estudo utilizou-se desses recursos para coletar os dados e analisar as informações obtidas, em relação aos objetivos propostos pela pesquisadora, pois estes permitem a compreensão crítica do estudo, através de um conteúdo claro e objetivo. As informações de interpretação dos textos e dos dados analisados estão apresentadas, juntamente com uma análise reflexiva, buscando sempre atender aos propósitos da pesquisa.

3.2 DELIMITAÇÃO DO ESTUDO

O campo de pesquisa foram alguns Centros de Educação Infantil, que se localizam no município de Ibaiti estado do Paraná.

3.3 POPULAÇÃO AMOSTRA

A pesquisa teve como colaboradores 10 professores que trabalham com crianças de 0 a 5 anos.

3.4 COLETA DE DADOS

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário (Apêndice A), contendo questões abertas e fechadas relacionadas ao tema que foi entregue aos professores que trabalham na educação infantil com crianças de 0 a 5 anos.

De acordo com Gil (2002, p.114) “por questionário entende-se um conjunto de questões que são respondidas por escrito pelo pesquisado”. O autor ainda afirma que estes podem conter tanto questões fechadas (com alternativas de respostas a serem escolhidas) e abertas (opção de resposta livre).

Segundo o mesmo autor, os questionários se caracterizam “por um número mais ou menos elevado de questões apresentadas por escrito às pessoas, tendo por objetivo o conhecimento, de opiniões, crenças, sentimentos, interesses, expectativas, situações vivenciadas” (GIL, 2002, p. 126).

3.5 TRATAMENTO DOS DADOS

Os dados foram analisados após o recolhimento do questionário entregue aos professores. Para melhor compreensão serão apresentados por meio de categorias, descritas abaixo.

3.6 APRESENTAÇÃO DOS DADOS COLETADOS

Quadro 1: Perfil dos entrevistados

Professor	Sexo	Faixa Etária	Formação	Tempo de atuação
A	F	20 a 30 anos	Superior Incompleto	Menos de 5 anos
B	F	20 a 30 anos	Superior Incompleto	Menos de 5 anos
C	F	20 a 30 anos	Especialista em Educação	Menos de 5 anos
D	F	30 a 40 anos	Especialista em Educação	De 5 a 10 anos
E	F	30 a 40 anos	Especialista em Educação	De 5 a 10 anos
F	F	30 a 40 anos	Superior Completo	Menos de 5 anos
G	F	30 a 40 anos	Superior Completo	Menos de 5 anos
H	F	30 a 40 anos	Especialista em Educação	De 5 a 10 anos
I	F	40 a 50 anos	Superior Completo	Menos de 5 anos
J	F	40 a 50 anos	Superior Completo	Mais de 10 anos

Fonte Pesquisadora: Funcionários dos CEMEIS do município de Ibaiti/PR.

CATEGORIA A: Perfil dos entrevistados

Ao analisar o perfil dos entrevistados, observou-se que trata-se de apenas de mulheres, sendo 100% do total. Isto é muito comum na educação de modo geral, pois quase todo o quadro de professores do município de Ibaiti conta com pessoas do sexo feminino.

Com referência à idade dos funcionários foi possível perceber 3 deles encontra-se na faixa etária compreendida entre 20 a 30 anos de idade, 5 professores de 30 a 40 anos e 2 deles de 40 a 50 anos de idade, assim evidencia-se que trata-se de um grupo de pessoas com bastante experiência de vida.

Em relação ao tempo de serviço 6 dos entrevistados trabalham na educação infantil a menos de 5 anos, 3 trabalham de 5 a 10 anos e somente 1 trabalha a mais de 10 anos. O tempo de serviço desses profissionais na educação infantil, mostra que a maioria ainda tem pouca experiência em trabalhar com essa faixa etária, considerando que a maioria dos entrevistados trabalham a menos de 5 anos.

Quanto à formação observa-se que 4 dos participantes possuem o ensino superior completo, 4 são especialistas em educação e apenas 2 ainda estão cursando Pedagogia. Esse item demonstra que elas estão preocupadas em se qualificar melhor dentro de sua área de atuação para atingir o objetivo de desenvolver um “ensino de qualidade”.

CATEGORIA B: Fatores que devem ser considerados no momento da escolha de um alimento

Quando se perguntou aos entrevistados sobre quais os fatores devem ser considerados no momento da escolha de um alimento, a maioria deles responderam que um fatores que devem ser levados em conta é a qualidade nutritiva que cada alimento pode fornecer ao consumidor, pois somente através de uma alimentação de qualidade é que se consegue ter um desenvolvimento adequado, principalmente nos primeiros anos de vida, assim, é muito importante tomar muito cuidado com a alimentação das crianças, pois tudo que elas aprendem na infância serve de estímulo durante todo seu curso de vida. O que pode ser comprovado com a fala da professora “A”, quando diz:

Em minha opinião, o principal fator que deve ser considerado é a qualidade nutricional que cada alimento pode proporcionar. Por isso acho que tanto os pais como os professores devem cuidar da alimentação e estimular a criança a comer todos os tipos de alimentos.

CATEGORIA C: Incentivo a uma alimentação saudável

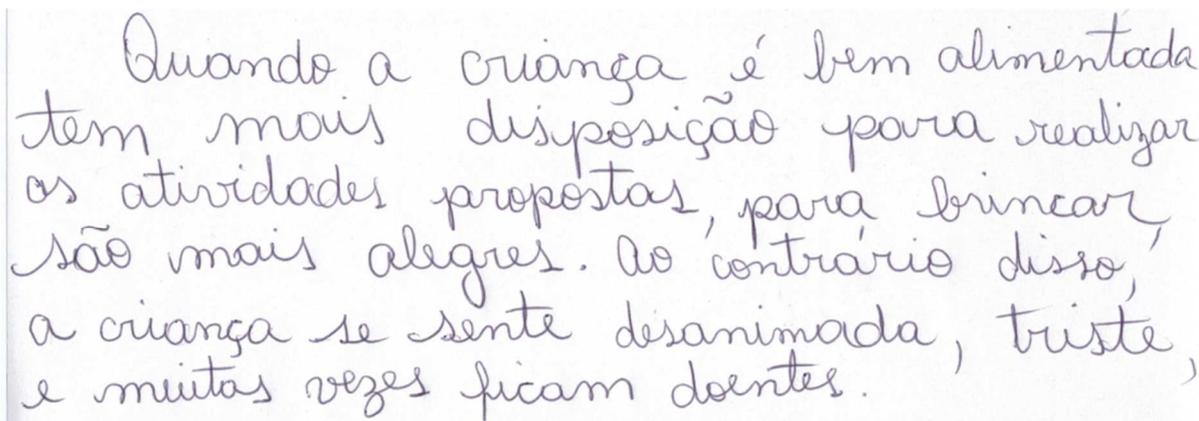
Em relação ao incentivo a uma alimentação saudável no ambiente educacional, 100% dos colaboradores falaram que esse é um trabalho que faz parte da rotina diária na educação infantil, uma vez que, se sentem na obrigação de formar na criança hábitos alimentares saudáveis, sendo assim, procuram inserir em sua prática diária atividades de incentivo e conscientização da importância de uma alimentação saudável para o desenvolvimento integral do ser humano. Pode-se dizer esse contexto está coerente com a afirmação da colaboradora "C":

Incentivar a criança a se alimentar corretamente também é obrigação dos professores, tem que fazer parte da rotina diária da criança. Quando a criança se alimenta de forma correta tem mais probabilidade de aprender e se desenvolver fisicamente.

CATEGORIA D: Influência que a alimentação tem sobre a aprendizagem Escolar

Ao questionar os professores sobre a influência que a alimentação tem sobre a aprendizagem dos alunos, foram unânimes em responder que uma criança bem nutrida tem mais ânimo para brincar, cantar, sorrir e conseqüentemente para

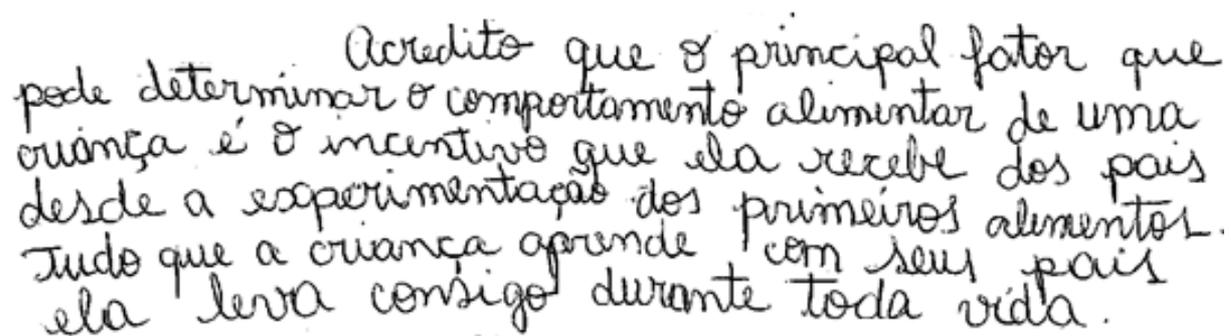
aprender, pois na educação infantil a criança aprende muito através do lúdico. Se ela não é bem alimentada, não tem força e nem concentração para realizar as atividades e muito menos conseguem absorver conhecimento. Sem contar os riscos que corre em relação as doenças que pode adquirir devido a baixa imunidade. Isso pode ser confirmado através da fala da professora "D" ao produzir seu pequeno texto.



Quando a criança é bem alimentada tem mais disposição para realizar as atividades propostas, para brincar são mais alegres. Ao contrário disso, a criança se sente desanimada, triste, e muitas vezes ficam doentes.

CATEGORIA E: Fatores que determinam o comportamento alimentar

Na questão referente aos fatores que determinam o comportamento alimentar da criança, todos os professores opinaram dizendo que o principal fator determinante no comportamento da criança é o incentivo dos pais, pois se eles oferecerem uma variedade de alimentos ricos em nutrientes desde os primeiros contatos com os alimentos, certamente terão mais possibilidades de criar hábitos alimentares saudáveis. O hábito alimentar ensinado pelos pais podem determinar o comportamento alimentar dos filhos ao longo de sua vida. Esse contexto pode ser provado a partir da resposta dada pela participante "B":



Acredito que o principal fator que pode determinar o comportamento alimentar de uma criança é o incentivo que ela recebe dos pais desde a experimentação dos primeiros alimentos. Tudo que a criança aprende com seus pais ela leva consigo durante toda vida.

O que também está de acordo com a fala de Lima quando diz:

A família tem um papel importantíssimo na introdução dos novos alimentos, uma vez que a criança vai conhecer os diferentes alimentos por meio do que lhe for oferecido. A forma como os pais educam os seus filhos darão sustentação ao seu modo de vida ao longo de sua existência (LIMA, 2008, p. 15).

A partir da análise dos textos produzidos pelos professores e das considerações apontadas pelos diversos autores utilizados para fundamentar essa pesquisa, pode-se dizer que a alimentação saudável é um direito de todo cidadão, e que muitos fatores podem determinar a formação de hábitos alimentares, porém, a família e a escola são as principais responsáveis nesse processo.

O que me deixou muito feliz em realizar esse trabalho foi descobrir por meio dessa pesquisa que o município em questão, assim como todos os municípios da região estão desenvolvendo um projeto muito valioso em relação a alimentação escolar, não somente nos centros de educação infantil e na pré – escolar, como também nas escolas que atendem o ensino fundamental séries iniciais. Ou seja, a todas as instituições que são de sua competência.

Foi possível verificar que algumas práticas para a mudança de hábitos alimentares vêm sendo adotadas, alguns alimentos consumidos pelos alunos vem direto do produtor garantido alimentos mais frescos e mais saudáveis, outra prática adotada também é o incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras influenciando assim de forma positiva a hábitos alimentares saudáveis. Esse projeto também é uma forma de incentivar e valorizar os agricultores da região. Os alunos recebem alimentos frescos e de qualidade e os produtores são beneficiados com a renda que obtém por meio da produção e entrega dos alimentos.

Outro fator muito importante, também observado nessa pesquisa, são os cardápios elaborados pela nutricionista municipal. Ela realiza visitas constantes nos estabelecimentos de ensino, assim como faz acompanhamento referente a saúde de algumas crianças que estão acima do peso. Esse acompanhamento é feito juntamente com a família do aluno, onde ela realiza um trabalho de orientação alimentar. Mostrando aos pais os riscos que a criança corre por não está se alimentando adequadamente.

Nos centros de educação infantil as crianças realizam várias refeições ao dia. De acordo com a rotina estabelecida são servidas as refeições. De manhã eles tomam café, depois almoçam e em seguida eles comem sobremesa. No período da tarde é servido frutas e o café da tarde. O cardápio é variado, cada dia da semana é ofertado um tipo de alimento, assim como as frutas, legumes e verduras.

Segundo os depoimentos dos professores e das coordenadoras dos Centros de Educação Infantil pesquisados, nos últimos 4 anos diminuiu muito os problemas de saúde apresentados pelas crianças em relação a desnutrição e obesidade, não somente nos CEMEIS como também nas escolas que são da competência do município. Isto são frutos do trabalho de orientação realizado pela nutricionista junto aos pais, bem como, do trabalho de conscientização feito pelos professores nas reuniões permanentes que são realizadas com o objetivo de mostrar aos pais a importância de oferecer aos filhos uma alimentação saudável.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Realizar este trabalho permitiu o aprofundamento do conhecimento em relação a alimentação saudável, os fatores que influenciam e determinam o comportamento alimentar de um indivíduo, bem como familiarizar-se de forma mais concreta com ideais de diversos autores sobre o tema em questão.

Por meio dessas pesquisas, pode-se constatar que é muito importante que as crianças criem hábitos alimentares adequados desde a infância, pois uma vez que esses hábitos sejam adquiridos desde cedo, certamente serão mantidos ao longo da vida. Assim, necessita-se que hábitos de uma alimentação saudável seja inserida na vida da criança logo após o período de amamentação, esse é um papel que a família deve cumprir em casa e da escola, enquanto a criança permanecer nela. Pois, essas duas são as principais responsáveis pela formação de valores, hábitos alimentares e estilos de vida e isso só é possível se a família compreender a relevância de uma boa alimentação.

Assim, os pais devem incentivar os filhos desde pequenos oferecendo-lhes uma diversidade de alimentos, dessa forma a criança vai adquirindo hábitos alimentares através dos ensinamentos dos pais, por isso é preciso incluir na alimentação da crianças todos os tipos de alimentos, porém, ter muito cuidado com a quantidade de alimentos oferecidos a criança e a qualidade nutricional desses alimentos.

Nesse sentido, trabalho de incentivo da escola deve ser complementar ao trabalho realizado pela família, assim deve ser sustentado na construção de um saber transformador onde aluno seja capaz de tomar atitudes saudáveis em relação aos hábitos alimentares saudáveis e nas demais questões que envolvem as diversas áreas de seu desenvolvimento, bem como as de seus colegas.

Conclui-se portanto, que a família e a escola devem realizar um trabalho de parceria, um complementando o outro, ambas trabalhando com a mesma sintonia, a fim de promover uma educação alimentar saudável, no sentido de mostrar que ela é vital para o desenvolvimento de uma pessoa. Compreender a importância de uma alimentação saudável engrandece o cidadão, tanto no lado pessoal como no profissional, pois é um tema que chama a atenção por tratar-se de um assunto vital para a sobrevivência humana.

A partir desse tema pretendo realizar uma pesquisa mais minuciosa a fim de buscar informações que venha aprimorar meu conhecimento em relação ao assunto tratado, para que eu possa contribuir diretamente na educação dos alunos mostrando que uma alimentação saudável é vital para o crescimento e desenvolvimento de cada indivíduo durante toda sua vida.

Como professora de educação infantil, posso dizer que antes de realizar esse trabalho já pensava que a alimentação saudável é vital à vida humana e que muitos são os fatores que determinam o comportamento alimentar, porém, acreditava que a família é a principal responsável nesse processo. No entanto, após desenvolver esse estudo de pesquisa e reflexão tenho certeza que o nosso trabalho enquanto formador de hábitos alimentares é tão importante quanto aos ensinamentos familiares, pois muitas crianças passam o maior tempo de sua vida nos bancos escolares.

Espera-se que a partir desse trabalho realizado nos CEMEIS as crianças possam compreender que uma alimentação de qualidade é fundamental para a qualidade de vida de uma pessoa, Além de contribuir para o bom funcionamento do organismo ajuda a prevenir muitas doenças, assim eles podem ensinar em casa o que aprendem na escola. E como serão os futuros pais, poderão pôr em prática ensinando seus filhos a formar hábitos alimentares saudáveis.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Brasília/MEC, 1996.

_____. Ministério da Saúde; **ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. Escolas promotoras da saúde: experiências do Brasil**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006c.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção a Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Regulamentação da comercialização de alimentos em escolas no Brasil: Experiências estaduais e municipais**. Brasília: Ministério da Saúde, 2007.

_____. **Manual da Saúde e o Ministério do Desenvolvimento Social**. Disponível em: http://www.mds.gov.br/secretarias/secretaria01_33.asp. Acessado em 30/01/2014.

_____. Ministério da Saúde. **Política nacional de alimentação e nutrição**. Brasília, 2000.

_____. **Manual de orientação para a alimentação escolar na educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e na educação de jovens e adultos**. Org. Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos...et al. – 2. ed. - Brasília: PNAE: CECANE-SC, 2012.

FARIA, José Carlos. **O programa fome zero no contexto das políticas sociais no Brasil**. São Paulo. Ática, 2006.

FACHIN, Odília. **Fundamentos de Metodologia**. 4 ed. São Paulo: Saraiva, 2003.

FERNANDES, R.A. **Hábito alimentar e nível de prática de atividade física de meninos eutróficos e de obesos**. Revista de Educação Física de Maringá. V. 17, n. 1, p. 45-51, 2006.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projeto de Pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GURGEL, V. **Educação alimentar quer melhorar hábitos e qualidade de vida de alunos**, 2003. Disponível em: www.campinas.sp.gov.br/uploads/1255259238.pdf - Acesso em 28/01/2014.

LIMA, Gabriela Guirao Bijos. **O educador promovendo hábitos alimentares Saudáveis por meio da escola Bauru**, 2008. Trabalho de Conclusão de Curso. Disponível em: http://www.fc.unesp.br/upload/gabriela_lima.pdf. Acessado em 20, 21, 22/01/ 2014.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE**. (2006). Resolução/FNDE/CD nº 32 de 10 de agosto de 2006. Estabelece critérios de execução do PNAE. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br>. Acessado em 24/01/2014.

Ministério da Previdência e Assistência Social. **Cadastro único para programas sociais do governo federal**. Brasília: MPAS – Secretaria de Estado da Previdência Social, 2002.

Ministério da Educação e Ciência. **Alimentação em idade escolar: Guia prático para educadores**. Direção-Geral da Educação, Bufetes Escolares – Orientações, 2012.

MURGUERO. Juliana Costa. **Avaliação do lanche de crianças de 7 a 10 anos de duas escolas em Araraguá, SC**. Criciúma, julho de 2009. Disponível em:

<http://www.bib.unesc.net/biblioteca/sumario/00003E/00003E17.pdf>. Acessado em 02/02/2014.

APÊNDICE(S)

APÉNDICE A



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Diretoria de Pesquisa e Pós-Graduação
Especialização em Ensino de Ciências



Questionário para os professores

Pesquisa para a Monografia da Especialização em Ensino de Ciências – EaD UTFPR, através do questionário, objetivando levantar dados a fim de alcançar os objetivos propostos pela pesquisa.

Local da Entrevista: Centros de Educação Infantil do município de Ibaiti PR

Data: 18/11/2013

Parte 1: Perfil do Entrevistado

Sexo:

() Feminino () Masculino

Formação:

- () Superior incompleto
- () Superior Completo
- () Especialista em Educação

Faixa Etária:

- () De 20 a 30 anos de idade
- () De 30 a 40 anos de idade
- () De 40 a 50 anos de idade
- () Acima de 50 anos de idade

Tempo de Atuação:

() Menos de 5 anos

() de 5 a 10 anos

() Mais de 10 anos

Parte 2: Questões

1) Em sua opinião, quais fatores devem ser considerados no momento da escolha de um alimento?

2) Como é incentivado a alimentação saudável no ambiente escolar onde você atua?

3) Do seu ponto de vista o que pode determinar o comportamento alimentar de uma criança?

4) Você considera que o fator alimentar também influencia na aprendizagem?