

Educação nutricional na escola: elaboração, desenvolvimento e avaliação de uma proposta. Roberta Alessandra Gaino, Luciana Maria Lunardi Campos, Luiza Cristina Godim Domingues Dias. – Educação - Nutrição - Departamento de Educação - Instituto de Biociências – Campus de Botucatu.

Segundo Sarni (2002), há uma situação de transição nutricional e nesse contexto, programas voltados à aquisição de hábitos alimentares saudáveis e ao combate à fome não podem estar restritos à distribuição de alimentos ou ao tratamento isolado das patologias associadas, mas devem envolver ações que visem manutenção da saúde (SAWAYA et al., 2003).

Assim, reconhece-se a necessidade da elaboração e implementação de políticas públicas para melhoria da nutrição e da saúde da população, que possibilitem aos cidadãos tomada de consciência de seus atos relacionados à nutrição. No entanto, esse posicionamento consciente e crítico, exige necessariamente, a apropriação de conhecimentos pela população (GRAZIANO e SUPPLY, 2002), visando à adoção de uma educação nutricional realista e eficaz.

Esta afirmação direciona o olhar para um espaço social específico - a escola, cujo papel consiste na socialização de saberes sistematizados, devendo propiciar a aquisição de saberes elaborados e de instrumentos que possibilitam o acesso a esses saberes (SAVIANI, 1994) e possibilitar a instrumentação dos indivíduos para atuação no meio social ao qual pertencem.

Assim, a escola é reconhecida como um espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações que visem aquisição de hábitos alimentares saudáveis, num processo mais amplo de educação nutricional. Para Pipitone (2000), a escola e o ensino fundamental são, indubitavelmente, o melhor espaço social para atuar na educação nutricional. Essa compreensão é compartilhada por Ipiranga (1995):

“a integração da nutrição ao ensino fundamental representa, pois, a mais eficaz forma de intervenção nutricional nesse nível, porque atua sobre uma geração de indivíduos os quais reproduzirão, no futuro, as condutas alimentares adequadas à manutenção da saúde e do estado nutricional” (p. 84)

Salgado (2001) defende que as escolas precisam estar preparadas para ensinar a descoberta do prazer da comida, que os pais saibam como preparar a lancheira e que a disciplina do “Bem-comer-com-prazer” deve fazer parte do currículo das escolas de ensino fundamental, complementando o ensinamento que os pais não puderam ou não souberam dar em casa.

Assim, atualmente, são reconhecidas a possibilidade e a necessidade da abordagem da nutrição na escola.

Nesta perspectiva, este estudo teve por objetivo elaborar, desenvolver e avaliar ações e recursos pedagógicos para um programa de Educação Nutricional.

O estudo inseriu-se em uma pesquisa qualitativa e teve como participantes professores de três classes de terceira série, em 2005 e professores de duas classes de quarta série, em 2006, em séries iniciais do ensino fundamental, de uma escola municipal de Botucatu. 64 alunos em 2005, acompanhados na quarta série, em 2006, sendo 59 alunos. 31 pais de alunos, em 2006. 1 auxiliar de serviços gerais, em 2005.

Foram elaborados instrumentos para coleta de dados junto aos alunos, aos professores, aos funcionários e aos pais e também foi elaborado um instrumento para análise de documento. Os dados foram coletados ao longo de todo processo de investigação, sendo que aqueles coletados inicialmente subsidiaram a elaboração da proposta, pois conhecer o estado nutricional dos alunos e a realidade dos mesmos é fundamental, já que quanto mais se relaciona o novo material de maneira substancial e não arbitrária com algum aspecto da estrutura cognitiva prévia que lhe for relevante, mais próximo se está da aprendizagem significativa (SALVADOR, 2000).

Coleta de dados: Instrumentos para coleta junto aos alunos: A medida antropométrica foi importante para a detecção de problemas nutricionais vivenciados no momento pela criança e para a avaliação, a partir da literatura, elaborou-se um protocolo de registro. O questionário sobre consumo e frequência alimentar teve identificou o consumo alimentar dos alunos. Entende-se que por meio do conhecimento sobre esse consumo é possível identificar a quantidade e a qualidade dos alimentos que compõem a dieta do grupo de estudo e, conseqüentemente, propor ações educativas. O questionário foi elaborado a partir de materiais já existentes para Educação Nutricional e de referenciais cognitivistas sobre o desenvolvimento e a aprendizagem infantil, sendo organizado em 5 partes distintas, envolvendo o consumo dos seguintes alimentos: frutas, carnes, embutidos e ovo, hortaliças, cereais e derivados e leite e derivados. As observações foram realizadas em dois espaços: 1º Extra sala - visando identificar os alimentos ingeridos pelos alunos no intervalo, possibilitando a articulação entre esses dados e a resposta das professoras. Para tanto, definiram-se como objetos de análise: o número de alunos que comem lanche e merenda e que repetem a merenda. 2º Intra sala - visando identificar e compreender ações e reações dos alunos durante os encontros. O registro foi redigido logo após os encontros. Também foram elaborados instrumentos diversos para a coleta de dados junto aos alunos, os instrumentos eram coletivos ou individuais e envolveram, geralmente, produção escrita e foram utilizados ao longo do desenvolvimento das ações, com o objetivo de coletar dados que possibilitassem acompanhar a percepção e o conhecimento dos alunos.

Instrumentos para coleta junto aos professores e funcionária: A entrevista com os professores investigou dois aspectos: a alimentação do aluno na escola, a partir da percepção da professora, e a abordagem do tema alimentação pela professora. Para tanto, foi elaborado um roteiro semi-estruturado, com questões relacionadas á alimentação da criança na escola e sobre a abordagem do tema pela professora. O questionário elaborado para as mesmas teve por objetivo coletar dados sobre sua percepção sobre as ações desenvolvidas, continha questões dissertativas relacionadas a aspectos da proposta desenvolvida e questões para cada encontro realizado. A entrevista (aberta), com a auxiliar de serviços gerais, teve como objetivo de coletar informações sobre os alimentos ingeridos na merenda, quantidade e qualidade, assim como a aceitabilidade dos alimentos pelos alunos.

Instrumentos para coleta junto aos pais: O questionário elaborado para os pais investigou os hábitos alimentares familiares, procurando realizar a História Dietética ou Anamnese Alimentar e possibilitar a relação dos hábitos alimentares dos pais com os dos filhos. Outras informações foram obtidas por meio dos seguintes instrumentos: Questionário de Frequência e Recordatório 24h, elaborados pela pesquisadora a partir de instrumentos já existentes.

Instrumento para análise de documentos: Protocolo para a análise dos livros didáticos.

A análise dos dados foi realizada durante toda a investigação. Os dados coletados foram relacionados para a identificação de categorias que possibilitassem a compreensão dos hábitos alimentares dos alunos e da adequação das ações e recursos adotados.

A elaboração da proposta envolveu o planejamento e a elaboração de um plano de ação, a partir das considerações de Vasconcellos (1995), com a definição de conteúdos, ações e recursos. Os conteúdos foram selecionados a partir dos dados coletados e a premissa básica de que as crianças sofrem influências variadas em se tratando da alimentação e dessa maneira necessitam ter um conhecimento sólido sobre o assunto para serem agentes ativos na formação de seus hábitos. Assim, foram definidos temas que possibilitassem ao aluno conhecimentos sobre as fontes principais de nutrientes e para que conhecendo as suas necessidades diárias possam fazer escolhas conscientes em relação à alimentação. Esses conteúdos foram desenvolvidos com base em discussões sobre aprendizagem e desenvolvimento cognitivo, social e emocional de crianças na faixa etária dos 8 aos 10 anos. As ações desenvolvidas envolveram aulas expositivas dialogadas e outras técnicas, que atendessem às características cognitivas e afetivas dos alunos. O elemento lúdico foi o princípio maior das ações de ensino, visto que o brincar é a atividade principal da infância (VYGOTSKY, 2003). A proposta caracterizou-se por um referencial cognitivista, com ênfase no princípio da aprendizagem significativa. Outro princípio foi que o

pensamento e o raciocínio são construídos, a partir de condições sociais e das interações, o que possibilita a atribuição de relevante papel às atividades em grupo e à condução pelo professor.

Dessa forma, a proposta foi elaborada prevendo 9 temas e 12 encontros, com a definição de conteúdo, objetivo, ações, recursos, procedimentos e instrumentos de coleta de dados específicos.

A partir dos dados coletados pelos procedimentos e instrumentos citados, os encontros foram analisados separadamente, nos seguintes aspectos: ações e recursos, considerando-se os três momentos do encontro (introdução, levantamento do conhecimento prévio e apresentação do conteúdo), definindo-se como categorias para análise: adequado, inadequado e parcialmente adequado. Pela análise, foram considerados parcialmente adequados, 7 recursos, 4 avaliações, 1 atividade lúdica, ação e apresentação do conteúdo e 2 recursos inadequados de todos encontros. Considerou-se, ainda, que o conteúdo foi excessivo em 1 tema.

A seguir foram elaboradas quatro categorias principais para análise: Atividades em grupo, interação entre alunos e aprendizagem, professor como mediador, recursos didáticos como facilitadores, aula expositiva e estratégias de ensino.

Compreendeu-se que o processo de apropriação de conhecimento é favorecido pela relação entre os alunos, já que esta pode incidir de forma decisiva sobre a aquisição de competências e destrezas sociais, o controle dos impulsos agressivos, o grau de adequação às normas estabelecidas, a superação do egocentrismo, a relativização progressiva do ponto de vista próprio, o nível de aspiração, o rendimento escolar e o processo de socialização em geral (JOHNSON, 1981, apud COLL et.al, 1996).

Entendemos que as atividades em grupo possibilitaram o estabelecimento de um clima favorável entre os alunos e entre os alunos e o educador e durante a realização da proposta, não houve dificuldades com a disciplina dos alunos, talvez porque o grupo se organizou e se motivou para as atividades. Reconheceu-se, ainda, o educador como aquele que direciona e conduz o processo de ensino, trabalha junto com o aluno sua realidade concreta e abre perspectivas a partir dos conteúdos curriculares. Cabe ao educador, proporcionar aos alunos a “passagem do plano de satisfação individual ao plano das experiências coletivas” (CORREA, 1990, apud LUCHIARI, 2000).

A utilização de jogos pedagógicos no ensino fundamental pode visar três aspectos envolvidos no processo de cognição: a resolução de problemas, o pensamento lógico e a capacidade de abstração. Os professores também podem explorar outros processos cognitivos como a percepção, a formação de conceitos e o exercício da linguagem (KISHIMOTO, 1996, apud SANTIS ALVES, 2005). A faixa etária ideal para se trabalhar com jogos está entre os 7 e os 12 anos de idade, assim sendo, é indicado para os alunos participantes da proposta e através deles as crianças podem apresentar um espírito empreendedor e criativo, permitindo a concentração e a captação de todo o contexto social (VIVAS E SEQUEDA, 2003 apud SANTIS ALVES, 2005).

Durante as aulas expositivas dialogadas, um aspecto importante da proposta foi à formulação de perguntas. Ao apresentar perguntas é possibilitada a participação mais ativa do aluno no desenvolvimento da aula, de tal modo que a construção do conhecimento como um evento social depende fundamentalmente das contribuições cognitivas dos alunos. Dessa forma, entende-se como Veiga (2001) que a opção pela aula expositiva dialogada relaciona-se à prática de uma educação transformadora, que favorece a compreensão dos determinantes sociais da educação, porque permite o questionamento; ao mesmo tempo em que proporciona a aquisição de conhecimentos, favorece sua análise crítica, resultando na produção de conhecimentos prévios dos alunos e estimula o pensamento crítico dos alunos por meios de questionamentos e problematizações.

Entende-se, assim, que o desenvolvimento de atividades em grupo e a interação entre alunos, a função mediadora do educador, a utilização da aula expositiva dialogada e de jogos, assim como de recursos lúdicos são princípios relevantes na elaboração e desenvolvimento de proposta de educação nutricional.

De acordo com Salgado (2001), as boas práticas devem começar em casa, mas cabe ao Estado, por meio de suas escolas, propiciar aos alunos alimentação, informações em geral e sobre o tema em

questão. O envolvimento das escolas com a educação nutricional, pode e deve, ser reforçado pelo ensino de conteúdos que já são tradicionais e a incorporação de discussões atuais, de maneira a despertar interesse pelos alunos, integrando, então, conhecimentos relativos à nutrição e pedagogia, e o envolvimento dos pais nessa formação educacional. Neste sentido, o nutricionista exerce um papel fundamental, mas a formação do professor para a temática também é importante. No caso da ação educativa em nutrição, professor e nutricionistas não são capazes sozinhos de transformar a realidade que extrapola a própria escola e tem suas raízes no econômico e no sociopolítico. Mas sua competência, como educadores, para propor e desenvolver ações educativas é um dos fatores de maior importância, quando se pensa na melhoria do consumo e dos hábitos alimentares entre os escolares.

Bibliografia

- COLL, C.; PALACIOS, J.; MARCHESI, A. **DESENVOLVIMENTO PSICOLÓGICO E EDUCAÇÃO: PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO**. Porto Alegre: Artes Médicas. v.2, 1996.
- GRAZIANO, J.; SUPPLY, G. **Consenso pelo Combate à Fome e à Miséria**. Entrevista coletiva à imprensa 05 de novembro, 2002.
- IPIRANGA, L. In: PIPITONE, M. A. P. Educação Nutricional No Ensino De Ciências E No Livro Didático. In: VIEIRA da SILVA, M. (Org.). **Curso de atualização em alimentação e nutrição para professores da rede pública de ensino**, SÃO PAULO: 2000, p.84.
- LUCHIARI, A.C; **A PERSPECTIVA DE ALUNOS DA 6ª SÉRIE DO ENSINO FUNDAMENTAL SOBRE O MÉTODO EXPOSITIVO DIALOGADO DE ENSINO EM CIÊNCIAS**. Monografia, Departamento de Educação da Unesp de Botucatu, 2000.
- PIPITONE, M.A.P. **Educação Nutricional No Ensino De Ciências E No Livro Didático**. In: VIEIRA da SILVA (Org.). **Curso De Atualização Em Alimentação E Nutrição Para Professores Da Rede Pública De Ensino**, São Paulo: s. n. , 2000, p. 87.
- SANTIS ALVES, C. **ATIVIDADES LÚDICAS E O COMBATE À DENGUE: UMA PORPOSTA PARA O ENSINO DE CIÊNCIAS**. Monografia. Departamento de Educação da Unesp de Botucatu-SP, 2005.
- SALGADO, J.M. A Capacidade Intelectual da Criança é proporcional à Alimentação que Recebe. In: SALGADO. **Pharmacia de Alimentos. Recomendações para prevenir e controlar doenças**. São Paulo: Madras Ltda, 2001. p. 49-56.
- SALVADOR, C. C. et all. **Psicologia do Ensino**. Porto Alegre: Art Médicas Sul, 2000.
- SARNI, R.S. Carência Nutricional na Infância. In: **Informativo da Sociedade Brasileira de Nutrição Parenteral e Enteral (SBNPE)**, ano VII, n. 37, p. 8-10, São Paulo: Van Moorsel, Andrade & cia. Ltda. Janeiro-Fevereiro, 2002.
- SAVIANI, D. **Pedagogia histórico-ciência: primeiras aproximações**. São Paulo: Autores Associados, 1994 (Coleção Educação Contemporânea).
- SAWAYA, A.L. et al. Os dois Brasis: quem são, onde estão e como vivem os pobres brasileiros. In: VASCONCELLOS, C dos S. **Planejamento: plano de ensino- aprendizagem e projeto educativo- elementos metodológicos para realização**. São Paulo: Libertad, 1995. (Cadernos Pedagógicos do Libertad)
- VEIGA, I.P.A.; FELTRAN, A.; LOPES, A.O.; QUEIROZ de AZAMBUJA, J.; ARAUJO, J.C.L.;
- VIEIRA da SILVA (Org.). **Curso De Atualização Em Alimentação E Nutrição Para Professores Da Rede Pública De Ensino**, São Paulo: s. n. , 2000, p. 87.
- VYGOTSKY, L.S. **La imaginación y el arte en la infancia**. Madrid: AKAL, 2003.