

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS:  
QUÍMICA DA VIDA E SAÚDE

Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: A INFLUÊNCIA DA  
FAMÍLIA, DO PROFESSOR E DE MEIOS DE COMUNICAÇÃO**

PORTO ALEGRE

2019

Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: A INFLUÊNCIA DA  
FAMÍLIA, DO PROFESSOR E DE MEIOS DE COMUNICAÇÃO**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde do Instituto de Ciências Básicas da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como requisito parcial para obtenção do título de doutora em Educação em Ciências.

Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Dra. Eva Teresinha de Oliveira Boff

PORTO ALEGRE

2019

**CLÁUDIA THOMÉ DA ROSA PIASETZKI**

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: A INFLUÊNCIA DA  
FAMÍLIA, DO PROFESSOR E DE MEIOS DE COMUNICAÇÃO**

Tese submetida ao Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS –, como requisito parcial para a obtenção do título de doutora em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde.

Aprovada em 18 de dezembro de 2019.

**BANCA EXAMINADORA:**

---

Dr. José Cláudio Del Pino (UFRGS)

---

Dra. Zélia Ferreira Caçador Anastácio (Universidade do Minho (Braga/Portugal))

---

Dra. Iara Denise Endruweit Battisti (UFFS)

---

Dra. Ana Luiza Sander Scarparo (UFRGS)

---

Dra. Eva Teresinha de Oliveira Boff – Orientadora (UFRGS)

PORTO ALEGRE – RS

2019

#### CIP - Catalogação na Publicação

PIASETZKI, Cláudia Thomé da Rosa  
Educação alimentar e nutricional na infância: a  
influência da família, do professor e de meios de  
comunicação / Cláudia Thomé da Rosa PIASETZKI. -2019.  
165 f.  
Orientadora: Eva Teresinha de Oliveira Boff.

Tese (Doutorado) -- Universidade Federal do Rio  
Grande do Sul, Instituto de Ciências Básicas da Saúde,  
Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências:  
Química da Vida e Saúde, Porto Alegre, BR-RS, 2019.

1. Educação alimentar e nutricional. 2.  
Comportamento alimentar. 3. Estilo de vida. 4.  
Formação continuada de professores. 5. Criança. I.  
Boff, Eva Teresinha de Oliveira, orient. II. Título.

Elaborada pelo Sistema de Geração Automática de Ficha Catalográfica da UFRGS com os  
dados fornecidos pelo(a) autor(a).

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Jesus, por, nos momentos mais difíceis, nos braços me carregar e, assim, só suas pegadas na areia marcar.

Ao meu marido, Paulo, que muitas noites passou ao meu lado ouvindo minhas escritas e me ajudando a refletir sobre o assunto. Às minhas filhas queridas, Eduarda e Gabriela, vindas em meio ao turbilhão do doutorado. Aos meus pais e familiares pela compreensão nas ausências em razão da escrita.

À minha orientadora, doutora Eva Teresinha de Oliveira Boff, pelo aceite e disponibilidade de orientar o trabalho em um tema que é tão importante e significativo para minha formação e profissão; por ter paciência e acreditar na minha capacidade de escrever. Obrigada pela oportunidade de aprender contigo.

Aos professores e professoras da banca pela disponibilidade em ler o meu trabalho, pelas sugestões e pelas contribuições que qualificaram o desenvolvimento e resultado desta pesquisa.

À escola onde realizei a pesquisa, seus professores, alunos e familiares, pela colaboração no processo de investigação e pela riqueza de material que me proporcionaram para a reflexão sobre a temática educação alimentar e nutricional.

À Universidade Federal do Rio Grande do Sul, ao Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde e à coordenação deste PPG, pela oportunidade de uma educação pública de qualidade.

A todos aqueles que, de alguma forma, contribuíram para a concretização deste trabalho: professores, colegas, familiares e amigos.

*Dedico este trabalho às minhas inspirações: minha filha Eduarda (que me serviu também de “ponto móvel de observação”, kkk) e a Gabriela, minha filha bebê. As duas vieram em meio às turbulências do Doutorado.*

*Também dedico ao meu querido amigo, amor e companheiro de todas as horas, Paulo, pela ajuda na interpretação das leituras e compreensão nos momentos de intenso trabalho. Agradeço pela compreensão, paciência, carinho, amor e estímulo para percorrer essa trajetória.*

*Agradeço por acreditarem em mim mais do que eu mesma e entenderem minhas ausências nas pescarias.*

*Dá pra viver  
Mesmo depois de descobrir que o mundo ficou mau.  
É só não permitir que a maldade do mundo te pareça normal.  
Pra não perder a magia de acreditar na felicidade real  
E entender que ela mora no caminho e não no final.*

Música: Era uma Vez  
Kell Smith

Compositora: Keylla Cristina dos Santos Batista

## RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo investigar a influência da família, do professor e dos meios de comunicação na educação alimentar e nutricional (EAN) na infância. A pesquisa consistiu-se em um estudo transversal, de caráter descritivo e abordagem quantitativa e qualitativa e foi desenvolvida em uma Escola Municipal de Educação Básica e em uma Escola Municipal de Educação Infantil em um município da Região Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. Foram envolvidos 100 alunos, com suas respectivas famílias (100) e 18 professores. Os instrumentos da pesquisa constaram de artigos científicos, questionários, entrevistas e encontros formativos. Os dados empíricos qualitativos foram analisados com base nos argumentos de Moraes e Galiazzi (2016) sobre análise textual discursiva e os quantitativos no software R. O processo de análise das produções bibliográficas que fazem parte do *corpus* de estudo do Artigo 1, fez compreender uma parcela dos conhecimentos produzidos e validados sobre a educação alimentar e nutricional na infância. Ao investigar no Artigo 2 a influência da família para a formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância, identificou-se que as ações dos adultos são observadas e imitadas pelas crianças, além de serem os familiares os responsáveis por adquirir os alimentos ofertados. Mais de um terço das crianças avaliadas apresentaram sobrepeso ou obesidade, assemelhando-se com a representação da população brasileira. Identificou-se uma possível relação entre a prática ou não de exercícios físicos entre pais e filhos, e uma correlação moderada e significativa entre o número de refeições das crianças e seus familiares. Crianças e familiares concordaram quanto ao consumo de frutas, verduras e guloseimas, podendo-se afirmar a influência dos familiares nas práticas alimentares das crianças. A maioria dos sujeitos referiram ter aprendido sobre alimentação saudável em casa com a família. As crianças afirmaram seguir o exemplo de seus familiares para se alimentarem, e a maioria dos familiares indicaram incentivar suas crianças a ter uma alimentação saudável. No Artigo 3, ao investigar a influência do professor na educação alimentar e nutricional na infância, observou-se que os professores têm dificuldades de desenvolver os conceitos de EAN e tampouco conseguem trabalhá-los além do que traz o livro didático, porém os próprios professores reconhecem-se como referência para as crianças e veem suas ações serem imitadas por elas, inclusive na hora de se alimentar. O exemplo é citado pelos professores até mesmo como estratégia de ensino utilizada para desenvolver os conceitos de alimentação e nutrição humana em sala de aula. Os professores reconhecem a importância dos hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis como essenciais para a qualidade de vida, e preocupam-se que seus alunos tenham uma alimentação saudável. Os professores acreditam ser possível realizar ações de educação alimentar e nutricional na escola e influenciar na formação de hábitos alimentares e estilos de vida das crianças. No Artigo 4 observou-se a influência dos meios de comunicação sobre os hábitos alimentares de crianças, familiares e professores, estando forte esta nos hábitos dos sujeitos, com o uso de mídias eletrônicas influenciando escolhas não só das crianças, mas dos familiares e professores. O Artigo 5 descreve a constituição de um grupo interativo na perspectiva de contribuir para a formação continuada de professores sobre a educação alimentar e nutricional. Pelas características de múltiplas interfaces de interação é que se defende a tese de que a família, o professor e os meios de comunicação têm influência na educação alimentar e nutricional na infância. Os argumentos para defesa desta tese foram construídos pela contribuição de autores como Vitolo (2015), Vigotsky (2000, 2007, 2008), Bourdieu (1983, 2007, 2014), Boff (2011) e materiais oficiais da área da saúde e educação.

**Palavras-chave:** Educação alimentar e nutricional. Comportamento alimentar. Estilo de vida. Formação continuada de professores. Criança.



## ABSTRACT

This research aimed to investigate the influence of the family, the teacher, and the media on Food and Nutrition Education (FNE) in childhood. The research consisted of a cross-sectional, descriptive study with a quantitative and qualitative approach and it was developed in a Municipal School of Basic Education in a Municipal School of Early Childhood Education in a city of the Northwest Region of the State of Rio Grande do Sul. It was involved a 100 students, with their respective families (100) and 18 teachers. The research instruments consisted of scientific articles, questionnaires, interviews and formative meetings. For the qualitative empirical data analysis the arguments by Moraes e Galiazzi (2016) of Textual Discourse Analysis were adopted and for the quantitative data the R software. The bibliographic materials analysis process that is part of the study corpus of the article 1, it comprehends a proportion of the produced and validated knowledge about food and nutrition education in childhood. When investigating in Article 2 the family influence on eating habits and lifestyle development in childhood, it was identified that the adults' actions are observed and imitated by children, as well the responsibility for purchase the offered food. More than a third of the children evaluated were overweight or obese, resembling the Brazilian population representations. It identified as a possible relationship between the practice of physical activities or not between parents and children, and a moderate and significant correlation between the number of meals of children and their families. Children and family members agreed on the consumption of fruit, vegetables, and sweets, and we can affirm the family members' influence on children eating habits. Most subjects reported learning about healthy eating at home with their families. The children claimed to follow the example of their relatives on their eating habits, and most parts of the relatives indicated encouraging their children to have a healthy diet. In Article 3, we investigate teachers influence on food and nutrition education in childhood, it was observed that teachers have difficulties to develop the concepts of FNE and cannot work properly with them beyond what is proposed in the textbooks, in the other hands teachers recognize themselves as a reference for children and see their actions imitated by them, including the eating time. Teachers quote the example as a teaching strategy used to develop the concepts of food and human nutrition in the classroom. Teachers recognize the importance of healthy eating habits and lifestyle as essential for the quality of life and are concerned that their students should have a healthy diet. Teachers believe it is possible to perform Food and Nutrition Education actions at school and influence eating habits and lifestyle development in children. In Article 4, the media influence was observed in the eating habits of children, families, and teachers, being present as a strong influence on subjects eating habits, the use of electronic media and its influence, not only upon children but also family and teachers. Article 5 describes the development of an interactive group to contribute to teachers' continuing education, on food and nutrition education. Due to the characteristics of multiple interaction interfaces it is defended the thesis that family, teacher, and media have an influence on food and nutrition education in childhood. The arguments to defend this thesis were built by contributions from authors such as Vitolo (2015); Vigotsky (2000, 2007, 2008); Bourdieu (1983, 2007, 2014); Boff (2011) and official health and educational materials.

**Keywords:** Food and nutrition education. Eating habits. Lifestyle. Continuing teacher education. Child.

## LISTA DE FIGURAS, QUADRO E TABELAS

|   |     |
|---|-----|
| Figura 1 – Organização da tese .....  | 17  |
| Figura 2 – Mapeamento das produções científicas disponíveis nos periódicos do portal da Capes e nas bases de dados Scielo .....   | 18  |
| Figura 3 – Categorias que emergiram da análise dos artigos selecionados .....   | 18  |
| Quadro 1 – Síntese dos trabalhos encontrados nos periódicos representados por categorias de análise .....   | 37  |
| Tabela 1 – Distribuição das crianças por sexo e estado nutricional em relação à faixa etária .....  | 63  |
| Tabela 2 – Estilo de vida das crianças e familiares de acordo com o uso de algum tipo de tecnologia digital e prática de atividade física em relação à faixa etária .....                     | 64  |
| Tabela 3 – Consumo de líquido durante as refeições entre crianças e familiares em relação à faixa etária .....  | 66  |
| Tabela 4 – Número de refeições, preferência de alimentos, motivo comer, opinião sobre alimentação saudável e local onde aprendeu sobre alimentação saudável entre crianças e familiares ..... | 66  |
| Tabela 5 – Motivo do consumo de frutas, verduras e guloseimas entre crianças e familiares .....   | 69  |
| Tabela 6 – As propagandas sobre alimento auxiliam na escolha para a compra dos alimentos? .....   | 100 |

## LISTA DE ABREVIATURAS

ATD – Análise Textual Discursiva

BNCC – Base Nacional Comum Curricular

CEP – Comitê de Ética em Pesquisa

DM2 – Diabetes Mellitus Tipo 2

EAN – Educação Alimentar e Nutricional

EB – Educação Básica

EI – Educação Infantil

EMEB – Escola Municipal de Educação Básica

EMEI – Escola Municipal de Educação Infantil

FNDE – Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação

IMC – Índice de Massa Corporal

MEC – Ministério da Educação

OMS – Organização Mundial da Saúde

PCN – Parâmetros Curriculares Nacionais

PNAE – Programa Nacional de Alimentação Escolar

PNAN – Política Nacional de Alimentação e Nutrição

TCALE – Termo de Consentimento e Assentimento Livre e Esclarecido

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TV – Televisão

UFRGS – Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul

UNIJUÍ – Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul

WHO – World Health Organization

## SUMÁRIO

|  |     |
|--|-----|
| <b>INTRODUÇÃO</b> .....  | 13  |
| <b>REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....   | 23  |
| <b>ARTIGO 1</b>  |     |
| <b>EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL E A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA INFÂNCIA</b> .....              | 32  |
| <b>ARTIGO 2</b>  |     |
| <b>A INFLUÊNCIA DA FAMÍLIA PARA A FORMAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES E ESTILOS DE VIDA NA INFÂNCIA</b> ..... | 58  |
| <b>ARTIGO 3</b>  |     |
| <b>PERCEPÇÕES DOS PROFESSORES REFERENTES À EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA</b> .....          | 78  |
| <b>ARTIGO 4</b>  |     |
| <b>A INFLUÊNCIA DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO SOBRE AS ESCOLHAS ALIMENTARES</b> .....                           | 95  |
| <b>ARTIGO 5</b>  |     |
| <b>EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: UMA POSSIBILIDADE DE TRABALHO EM EQUIPE</b> .....                     | 112 |
| <b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....  | 142 |
| <b>ANEXOS</b> .....  | 150 |
| <b>TERMO DE CONFIDENCIALIDADE</b> .....  | 150 |
| <b>CARTA DE AUTORIZAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DE PESQUISA</b> .....  | 151 |
| <b>TERMO DE CIÊNCIA DA ORIENTADORA</b> .....   | 152 |
| <b>TERMO DE ASSENTIMENTO</b> .....   | 153 |
| <b>TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA MENORES DE 18 ANOS</b> .....                            | 154 |
| <b>TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA MAIORES DE 18 ANOS</b> .....                            | 156 |
| <b>TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PROFESSORES</b> .....                                   | 158 |
| <b>QUESTIONÁRIO CRIANÇAS</b> .....   | 160 |
| <b>QUESTÕES PARA OS FAMILIARES</b> .....   | 162 |
| <b>QUESTIONÁRIO PROFESSORES</b> .....  | 164 |
| <b>QUESTIONÁRIO: CONCEPÇÕES DE PROFESSORES SOBRE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL</b> .....                | 165 |

## INTRODUÇÃO

A educação alimentar e nutricional (EAN), com a constituição dos hábitos alimentares e de características dos estilos de vida, iniciam na infância e se sustentam na juventude, condicionando a vida das pessoas. Pesquisas desenvolvidas em período escolar podem proporcionar reflexões importantes para a formação de conceitos referentes à EAN de crianças, considerando as influências da família, do professor e de meios de comunicação.

Estudos mostram que existe um alto percentual de inadequação no consumo alimentar de jovens universitários e em idade escolar (PIASETZKI *et al.*, 2012; PIASETZKI, 2014; BRACHT *et al.*, 2013), indicando a importância da realização de investigação, envolvendo jovens estudantes, a fim de contribuir na internalização dos conceitos e na sensibilização para adoção de hábitos saudáveis.

Com esta preocupação, durante a realização do Mestrado em Educação nas Ciências, na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí), realizei um estudo com estudantes de educação básica de uma escola pública de Ijuí sobre EAN, como uma temática constitutiva do currículo escolar. Avaliei os hábitos alimentares e os estilos de vida de adolescentes, período em que estão mais propensos a mudanças tanto corporais quanto de estilo de vida, bem como relacionei esses conhecimentos com os conceitos disciplinares, por meio de um trabalho coletivo, com foco na Situação de Estudo “Nutrição e Qualidade de Vida” (PIASETZKI, 2014).

A pesquisa mostrou que a EAN, articulada ao currículo escolar, contribuiu para a produção de entendimentos em relação a uma alimentação saudável e para a aprendizagem dos conteúdos escolares. Estes, porém, foram apenas os primeiros passos de um longo e contínuo caminho que visa à promoção da EAN no ambiente escolar. Os resultados desta pesquisa indicaram que o espaço escolar é um local propício para produzir bons hábitos de vida, além de ser um ambiente promotor de conhecimento sistematizado capaz de constituir estudantes com capacidade mais crítica (PIASETZKI, 2014).

Duas questões foram levantadas pelos estudantes referentes à importância de a EAN ser iniciada na infância, por, segundo eles, ser mais fácil formar hábitos alimentares saudáveis do que mudá-los depois de já formados, e a necessidade de incluir a família no processo de EAN, pois, na maioria das vezes, são os pais que levam para casa os alimentos que serão consumidos por toda a família (PIASETZKI, 2014).

Estas colocações e outros aspectos importantes identificados durante o Mestrado levaram-me a pensar em um novo estudo, agora contemplando o Doutorado. Considerei que não há fórmula mágica para a EAN, nem para prevenir as doenças causadas pela má alimentação e hábitos de vida desregrados, mas ela pode ser construída por nós, e cada indivíduo é responsável pelo que faz com o seu corpo, porém a família, o nutricionista, o professor e os meios de comunicação podem interagir com os sujeitos, constituindo juntamente com eles, hábitos de alimentação e estilos de vida saudáveis.

De acordo com o Marco de Referência de EAN para as Políticas Públicas, a EAN abrange desde os aspectos relacionados ao alimento e à alimentação até os processos de produção, abastecimento e transformação dos alimentos em relação aos aspectos nutricionais (BRASIL, 2012a).

A EAN é um campo de ação da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde e tem sido considerada uma estratégia fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos. Entre seus resultados potenciais identifica-se a contribuição na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis e deficiências nutricionais, bem como a valorização das diferentes expressões da cultura alimentar, o fortalecimento de hábitos regionais, a redução do desperdício de alimentos, a promoção do consumo sustentável e da alimentação saudável (BRASIL, 2012a, p. 13).

Para compreender melhor os termos alimentar e nutricional, começamos pelo significado da palavra Alimentação:

A alimentação é um ato voluntário e consciente. Ela depende totalmente da vontade do indivíduo e é o homem quem escolhe o alimento para o seu consumo. A alimentação está relacionada com as práticas alimentares, que envolvem opções e decisões quanto à quantidade; o tipo de alimento que comemos; quais os que consideramos comestíveis ou aceitáveis para nosso padrão de consumo; a forma como adquirimos, conservamos e preparamos os alimentos; além dos horários, do local e com quem realizamos nossas refeições (BRASIL, 2007, p. 16).

A alimentação não ocorre apenas para suprir as necessidades biológicas; ela está internalizada na cultura do indivíduo e depende de sua vontade e disponibilidade. Segundo a Política Nacional de Alimentação e Nutrição, a alimentação é um elemento de humanização das práticas de saúde. Ela expressa as relações sociais, valores e história do indivíduo e dos grupos populacionais, além de ter implicações diretas na saúde e na qualidade de vida (BRASIL, 2012a). Já o significado da palavra Nutrição está acima da vontade do sujeito:

A nutrição é um ato involuntário, uma etapa sobre a qual o indivíduo não tem controle. Começa quando o alimento é levado à boca. A partir desse momento, o sistema digestório entra em ação, ou seja, a boca, o estômago, o intestino e outros órgãos desse sistema começam a trabalhar em processos que vão desde a trituração dos alimentos até a absorção dos nutrientes, que são os componentes dos alimentos que consumimos e são muito importantes para a nossa saúde (BRASIL, 2007, p. 16).

A Nutrição é o estado fisiológico resultante do consumo alimentar e da utilização biológica de energia e nutrientes em nível celular (BRASIL, 2013). Ou seja, ela independe da vontade do indivíduo e é um processo autônomo do corpo, mas é consequência da alimentação.

Desse modo, de acordo com o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas,

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, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar (BRASIL, 2012a, p. 23).

A EAN faz parte de um conjunto de estratégias criadas para promover a alimentação adequada e saudável.

*Alimentação adequada e saudável:* prática alimentar apropriada aos aspectos biológicos e socioculturais dos indivíduos, bem como ao uso sustentável do meio ambiente. Deve estar de acordo com as necessidades de cada fase do curso da vida e com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; ser acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade; baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis; com quantidades mínimas de contaminantes físicos, químicos e biológicos (BRASIL, 2012b, p. 67).

Acredito que a internalização de conceitos a respeito de uma alimentação e estilo de vida saudáveis podem ser mais efetivas quando iniciadas na infância, uma etapa importante para a construção de conhecimentos, caracterizada por Vigotsky (2008) como estágio inicial da formação das primeiras associações para a formação de conceitos.

Para qualquer medida educativa ser tomada, no entanto, é necessário, inicialmente, caracterizar uma população-alvo e compreender, no caso, quais as influências para a educação alimentar e nutricional na infância, pois, de acordo com Vigotsky (2008, p. 24), “*o verdadeiro curso do desenvolvimento do pensamento não vai do individual para o socializado, mas do social para o individual*”. De acordo com esta concepção, entendemos que se o meio em que as crianças convivem for um espaço rico em exemplos saudáveis e medidas educativas para a promoção da alimentação e estilos de vida saudáveis, associados aos conteúdos escolares, consequentemente o pensamento delas irá se desenvolver considerando o conceito de EAN.

Considerando o contexto aqui referido, a Tese tem o **objetivo geral de investigar a influência da família, do professor e dos meios de comunicação na educação alimentar e nutricional na Infância.**

Objetivos específicos:

- Identificar e analisar o que e como vem sendo investigado sobre a temática educação alimentar e nutricional e formação de hábitos alimentares na infância.
- Identificar e analisar os hábitos alimentares e estilos de vida de alunos e familiares de uma Escola Municipal de Educação Básica e uma Escola Municipal de Educação Infantil de um município da Região Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, na perspectiva de compreender a influência da família para a formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância.
- Compreender as concepções dos professores referentes à EAN e quais as estratégias de ensino que eles utilizam para desenvolver os conceitos de alimentação e nutrição humana em suas salas de aula e como significam esses conceitos na sua vida e no ensino de seus alunos.
- Compreender a influência dos meios de comunicação de maior acesso da população em estudo sobre as escolhas alimentares de crianças, familiares e professores.
- Constituir um grupo interativo na perspectiva de contribuir para a formação continuada de professores/educadores e sobre o significado de alimentação saudável e nutrição humana.

A Tese foi conduzida pela seguinte questão central de pesquisa:

**Que influência a família, o professor, e os meios de comunicação têm na educação alimentar e nutricional na infância?**

Com esta questão busco defender a tese de que **a constituição dos hábitos alimentares e dos estilos de vida ocorrem por meio das interações dos indivíduos com o meio em que estes estão inseridos, e a família, o professor e os meios de comunicação podem influenciar na educação alimentar e nutricional na infância.**

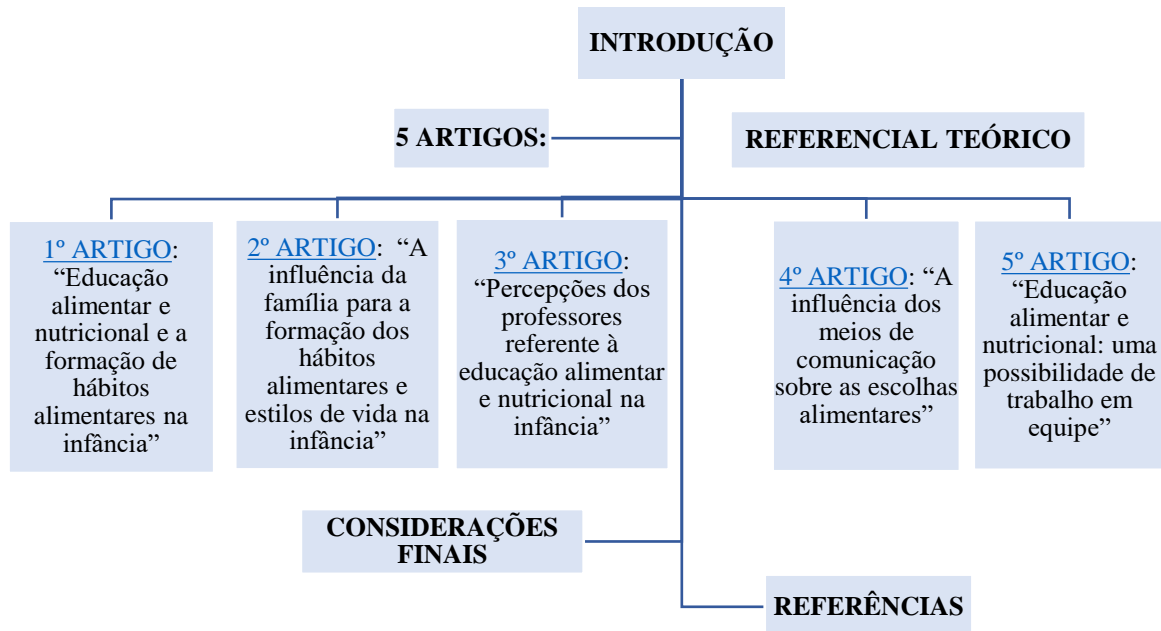
A pesquisa caracteriza-se como um estudo transversal, de caráter descritivo e abordagem quantitativa e qualitativa. Foi realizada em uma Escola de Educação Infantil e em uma Escola de Educação Básica de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul. Os instrumentos utilizados foram questionários e transcrições de gravações em encontros de formação. Foram envolvidos 100 alunos, com suas respectivas famílias (100), e 18 professores. Os dados empíricos são resultantes de questionários, entrevistas e transcrições de gravações feitos em encontros de formação na escola. Os dados qualitativos foram analisados com base nos argumentos de Moraes e Galiazzi (2016) sobre análise textual discursiva. Os dados quantitativos foram analisados no *software* R.

O Projeto de Tese foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, com o parecer consubstanciado número 33.159. A pesquisa foi desenvolvida de maneira a contemplar todos os preceitos éticos contidos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, no que se refere à pesquisa envolvendo seres humanos.



A tese está organizada no formato de artigos científicos, sendo constituída por 5 artigos, estando um publicado na Revista Contexto & Educação, qualis no ensino A2.

Figura 1 – Organização da Tese



Fonte: Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki.

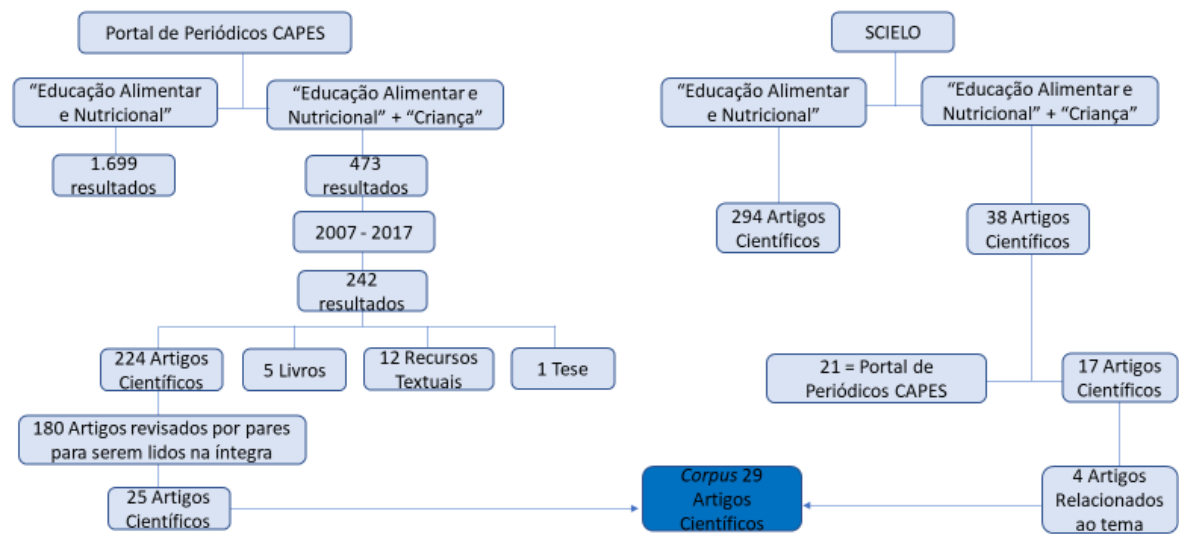
### **1º ARTIGO: “Educação Alimentar e Nutricional e a Formação de Hábitos Alimentares na Infância”**

O objetivo deste artigo foi identificar e analisar o que e como vem sendo investigado sobre a temática educação alimentar e nutricional e formação de hábitos alimentares na infância. Apropriei-me do referencial teórico que compõe os estudos sobre a educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância, realizei um mapeamento das produções científicas disponíveis nos periódicos do portal da Capes e nas bases de dados SCIELO, no período de janeiro de 2007 a dezembro de 2017, e utilizei para busca os descritores “Educação Alimentar e Nutricional + Criança”.

A pesquisa é qualitativa do tipo revisão sistemática. Para análise do *corpus* usei a Análise Textual Discursiva (ATD) de Moraes e Galiazzi (2016).

A Figura a seguir mostra uma síntese do processo de mapeamento das produções científicas no portal da Capes e nas bases de dados Scielo.

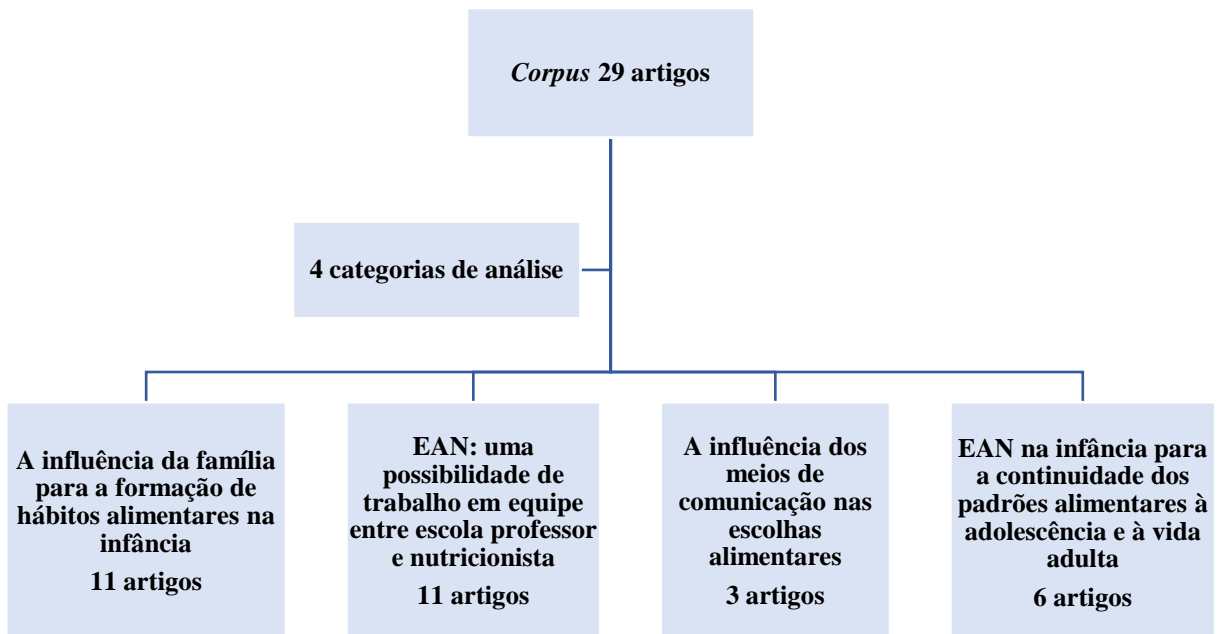
Figura 2 – Mapeamento das produções científicas disponíveis nos periódicos do portal da Capes e nas bases de dados Scielo



Fonte: Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki.

Compuseram o *corpus* da pesquisa 29 artigos científicos, dos quais emergiram 4 categorias de análise.

Figura 3 – Categorias que emergiram da análise dos artigos selecionados



Fonte: Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki.

A importância atribuída à revisão bibliográfica deu-se pela necessidade de compreender uma parcela dos conhecimentos produzidos e validados sobre a educação alimentar e nutricional na infância.

Considerando as categorias que emergiram da análise da pesquisa, concluímos que a família, a escola, o professor, o nutricionista e os meios de comunicação têm significativa influência para a educação alimentar e nutricional e a formação dos hábitos alimentares na infância.

Existem diversos estudos sobre a EAN na Infância, mas, na maioria das vezes, não passam de atividades pontuais.

Por isso, emerge a necessidade de aprofundamento de pesquisas e ações de educação alimentar e nutricional de modo sistemático e na interação de diferentes sujeitos, conforme proposto pelo referencial histórico cultural.

As categorias de análise emergentes deste artigo serviram também para nortear o rumo que tomaria a análise dos dados e escrita dos demais artigos da Tese. Essa relação foi necessária em razão do formato da Tese, por esta ter seus capítulos apresentados em forma de artigos científicos, com este artigo já publicado e os demais objetivando a publicação.

## **2º ARTIGO: “A Influência da Família para a Formação dos Hábitos Alimentares e Estilos de Vida na Infância”**

Neste momento do estudo tive como objetivo identificar e analisar os hábitos alimentares e estilos de vida de alunos e familiares das duas escolas de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul, na perspectiva de compreender a influência da família para a formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância.

Apresento uma pesquisa de abordagem quantitativa, na qual participaram o total de 200 sujeitos, sendo 100 crianças com seus respectivos pais ou familiares (100). A análise estatística dos dados quantitativos foi realizada no *software* R. Investiguei o estado nutricional das crianças e os estilos de vida e hábitos alimentares destas e seus familiares.

### **3º ARTIGO: “Percepções dos professores referentes à educação alimentar e nutricional na infância”**

Este artigo foi definido por ser o professor quem convive grande parte do tempo com as crianças em idade escolar e, portanto, pode influenciar significativamente nos hábitos alimentares delas. É uma das categorias de análise que emergiu na revisão bibliográfica (primeiro artigo), e seus objetivos se deram também por influência do referencial teórico estudado, a fim de compreender as concepções dos professores referentes à EAN e quais as estratégias de ensino que eles utilizam para desenvolver os conceitos de alimentação e nutrição humana em suas salas de aula, e como significam esses conceitos nas suas vidas e no ensino de seus alunos.

Participaram desta etapa da pesquisa professoras, coordenadoras e auxiliares de uma Escola de Educação Infantil e de uma Escola de Educação Básica de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul.

### **4º ARTIGO: “A influência dos meios de comunicação sobre as escolhas alimentares”**

Este artigo também foi definido por ser uma categoria de análise estabelecida no artigo 1, visando a compreender a influência dos meios de comunicação de maior acesso da população em estudo sobre as escolhas alimentares de professores, alunos e familiares de duas Escolas Públicas de um município do Interior do Estado do Rio Grande do Sul.

A pesquisa é qualitativa e os dados foram coletados mediante entrega de questionários respondidos pelas crianças, familiares e professores das escolas envolvidas no estudo. Os questionários e as respectivas respostas foram revisados, padronizados e digitados em uma planilha eletrônica para tabulação e análise. Os argumentos de Moraes e Galiuzzi (2016) sobre análise textual discursiva nortearam a análise das questões abertas.

Contamos com a participação de 100 crianças de 2 a 12 anos de idade com seus respectivos familiares (100), e 14 professores.

## **5º ARTIGO: “Educação Alimentar e Nutricional: Uma Possibilidade de Trabalho em Equipe”**

Neste artigo o objetivo foi analisar os diálogos decorrentes de formações de educadores na perspectiva do desenvolvimento de trabalho em equipe, que visa à educação alimentar e nutricional das crianças, quando se constituiu grupos de formação de educadores.

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma pesquisa qualitativa e envolveu coordenadoras, professoras, auxiliares, estagiárias e funcionárias de uma Escola de Educação Infantil e de uma Escola de Educação Básica de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul.

Trata-se da análise de diálogos de formações de professores promovida pela Secretaria Municipal de Educação, na qual a autora deste trabalho está inserida.

Foram realizados três encontros formativos que se iniciaram com um roteiro norteador com base nas respostas dos professores a um questionário enviado previamente. Os encontros foram coordenados pela nutricionista pesquisadora.

Nesta tese investiguei a influência da família, do professor e dos meios de comunicação na educação alimentar e nutricional na infância, porque acredito que a educação alimentar e nutricional (EAN) com a constituição dos hábitos alimentares e de características dos estilos de vida, iniciam na infância e se sustentam na juventude, condicionando a vida das pessoas. Também defendo que as pesquisas desenvolvidas na escola podem proporcionar reflexões importantes para a formação de conceitos referentes à EAN de crianças, considerando a influência da família, do professor e de meios de comunicação. Os argumentos para defesa desta tese foram construídos pela contribuição de autores como Vitolo (2015), Vigotsky (2000, 2007, 2008), Bourdieu (1983, 2007, 2014), Boff (2011) e materiais oficiais da área da saúde e educação.

## **REFERÊNCIAS**

BOFF, Eva Teresinha de Oliveira. *Processo interativo: uma possibilidade de produção de um currículo integrado e constituição de um docente pesquisador – autor e ator – de seu fazer cotidiano escolar*. 2011. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Ciências Básicas da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Porto Alegre, RS, 2011.

BOURDIEU, Pierre. 1930. *Pierre Bourdieu: sociologia I*. Organizadora [da coletânea] Renata Ortiz. Tradução Paula Montero e Alicia Auzmendi. São Paulo: Ática, 1983.

BOURDIEU, Pierre. 1930-2002. *A distinção: crítica social do julgamento*. Tradução Daniela Kern e Guilherme F. Teixeira. São Paulo: Edusp; Porto Alegre, RS: Zouk, 2007.

BOURDIEU, Pierre. 1930-2002. *A reprodução: elementos para uma teoria do sistema de ensino*. Pierre Bourdieu/Jean-Claude Passeron. Tradução Reynaldo Bairão. Revisão Pedro Benjamin Garcia e Ana Maria Baeta. 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

BRACHT, C. M.; PIASETZKI, C. T. R.; BUSNELLO, M. B.; BERLEZI, E. M.; FRANZ, L. B. B.; BOFF, E. T. O. Percepção da autoimagem corporal, estado nutricional e prática de atividade física de universitários do Rio Grande do Sul. *O mundo da saúde – Cusc*, v. 3, p. 343-353, 2013 (Impresso). Meio de divulgação: Vários. Disponível em: [http://saocamilosp.br/pdf/mundo\\_saude/106/1831.pdf](http://saocamilosp.br/pdf/mundo_saude/106/1831.pdf).

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. *Módulo 10: alimentação e nutrição no Brasil I*. Org. Maria de Lourdes Carlos Rodrigues *et al.* Brasília: Universidade de Brasília, 2007. 93p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Política Nacional de Alimentação e Nutrição*. Brasília: Ministério da Saúde, 2012b.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. *Glossário temático: alimentação e nutrição*. 2. ed., 2. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. *Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas*. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012a.

MORAES, R.; GALIAZZI, M. C. *Análise textual discursiva*. Ijuí: Ed. Unijuí, 2016.

PIASETZKI, C. T. R.; BRACHT, C. M.; BUSNELLO, M. B.; WINKELMANN, E. R.; BOFF, E. T. O.; FRANZ, L. B. B. Consumo alimentar e prática de atividade física em estudantes universitários. *Biomotriz*, Unicruz, v. 6, p. 6, 2012. Meio de divulgação: Vários. Disponível em: <http://revistaelectronica.unicruz.edu.br/index.php/BIOMOTRIZ/article/view/92>.

PIASETZKI, Cláudia Thomé da Rosa. *Educação alimentar e nutricional: uma temática constitutiva do currículo escolar*. 2014. Dissertação (Mestrado em Educação nas Ciências) – Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí, RS, 2014. Orientadora Eva Teresinha de Oliveira Boff.

VYGOTSKY, L. S. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

VIGOTSKY, L. S. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

VIGOTSKY, L. S. 1896-1934. *A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores*. Organizadores Michel Cole *et al.* Tradução José Cipolla Neto, Luís Silveira Menna Barreto e Solange Castro Afeche. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

VITOLO, M. R. *Nutrição: da gestação ao envelhecimento*. 2. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.

## REFERENCIAL TEÓRICO

A tese teve sua centralidade teórica no referencial histórico-cultural com suas bases em Vigotsky (2000, 2007, 2008), sociológico em Bourdieu (1983, 2007, 2014) e referenciais que fundamentam a Educação Alimentar e Nutricional (EAN), como Brasil (2014), Vitolo (2015) e Boog (2011). Vigotsky (2008) destaca o caráter social da psicogênese do desenvolvimento humano, contribuindo para a compreensão da formação dos hábitos alimentares na infância. O autor afirma que é a cultura que constitui o próprio *lócus* do desenvolvimento, sendo este uma função da interação do ser humano com o meio/grupo social em que está inserido e não como uma função individual, que seja programada biologicamente. Assim, o ser humano não nasce com sua cultura pronta; ela é produzida por meio do convívio em sociedade que definirá os conceitos a serem formados durante o processo de transformação intelectual.

Vigotsky (2008) afirma que a criança desenvolve uma função por intermédio de sua utilização e prática inconsciente e espontaneamente, antes de ter consciência e controle sobre ela. As crianças aprendem por imitação e mediação com os outros, pois é o meio, a sociedade em que esta está inserida, que constituirá o ser humano como histórico-cultural. Inicialmente, a família é a mediadora; na escola, a função de realizar a mediação passa a ser dos professores, que não se restringem a transmitir os conteúdos escolares propostos nos planos de ensino, mas a auxiliar o aluno a produzir novos sentidos e significados aos conhecimentos que trazem de suas vivências de modo a evoluir na direção dos conhecimentos científicos.

Vigotsky (2007, 2008) mostra em suas pesquisas que a criança desenvolve suas faculdades mentais superiores na interação com o outro, e que o processo de formação de conceitos se inicia na infância e desenvolve-se até a adolescência, sempre em interação com os outros. Para compreender como se dá a formação de conceitos em relação à configuração de hábitos alimentares saudáveis na infância, apoio-me no referencial histórico cultural com suas bases em Vigotsky (2007, 2008).

Para Vigotsky (2008), o processo de formação de conceitos passa por três fases básicas, cada uma sendo dividida em vários estágios, pensamento sincrético, pensamento por complexos e pensamento conceitual.

O pensamento sincrético, constituído por três estágios, também chamado de agregação desorganizada, ou amontoado, manifesta-se quando a criança pequena começa a agrupar alguns objetos para resolver um problema, que, nós, adultos, teoricamente com “nossa mente formada”, resolveríamos com a formação de um novo conceito. O primeiro estágio, que representa para a criança o significado de uma determinada palavra artificial, baseia-se em

tentativa e erro no desenvolvimento do pensamento. Assim, pode-se imaginar que é também nesse estágio que a criança vai se familiarizando com os alimentos, para, posteriormente, realizar as associações, que poderão ser relacionadas a uma alimentação rica em produtos naturais, frutas, verduras, enfim, uma alimentação balanceada e saudável, ou a produtos industrializados, como refrigerantes, salgadinhos, balas, biscoitos, ou qualquer outro tipo de “alimento” comprado no supermercado.

O segundo estágio, considerado por Vigotsky (2008) o mais importante no processo para a formação de conceitos, é chamado de pensamento por complexos. Neste, as associações corretas começam a se formar na mente da criança, sendo uma passagem para um nível muito mais elevado, característico de que a criança já superou seu egocentrismo. “O pensamento por complexos já constitui um pensamento coerente e objetivo, embora não reflita as relações objetivas do mesmo modo que o pensamento conceitual” (p. 76). Neste segundo momento, a formação de conceitos, que ocorre na adolescência, já foi iniciada, mas, como os conceitos ainda não estão completos, há a oportunidade de produzir novos significados por meio do uso da palavra em diferentes contextos. Assim, se um adolescente iniciou sua formação de conceitos quando ainda criança, associando alimentação a alimentos industrializados, sem se dar conta de que estes são ricos em calorias, sem demais valores nutritivos, com elevados teores de aditivos químicos ou conservantes, ainda conseguimos interagir com ele sobre os perigos que estes podem causar para a saúde e dialogar sobre o significado de uma alimentação que seja o mais saudável possível.

O terceiro estágio ocorre após o pensamento por complexos completar todo o seu curso de desenvolvimento; é como se o pensamento por complexo fosse uma raiz da formação de conceitos e este terceiro constituísse uma segunda raiz, independente (VIGOTSKY, 2008). Possui uma função genética específica no que diz respeito ao desenvolvimento mental da criança, diferente daquela dos complexos (VIGOTSKY, 2008). Para formar esse conceito é preciso abstrair, isolar elementos e examiná-los em detalhes, separadamente da totalidade do concreto em que se encontram (VIGOTSKY, 2008).

Na adolescência, período em que a formação de conceitos se estabelece, embora não seja concluída, pode se observar que as formas primitivas de pensamento (sincréticas e por complexos) desaparecem gradualmente (VIGOTSKY, 2008). Os conceitos potenciais vão sendo cada vez menos usados e começam a se formar os verdadeiros conceitos (VIGOTSKY, 2008); lembrando que qualquer palavra usada pela criança, mesmo na mais tenra infância, é conceito potencial; a criança a usa sem a consciência do significado, mas esta palavra pode evoluir para, mais tarde, formar os verdadeiros conceitos.



De acordo com Vigotsky (2008), para que um conceito verdadeiro seja formado é preciso abstrair, isolar, conseguir analisar os elementos separados de seu todo. Quando os verdadeiros conceitos estão formados, entre eles a alimentação, se não estiver sendo adequada ao indivíduo, há uma maior dificuldade na adoção ou até mesmo modificação de hábitos alimentares e de estilos de vida mais saudáveis. Assim, acredito que uma criança que iniciou sua formação de conceitos aprendendo sobre uma alimentação e estilos de vida saudáveis, terá maior facilidade para desenvolvê-los durante a adolescência e formar os verdadeiros conceitos, seguindo e mantendo o pensamento saudável para a sua vida adulta. Ainda quanto a este aspecto, a escola e a família apresentam-se como espaço de mediação para este processo de ensino e aprendizagem.

De acordo com Marques e Carvalho (2017, p. 5), embasados pela psicologia histórico-cultural de Vigotsky, “os *significados e os sentidos* medeiam ainda a transformação de determinadas experiências de vida dos sujeitos em *vivências* à medida que levam à produção de sentidos que alteram a forma do homem relacionar-se com a realidade”, sendo a vivência uma “categoria da psicologia sócio histórica fundamental para o entendimento do processo de constituição humana”.

A relação do homem com o mundo e com os outros é sempre uma relação *afetiva* produtora de sentido. Os sentidos são produzidos em virtude dos afetos constituídos nas *vivências* de cada ser humano. Entendemos com isso que são os *afetos* que colocam os indivíduos em situação de atividade ou de passividade, porque são os afetos que determinam a *qualidade do sentido* produzido pelo indivíduo na relação com a realidade. Queremos dizer que enquanto para uns uma vivência pode ser sentida de forma positiva, para outros a mesma situação pode ser vivida de forma negativa. Isso acontece porque cada pessoa produz um sentido para aquilo que vive, cada pessoa sente de forma única e constrói sua relação com dado fenômeno de forma única, mas sempre mediado pelo social e pelo significado historicamente constituído (MARQUES; CARVALHO, 2017, p. 7).

Considerando a importância dos diferentes estágios de formação de conceitos, conforme o pensamento de Vigotsky (2008), sincrético, complexo e conceitual, e as reflexões a respeito destes, entendo que o processo de EAN, com a constituição de hábitos alimentares e estilo de vida saudáveis, tem maior efetividade se iniciado no período da infância, tanto na família quanto na escola. Desse modo, as mediações, impregnadas de saberes sociais diferenciados, possibilitam a elaboração do pensamento conceitual pelo questionamento e estabelecimento de relações, abstração e generalização. Assim, as interações sociais permitem o desenvolvimento das faculdades mentais (VIGOTSKY, 2000).

De acordo com Vigotsky (2008, p. 108), “o estudo dos conceitos científicos como tais tem importantes implicações para a educação e o aprendizado”. Embora a criança não absorva esses conceitos já prontos, “o ensino e a aprendizagem desempenham um importante papel na sua aquisição.

Vigotsky (2008, p. 108), com base em sua observação, afirma que “os conceitos se formam e se desenvolvem sob condições internas e externas totalmente diferentes, dependendo do fato de se originarem do aprendizado em sala de aula ou da experiência pessoal da criança”. A mente da criança “se defronta com problemas diferentes quando assimila os conceitos na escola e quando é entregue aos seus próprios recursos”. Quando se transmite um conhecimento sistemático à criança, ensina-se a ela “muitas coisa que ela não pode ver ou vivenciar diretamente”.

Vigotsky (2008, p. 118-119) ressalta que “o nível de desenvolvimento da criança não deve ser avaliado por aquilo que ela aprendeu através da instrução, mas sim pelo modo como ela pensa sobre assuntos a respeito dos quais nada lhe foi ensinado.” Segundo Vigotsky (2008, p. 119), “aqui, a separação – na verdade, a oposição – entre o aprendizado e o desenvolvimento é levada ao seu extremo.”

A investigação de Vigotsky (2008, p. 126) “mostra que o desenvolvimento das bases psicológicas para o aprendizado de matérias básicas não precede esse aprendizado, mas se desenvolve numa interação contínua com as suas contribuições”, descobrindo que “o aprendizado geralmente precede o desenvolvimento”. Para Vigotsky (2008, p. 126), “a criança adquire certos hábitos e habilidades numa área específica, antes de aprender a aplicá-los consciente e deliberadamente. Nunca há um paralelismo completo entre o curso do aprendizado e o desenvolvimento das funções correspondentes”.

Conforme Vigotsky (2008, p. 127), o desenvolvimento intelectual, “não é compartimentado de acordo com os tópicos do aprendizado. O seu percurso é muito mais unitário, e as diferentes matérias escolares interagem, contribuindo com ele”. De acordo com os experimentos de Vigotsky (2008, p. 127-128), “os pré-requisitos psicológicos para o aprendizado de diferentes matérias escolares são, em grande parte, os mesmos; o aprendizado de uma matéria influencia o desenvolvimento das funções superiores para além dos limites dessa matéria específica”. A forma como é realizada a EAN, portanto, precisa ser diferente nas diversas faixas etárias.

De acordo com Vigotsky (2008, p. 107), “o aprendizado é uma das principais fontes de conceitos da criança em idade escolar, e é também uma poderosa força que direciona o seu desenvolvimento, determinando o destino de todo o seu desenvolvimento mental.”

Os anos escolares são, no todo, o período ótimo para o aprendizado de operações que exigem consciência e controle deliberado; o aprendizado dessas operações favorece enormemente o desenvolvimento das funções psicológicas superiores enquanto ainda estão em fase de amadurecimento. Isso se aplica também ao desenvolvimento dos conceitos científicos que o aprendizado escolar apresenta à criança (VIGOTSKY, 2008, p. 131).

Vigotsky (2008, p. 129) vai afirmar que a criança aprende por imitação. Consoante ele, “para imitar é necessário possuir os meios para se passar de algo que já se conhece para algo novo. Com o auxílio de uma outra pessoa, toda criança pode fazer mais do que faria sozinha – ainda que se restringindo aos limites estabelecidos pelo grau de seu desenvolvimento”. No desenvolvimento da criança

a imitação e o aprendizado desempenham um papel importante. Trazem à tona as qualidades especificamente humanas da mente e levam a criança a novos níveis de desenvolvimento. Na aprendizagem da fala, assim como na aprendizagem das matérias escolares, a imitação é indispensável. O que a criança é capaz de fazer hoje em cooperação, será capaz de fazer sozinha amanhã. Portanto, o único tipo positivo de aprendizado é aquele que caminha à frente do desenvolvimento, servindo-lhe de guia; deve voltar-se não tanto para as funções já maduras, mas principalmente para as funções em amadurecimento (VIGOTSKY, 2008, p. 129-130).

Do mesmo modo ocorre com a alimentação. A criança imita o outro, imita a família e os colegas ao dizer “eca” para algum alimento que “pensa não gostar”, antes mesmo de ter experimentado. Ela também imita o colega que leva à boca, experimenta e come o alimento. Imita o professor e o adulto de referência no período em que está na escola.

Vitolo (2015) afirma que uma complexa rede de influências genéticas e ambientais forma os hábitos alimentares. “Existem predisposições genéticas para se gostar ou não de determinados alimentos e diferenças na sensibilidade para alguns gostos e sabores herdados dos pais”. Não obstante, “essa influência genética vai sendo moldada ao longo da vida” (VITOLLO, 2015, p. 202), pois, segundo Vigotsky (2008), o ser humano constitui-se em sujeito histórico cultural, e, sendo assim, o meio em que está inserido será responsável pela constituição de seus hábitos alimentares e estilos de vida.

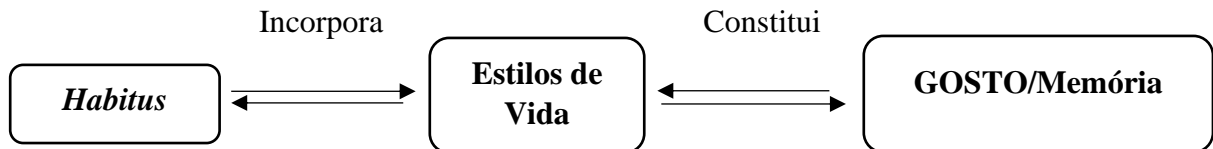
Desse modo, uma criança não pode ser responsabilizada psicologicamente por seus hábitos alimentares e estilos de vida, pois ela os aprende com sua família e os coloca em prática em seu cotidiano, ou seja, ela é influenciada pelo meio em que está inserida. Assim, as práticas alimentares e estilos de vida cotidianos, mesmo ainda inconscientes, vão se repetindo, geralmente influenciados por imitação e tornando-se um hábito.

De acordo com o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), os hábitos adquiridos durante a infância e adolescência “são fáceis de serem mantidos na vida adulta e durante o envelhecimento” (BRASIL, 2018, p. 30). “A comida de que gostamos, os temperos que preferimos, o cheirinho que sentimos e que nos enche a boca de água, tudo se refere aos hábitos que adquirimos quando ainda éramos crianças” (BRASIL, 2018, p. 30). Assim, entendemos porque as práticas alimentares e estilos de vida fazem parte do que Bourdieu (2007) denomina de *habitus*, estes que adotamos quando crianças e seguimos por toda nossa vida.

Bourdieu (2007, p. 165) argumenta que o *habitus se constitui no*

princípio unificador e gerador de todas as práticas. O gosto, propensão e aptidão para a apropriação – material e/ou simbólica – de determinada classe de objetos ou de práticas classificadas e classificantes é a fórmula geradora que se encontra na origem do estilo de vida.

Com a interpretação do referencial teórico de Bourdieu (2007), podemos considerar que:



Fonte: Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki.

O *habitus*, considerado estrutura incorporada, sendo esquema de percepção, pensamento, prática e ações internalizados pelos agentes, é produzido pelo estilo de vida, que é constituído pelo conjunto de ações e escolhas incorporadas nos agentes que fazem parte de determinado grupo social.

Bourdieu (2007) relaciona o conceito de gosto com o *habitus*, que se origina das experiências individuais e coletivas do sujeito.

oposições de estrutura semelhante as que se observam em matéria de consumo cultural encontram-se, também, em matéria de consumo alimentar: a antítese entre a quantidade e a qualidade, a grande comilança e os quitutes, a substância e a forma ou as formas, encobre a oposição, associada a distanciamentos desiguais à necessidade, entre o gosto de necessidade – que, por sua vez, encaminha para os alimentos, a um só tempo, mais nutritivos e mais econômicos – e o gosto de liberdade – ou de luxo – que, por oposição a comezaina popular, tende a deslocar a ênfase da matéria para a maneira (de apresentar, de servir, de comer, etc.) por um expediente de estilização que exige a forma e às formas que operem uma denegação da função (BOURDIEU, 2007, p. 13).

O *habitus*, para Bourdieu, é “*princípio gerador* de práticas objetivamente classificáveis e ao mesmo tempo, *sistema de classificação* de tais práticas” (2007, p. 162). O *espaço dos estilos de vida* é o *mundo social representado* e se constitui “na relação entre as duas capacidades que definem o *habitus*, ou seja, capacidade de produzir práticas e obras classificáveis, além da capacidade de diferenciar e de apreciar essas práticas e esses produtos (gosto)”.

Assim, considero que o gosto se dá pelo contexto de experiências individuais e coletivas, cultural e socialmente construído, posto que o *habitus* é responsável por um agente ser detentor de um gosto, pois as condições objetivas de existência associam-se às preferências (BOURDIEU, 2007).

Se as escolhas dos indivíduos são proporcionadas por seus *habitus* e o estilo de vida resulta das disposições e possibilidades encontradas pelo indivíduo em seu meio, neste contexto é preciso criar o hábito na criança de se alimentar bem, de ter um estilo de vida saudável, simplesmente porque é necessário para a sua qualidade de vida e saúde.

O conceito de *habitus*, para Bourdieu (2007), inicia seu desenvolvimento na primeira socialização da criança com a família, que é considerada uma das esferas de socialização mais importantes.

Do mesmo modo, o início da formação de hábitos alimentares também tem seu estágio inicial mediado pela família. Em seguida, Bourdieu destaca a escola como o próximo espaço de constituição de *habitus*.

A evolução da Escola depende não somente da força das coerções externas, mas também da coerência de suas estruturas, isto é, tanto da força de resistência que ela pode opor ao acontecimento, quanto de seu poder de selecionar e reinterpretar os acasos e as influências de acordo com uma lógica cujos princípios gerais são dados desde o momento em que a função de inculcação de uma cultura herdada do passado é assumida por uma instituição especializada que tem a seu serviço um corpo de especialistas (BOURDIEU, 2014, p. 185).

A partir da idade escolar ampliam-se os meios de convivência social da criança, e a oferta de alimentos e os estilos de vida tendem a se modificar. Nesse momento, os hábitos alimentares com a promoção de uma alimentação e estilos de vida saudáveis, também passam a ser de responsabilidade da comunidade escolar.

Se, porém, considerarmos que a prática é traduzida por Bourdieu (1983, p. 16) por uma “estrutura estruturada predisposta a funcionar como estrutura estruturante, explicita-se que a noção de *habitus* não somente se aplica à interiorização das normas e valores, mas inclui os sistemas de classificações que preexistem (logicamente) as representações sociais”. Para Bourdieu (1983, p. 16), “o *habitus* pressupõem um conjunto de esquemas generativos que presidem a escolha; eles se reportam a um sistema de classificação que é, logicamente, anterior à ação”. Assim, “a estrutura implica, portanto, uma ação estruturante, uma vez que as categorias de classificação presidem a prática do indivíduo que as internalizou” (BOURDIEU, 1983, p. 16).

Nesse contexto, as estruturas de um *habitus* anterior comandam o processo de estruturação de novos *habitus*, que serão produzidos por novas exigências pedagógicas (BOURDIEU, 1983, p. 18). Bourdieu remete-se ao *habitus* adquirido na família como o princípio da estruturação das experiências escolares, que, por mais que seja transformado pela

escola, tem como princípio de estruturação as experiências anteriores. Desse modo, os hábitos prévios de alimentação e estilos de vida das crianças, originários da família, precisam ser levados em conta na escola.

Considerando que as crianças aprendem por imitação, dar o exemplo e mediar a EAN é uma estratégia significativamente importante para o professor, que não se restringe a ensinar os conteúdos propostos, mas a auxiliar o aluno a significar seus conhecimentos prévios, facilitando o processo de aprendizagem.

Ao discutir concomitantemente Vigotsky e Bourdieu, não tenho a intenção de comparação ou contradição entre os autores, mas, sim, de embasar teoricamente o nosso discurso na Tese.

## REFERÊNCIAS

- BOOG, Maria Cristina Faber. Educação nutricional como disciplina acadêmica. *In: Mudanças alimentares e educação nutricional*. Coordenação Rosa Wanda Diez-Garcia e Ana Maria Cervato-Mancuso. Editor da Série Helio Vannucchi. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.
- BOURDIEU, Pierre. 1930. *Pierre Bourdieu: sociologia I*. Organizadora [da coletânea] Renata Ortiz. Tradução Paula Montero e Alicia Auzmendi. São Paulo: Ática, 1983.
- BOURDIEU, Pierre. 1930-2002. *A distinção: crítica social do julgamento*. Tradução Daniela Kern e Guilherme F. Teixeira. São Paulo: Edusp; Porto Alegre, RS: Zouk, 2007.
- BOURDIEU, Pierre. 1930-2002. *A reprodução: elementos para uma teoria do sistema de ensino*. Pierre Bourdieu/Jean-Claude Passeron. Tradução Reynaldo Bairão. Revisão Pedro Benjamin Garcia e Ana Maria Baeta. 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.
- BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. *Jornada de educação alimentar e nutricional*. Programa Nacional de Alimentação Escolar. Brasília: FNDE, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156p.: il.
- MARQUES, E. S. A.; CARVALHO, M. V. C. Prática educativa bem-sucedida na escola: reflexões com base em L. S. Vigotski e Baruch de Espinosa. *Revista Brasileira de Educação*, v. 22, n. 71, 2017.
- VYGOTSKY. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

VIGOTSKY. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

VIGOTSKY, L. S. 1896-1934. *A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores*. Organizadores Michel Cole *et al.* Tradução José Cipolla Neto, Luís Silveira Menna Barreto e Solange Castro Afeche. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

VITOLLO, M. R. *Nutrição: da gestação ao envelhecimento*. 2. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.

## ARTIGO 1

### EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL E A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA INFÂNCIA<sup>1</sup>

### FOOD AND NUTRITIONAL EDUCATION AND THE FORMATION OF EATING HABITS IN CHILDHOOD

#### RESUMO

A conformação dos hábitos alimentares e de características do estilo de vida inicia-se na infância, é consolidada na adolescência e, frequentemente, mantida na idade adulta. Apresentamos um mapeamento de produções científicas cujo objetivo foi identificar e analisar o que e como vem sendo investigado sobre a temática educação alimentar e nutricional e formação de hábitos alimentares na infância. Foram analisadas as produções científicas disponíveis nos periódicos do portal da Capes e nas bases de dados Scielo, publicadas no período de 2007 a 2017 com a utilização dos descritores “Educação Alimentar e Nutricional + Criança”. Compuseram o *corpus* da pesquisa 29 artigos, dos quais emergiram quatro categorias de análise. A compreensão das categorias foi apoiada no referencial histórico cultural, com base em Vigotsky (2007, 2008). Os artigos analisados mostram que existem estudos sobre Educação Alimentar e Nutricional na Infância, mas, na maioria das vezes, não passam de atividades pontuais, geralmente sem continuidade.

**Palavras-chave:** Educação alimentar e nutricional. Criança. Formação de hábitos alimentares.

#### ABSTRACT

The conformation of eating habits and lifestyle characteristics begins in childhood, it is consolidated in teenage years and often maintained in adulthood. We present a mapping of scientific productions whose objective was to identify and analyze what and how it has been investigated on the theme of food and nutrition education and the formation of eating habits in childhood. We analyzed the scientific production available in Capes portal journals and Scielo databases, published between 2007 and 2017 it was used the descriptors “Food and Nutrition Education + Child”. The research corpus was composed by 29 articles, from which four categories of analysis emerged. The understanding of the categories was supported by the cultural historical reference, based on Vigotsky (2007, 2008). The analyzed papers show that there are studies on Food and Nutrition Education in Childhood, but most of the time, they are only occasional activities, usually without continuity.

**Keywords:** Food and nutritional education. Child. Formation of eating habits.

---

<sup>1</sup> Artigo publicado na Revista *Contexto e Educação*, Ijuí: Editora Unijuí, ano 33, n. 106, set./dez. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21527/2179-1309.2018.106.318-338>. ISSN 2179-1309.



Neste texto apresentamos um mapeamento de produções científicas, com o objetivo de analisar o que vem sendo investigado sobre a educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância, sendo este um tema investigado tanto no campo da saúde quanto no da educação (BRASIL, 2008a, 2014, 1997, 1998, 2013).

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) abrange desde os aspectos relacionados ao alimento e à alimentação até os processos de produção, abastecimento e transformação dos alimentos em relação aos aspectos nutricionais (BRASIL, 2012a).

A EAN é um campo de ação da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde e tem sido considerada uma estratégia fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos. Entre seus resultados potenciais identifica-se a contribuição na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis e deficiências nutricionais, bem como a valorização das diferentes expressões da cultura alimentar, o fortalecimento de hábitos regionais, a redução do desperdício de alimentos, a promoção do consumo sustentável e da alimentação saudável (BRASIL, 2012a, p. 13).

Para compreender melhor os termos Alimentar e Nutricional, começamos pelo significado da palavra Alimentação:

A alimentação é um ato voluntário e consciente. Ela depende totalmente da vontade do indivíduo e é o homem quem escolhe o alimento para o seu consumo. A alimentação está relacionada com as práticas alimentares, que envolvem opções e decisões quanto à quantidade; o tipo de alimento que comemos; quais os que consideramos comestíveis ou aceitáveis para nosso padrão de consumo; a forma como adquirimos, conservamos e preparamos os alimentos; além dos horários, do local e com quem realizamos nossas refeições (BRASIL, 2007, p. 16).

A alimentação não ocorre apenas para suprir as necessidades biológicas; ela está internalizada na cultura do indivíduo e depende de sua vontade e disponibilidade. Segundo a Política Nacional de Alimentação e Nutrição, a alimentação é um elemento de humanização das práticas de saúde. Ela expressa as relações sociais, valores e história do indivíduo e dos grupos populacionais, além de ter implicações diretas na saúde e na qualidade de vida (BRASIL, 2012a). Já o significado da palavra Nutrição está acima da vontade do sujeito:

A nutrição é um ato involuntário, uma etapa sobre a qual o indivíduo não tem controle. Começa quando o alimento é levado à boca. A partir desse momento, o sistema digestório entra em ação, ou seja, a boca, o estômago, o intestino e outros órgãos desse sistema começam a trabalhar em processos que vão desde a trituração dos alimentos até a absorção dos nutrientes, que são os componentes dos alimentos que consumimos e são muito importantes para a nossa saúde (BRASIL, 2007, p. 16).

A Nutrição é o estado fisiológico resultante do consumo alimentar e da utilização biológica de energia e nutrientes em nível celular (BRASIL, 2013). Ou seja, ela independe da vontade do indivíduo e é um processo autônomo do corpo, mas é consequência da alimentação.

Desse modo, de acordo com o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas,

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, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar (BRASIL, 2012a, p. 23).

A EAN faz parte de um conjunto de estratégias criadas para promover a alimentação adequada e saudável.

*Alimentação adequada e saudável:* prática alimentar apropriada aos aspectos biológicos e socioculturais dos indivíduos, bem como ao uso sustentável do meio ambiente. Deve estar de acordo com as necessidades de cada fase do curso da vida e com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; ser acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade; baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis; com quantidades mínimas de contaminantes físicos, químicos e biológicos (BRASIL, 2012c, p. 67).

Estas questões relativas à saúde começaram a ganhar mais espaço no contexto escolar a partir de 1971 com a Lei 5.692, artigo 7º, que estabeleceu a obrigatoriedade de inclusão de Programas de Saúde nos currículos de 1º e 2º Graus. Gradativamente a abordagem do tema saúde aprofundou-se, culminando na perspectiva transversal por meio dos Parâmetros Curriculares Nacionais – PCNs – (BRASIL, 1998) e, no momento atual, mediante a Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2017). Sob essa abordagem, o currículo aporta as principais questões de saúde, cuja concepção considera determinantes sociais bem como as dimensões individuais e coletivas (BRASIL, 2012b).

Torna-se importante, então, o desenvolvimento e a compreensão de estratégias que promovam a conformação dos hábitos alimentares e características do estilo de vida saudáveis como algo constitutivo do currículo escolar. Nesta linha de pensamento, Vigotsky (2007, p. 87) afirma:

Os problemas encontrados na análise psicológica do ensino não podem ser corretamente resolvidos ou mesmo formulados sem nos referirmos à relação entre o aprendizado e o desenvolvimento em crianças em idade escolar. Este ainda é o mais obscuro de todos os problemas básicos necessários à aplicação de teorias de desenvolvimento da criança aos processos educacionais. É desnecessário dizer que essa falta de clareza teórica não significa que o assunto esteja completamente à margem dos esforços correntes de pesquisa em aprendizado; nenhum dos estudos pode evitar essa questão teórica central.

Defendemos que a internalização de conceitos e a conscientização a respeito de uma alimentação e estilo de vida saudáveis, podem proporcionar mudanças de hábitos alimentares com maior efetividade quando iniciadas na infância e na juventude. Estudar e discutir as questões da alimentação e estilo de vida com estudantes de Educação Básica pode contribuir para a construção de aprendizagens inerentes ao currículo escolar numa abordagem integral do sujeito.

Para compreender como se dá a formação de conceitos em relação à configuração de hábitos alimentares saudáveis na infância, apoiamo-nos no referencial histórico cultural de Vigotsky (2007, 2008). O autor mostra, em suas pesquisas, que a criança desenvolve suas faculdades mentais superiores na interação com o outro, e que o processo de formação de conceitos se inicia na infância e desenvolve-se até a adolescência, sempre em interação com os outros.

Considerando a necessidade de identificar e analisar o que vem sendo divulgado sobre o tema, realizamos um mapeamento dos artigos científicos publicados no Portal de Periódicos da Capes e nas bases de dados Scielo no período de 2007 a 2017. A questão central norteadora do processo de pesquisa é: O que se mostra sobre a educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância, nas produções científicas disponíveis nos periódicos do portal da Capes e nas bases de dados Scielo, publicadas no período de 2007 a 2017? Temos como hipótese que houve avanços nas produções científicas em relação a esta temática, mas, pelo que se observa na realidade escolar, ainda são insuficientes para compreender como se dá a formação de hábitos alimentares saudáveis de modo articulado com o currículo escolar.

## **OS PRESSUPOSTOS TEÓRICO-METODOLÓGICOS**

A pesquisa é qualitativa do tipo revisão sistemática e constitui-se na primeira etapa de realização de tese de Doutorado. Fizemos um mapeamento das produções científicas disponíveis nos periódicos do portal da Capes e nas bases de dados Scielo no período de janeiro de 2007 a dezembro de 2017. Utilizamos para a busca os descritores “Educação Alimentar e Nutricional + Criança”.

No Portal de Periódicos da Capes, com o termo “Educação Alimentar e Nutricional”, encontramos 1.699 resultados. Como estes foram da população em geral, optamos por refinar a busca com a inclusão do termo “Criança”, obtendo, para estes descritores, 473 resultados. Ao

delimitar o período, de 2007 a 2017, obtivemos 242 resultados. Destes, 224 foram artigos científicos, 5 livros, 12 recursos textuais e 1 tese. Selecionamos apenas os artigos revisados por pares, obtendo um total de 180 artigos científicos, os quais foram lidos e analisados na íntegra. Destes, mesmo abordando o tema criança, a maioria não focalizava o assunto educação alimentar e nutricional, restando apenas 25 artigos ligados diretamente ao tema proposto para o estudo.

Quanto à busca na base de dados Scielo com o termo “Educação Alimentar e Nutricional”, encontramos 294 resultados, e, refinando a pesquisa, com a adição da palavra “criança”, encontramos 38 resultados. Destes 38 artigos, 21 eram os mesmos já encontrados no Portal de Periódicos da Capes. Desse modo, restaram 17 artigos para serem lidos e analisados na íntegra, dos quais apenas 4 apresentaram ligação direta com o tema de estudo. Ao total compuseram o *corpus* da pesquisa 29 artigos científicos.

Para análise do *corpus* utilizamos a Análise Textual Discursiva (ATD) de Moraes e Galiazzi (2016), os quais orientam para um processo de desconstrução, unitarização e categorização. A ATD “corresponde a uma metodologia de análise de informações de natureza qualitativa com a finalidade de produzir novas compreensões sobre os fenômenos e discursos” (p. 13).

A ATD “não pretende testar hipóteses para comprová-las ou refutá-las ao final da pesquisa; a intenção é a compreensão, a reconstrução de conhecimentos existentes sobre os temas investigados” (p. 33). Examinamos a ATD organizando os argumentos em quatro focos, conforme proposto pelos autores. Os três primeiros focos compõem um ciclo, no qual se constituem como elementos principais a *Desmontagem dos Textos*, o *Estabelecimento de Relações* e a *Captação do Novo Emergente*. O quarto foco surge a partir do transcorrer do ciclo como *Um Processo Auto-Organizado*.

O primeiro foco do ciclo de análise – a *Desmontagem dos Textos* –, também chamada de desconstrução e unitarização, consiste, inicialmente, em estabelecer uma relação entre a leitura dos textos e sua interpretação, para possibilitar a construção de significados a partir do conjunto de textos estudados (MORAES; GALIAZZI, 2016). Neste sentido, a ATD caracteriza-se como uma análise fenomenológica pela descrição dos fenômenos, e também como hermenêutica, pela necessidade de interpretação dos mesmos.

O segundo foco – *Estabelecimento de Relações* – consiste no confronto das unidades retiradas do *corpus* e a emergência da categorização de análise. “As categorias são constituintes da compreensão que emerge do processo analítico” (MORAES; GALIAZZI, 2016, p. 44).

Ao definir as categorias e expressá-las “descritivamente a partir dos elementos que as constituem, inicia-se um processo de explicitação de relações entre elas no sentido da construção da estrutura de um metatexto” (MORAES; GALIAZZI, 2016, p. 51). A construção do metatexto compõe o terceiro foco, denominado *Captação do novo emergente*.

O quarto foco da ATD consiste em um processo auto-organizado e complexo, resultante do ciclo como um todo. Deste processo emergem as compreensões.

Entendemos a ATD como uma metodologia de caráter fenomenológico e hermenêutico, em que se valoriza o sujeito em seus modos de expressão dos fenômenos e se interpreta aquilo que se estuda por meio da hermenêutica.

## O PROCESSO DE DESCRIÇÃO E INTERPRETAÇÃO DAS PRODUÇÕES CIENTÍFICAS

Apresentamos, neste item, os resultados obtidos da análise dos 29 artigos que compuseram o *corpus* da pesquisa, posto que somente estes tiveram relação direta com o tema de estudo. A partir da análise do *corpus* da pesquisa emergiram quatro categorias: a) a influência da família para a formação dos hábitos alimentares na infância; b) educação alimentar e nutricional: uma possibilidade de trabalho em equipe entre escola, professor e nutricionista; c) a influência dos meios de comunicação e as empresas de alimentos nas escolhas alimentares; d) EAN na Infância para a continuidade dos padrões alimentares à adolescência e à vida adulta (Quadro 1).

Quadro 1 – Síntese dos trabalhos encontrados nos periódicos representados por categorias de análise

| N | Artigo   | Autor                                      | Periódicos/Período                              | Categorias de análise (2007/2017) |    |    |    |
|---|--|--|---|-----------------------------------|----|----|----|
|   |  |  |   | a)                                | b) | c) | d) |
| 1 | Avaliação do material didático do projeto “Criança Saudável – Educação Dez”.                             | OLIVEIRA, K. S.                            | Interface – Comunicação, Saúde, Educação, 2008. | √                                 |    |    |    |
| 2 | A importância da educação nutricional na infância para prevenção da obesidade.                           | RESENDE, V. A.; NAVARRO, A. C.             | RBONE, 2008.                                    |                                   |    |    | √  |
| 3 | Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família.                            | ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. | Revista de Nutrição, 2008.                      | √                                 | √  |    |    |
| 4 | A alimentação orgânica e as ações educativas na escola: diagnóstico para a educação em saúde e nutrição. | CUNHA, E.; SOUSA, A. A.; MACHADO, N. M. V. | Revista Ciência & Saúde Coletiva, 2010.         |                                   | √  |    |    |
| 5 | Projeto “Criança Saudável, Educação Dez”: Resultados com e sem intervenção do nutricionista”.            | DETRREGIACHI, C. R. P.; BRAGA, T. M. S.    | Revista de Nutrição, 2011.                      |                                   | √  |    |    |

|    |   |   |  |   |   |   |   |
|----|---|---|--|---|---|---|---|
| 6  | A pesquisa sobre alimentação no Brasil: sustentando a autonomia do campo alimentação e nutrição.  | PRADO, S. D.; BOSI, M. L. M.; CARVALHO, M. C. V. S.; GUGELMIN, S. A.; KLOTZSILVA, J.; DELMASCHIO, K. L.         | Revista Ciência & Saúde Coletiva, 2011.              |   | √ |   |   |
| 7  | Preferência alimentar de crianças e adolescentes: revelando a ausência de conhecimento sobre a alimentação saudável.  | CAMBRAIA, R. P.; MURTA, N. M. G.; CAMPOS, M. H. O.; BOTELHO, L. A.  | Revista Alimentação e Nutrição, 2012.                |   |   |   | √ |
| 8  | Diabetes mellitus tipo 1: vivência dos pais em relação à alimentação de seu filho.  | CORRÊA, A.; FRANCO, S.; DEMÁRIO, R. L.; SANTOS, F. S.   | Revista Alimentação e Nutrição, 2012.                | √ |   |   |   |
| 9  | Child feeding practices and house hold food in security among low – income mothers in Buenos.   | LINDSAY, A. C.; FERARRO, M.; FRANCELLO, A.; LA BARRERA, L.; MACHADO, M. M. T.; PFEIFFER, M. E.; PETERSON, K. E. | Revista Ciência & Saúde Coletiva, 2012.              |   | √ |   |   |
| 10 | Manutenção dos padrões alimentares da infância à adolescência.  | MADRUGA, S. W.; ARAÚJO, C. L. P.; BERTOLDI, A. D.; NEUTZLING, M. B.   | Revista Saúde Pública, 2012.                         |   |   |   | √ |
| 11 | Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil.  | MAIA, E. R.; LIMA JUNIOR, J. F.; PEREIRA, J. S.; ELOI, A. C.; GOMES, C. C.; NOBRE, M. M. F.                     | Revista de Nutrição, 2012.                           |   | √ |   |   |
| 12 | Hábitos alimentares de pré-escolares: a influência das mães e da amamentação.   | OLIVEIRA, A. S.; SILVA, V. A. P.; ALVES, J. J.; FAGUNDES, D.; PIRES, I. S. C.; MIRANDA, L. S.                   | Revista Alimentação e Nutrição, 2012.                | √ |   |   |   |
| 13 | Era uma vez um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional.  | JUZWIAK, C. R.  | Revista Interface: Comunicação Saúde Educação, 2013. | √ | √ |   |   |
| 14 | Percepções de educadores de creches acerca de práticas cotidianas na alimentação de lactentes: impacto de um treinamento.                                       | LONGO-SILVA, G.; TADDEI, J. A. A. C.; KONSTANTYNER, T.; TOLONI, M. H. A.  | Revista Ciência & Saúde Coletiva, 2013.              |   | √ |   |   |
| 15 | Aconselhamento nutricional de crianças menores de dois anos.  | CAMPOS, A. A. O.; COTA, R. M. M.; OLIVEIRA, J. M. O.; SANTOS, A. K.; ARAÚJO, R. M. A.                           | Ciência & Saúde Coletiva, 2014.                      |   | √ |   |   |
| 16 | Perfis parentais com base nas práticas educativas e alimentares: análises por agrupamento.  | MAYER, A. P. F.; WEBER, L. N. D.; TON, C. T.  | Revista Psicologia, Saúde & Doenças, 2014.           | √ |   |   |   |
| 17 | Caracterização do desenvolvimento da alimentação em crianças de 6 a 24 meses.   | SCHAURICH, G. F.; DELGADO, S. E.  | Revista Cefac, 2014.                                 |   |   |   | √ |
| 18 | Publicidade de alimentos e escolhas alimentares de crianças.  | UEDA, M. H.; PORTO, R. B.; VASCONCELOS, L. A.   | Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa, 2014          |   |   | √ |   |
| 19 | Alimentação saudável e dificuldades para torná-la uma realidade: percepções de pais/responsáveis por pré-escolares de uma creche em Belo Horizonte/ MG, Brasil. | BENTO, I. C.; ESTEVES, J. M. M.; FRANÇA, T. E.  | Revista Ciência & Saúde Coletiva, 2015.              | √ |   |   |   |
| 20 | Capacitação de crianças com dificuldades intelectuais para boas práticas alimentares.   | BONÉ, M. A.; BONITO, J.; CALDEIRA, V.   | Revista Holos, 2015.                                 |   | √ |   |   |
| 21 | Fatores associados ao consumo de bebidas açucaradas entre pré-escolares brasileiros: inquérito nacional de 2006.  | VEGA, J. B.; POBLACION, A. P.; TADDEI, J. A. A. C.  | Ciência & Saúde Coletiva, 2015.                      |   |   | √ |   |
| 22 | Educational software and improvement of first grade school students' knowledge about prevention of overweight and obesity.                                      | COELHO, L. S. V. A.; NOVAIS, F. R. V. N.; MACEDO, G. A.; SANTOS, J. N. N.; SOUSA, V. L.; MENDES, L. A. M.       | Invest. Educ. Enferm, 2016.                          |   | √ |   |   |
| 23 | Representations by Caregivers, Teachers, and Children on Food, Nutrition, Health, and School Breakfast.   | GALLEGOS-MARTÍNEZ J.; REYES-HERNÁNDEZ, J.   | Revista Invest. Educ. Enferm., 2016                  | √ |   |   |   |
| 24 | Comportamento alimentar no campo da alimentação e nutrição: Do que estamos falando?   | KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M.  | Physis Revista de Saúde Coletiva, 2016.              |   |   |   | √ |

|                         |   |   |  |           |           |          |          |   |
|-------------------------|---|---|--|-----------|-----------|----------|----------|---|
| 25                      | Situação da alimentação complementar de crianças entre 6 e 24 meses assistidas na Rede de Atenção Básica de Saúde de Macaé, RJ, Brasil. | MARINHO, L. M. F.; CAPELLI, J. C. S.; ROCHA, C. M. M.; BOUSKELA, A.; CARMO, C. N.; PEREIRA DE FREITAS, S. E. A. | Ciência & Saúde Coletiva, 2016.                |           |           |          |          | √ |
| 26                      | Association between maternal life style and preschool nutrition.  | NOBRE, É. B.; BRENTANI, A. V. M.; FERRARO, A. A.  | Revista da Associação Médica Brasileira, 2016. | √         |           |          |          |   |
| 27                      | Adesão a recomendações alimentares em pré-escolares: ensaio clínico com mães adolescentes.  | SOLDATELI, B.; VIGO, A.; GIUGLIANI, E. R. J.  | Revista de Saúde Pública, 2016.                | √         |           |          |          |   |
| 28                      | A interdisciplinaridade como estratégia na prevenção da hipertensão arterial sistêmica em crianças: uma revisão sistemática.            | BERNARDI, L.  | Revista Ciência & Saúde Coletiva, 2017         |           | √         |          |          |   |
| 29                      | Food marketing targeting children: unveiling the ethical perspectives in the discourse on self-regulation.                              | SILVA, D. A. C.; CUNHA, A. C. R.; CUNHA, T. R.; ROSANELI, C. F.   | Revista Ciência & Saúde Coletiva, 2017.        |           |           |          | √        |   |
| <b>Total de Artigos</b> |   | -   | -  | <b>11</b> | <b>11</b> | <b>3</b> | <b>6</b> |   |

Podemos observar no Quadro 1 que os trabalhos encontrados nos periódicos representaram, em sua maioria, as categorias de análise referentes à influência da família para a formação dos hábitos alimentares na infância e a educação alimentar e nutricional: uma possibilidade de trabalho em equipe entre escola, professor e nutricionista, sendo estas categorias encontradas em 11 periódicos cada.

Já as categorias *influência dos meios de comunicação e as empresas de alimentos nas escolhas alimentares e a EAN na infância para a continuidade dos padrões alimentares à adolescência e à vida adulta*, foram encontradas em três e seis periódicos respectivamente.

A seguir apresentamos detalhadamente a descrição das quatro categorias de análise emergentes do *corpus* da pesquisa:

### **Categoria a: A influência da família para a formação dos hábitos alimentares na infância** *Análise descritiva dos artigos*

Juzwiak (2013) escreveu sobre as histórias infantis como instrumento de EAN para pré e escolares. Destaca que, “inicialmente, a família representa o principal fator de influência sobre o padrão alimentar das crianças” (p. 473). Os pais são os responsáveis pela oferta de alimentos das crianças, portanto suas escolhas influenciam, significativamente, no desenvolvimento dos hábitos alimentares.

Ao nascer e entrar em contato com o novo mundo que a cerca, a criança está exposta a estímulos de toda natureza. É também nesse momento que entrará em contato com os alimentos e iniciará o processo de estabelecimento de hábitos alimentares que podem perdurar por toda a vida (JUZWIAK, 2013, p. 473).

Durante a infância, ao mesmo tempo em que a alimentação é importante para o crescimento e o desenvolvimento, ela também pode representar um dos principais fatores para a prevenção de algumas doenças que possam se desenvolver na fase adulta (ROSSI; MOREIRA; RAUEN, 2008). Nesta fase da vida a família exerce grande influência sobre o padrão alimentar das crianças.

Oliveira (2008) afirma que “o padrão alimentar dos pais é um aspecto importantíssimo a ser considerado, pois são eles que criam condições em casa, para a prática de uma alimentação saudável ou não” (p. 404).

Corrêa *et al.* (2012) realizaram um estudo com o objetivo de conhecer a experiência dos pais de crianças e adolescentes diabéticos em relação à alimentação de seus filhos. Os resultados revelaram uma mudança na dinâmica familiar após o diagnóstico da doença, e a maior dificuldade encontrada foi a mudança nos hábitos alimentares de toda a família. “O comportamento alimentar de crianças e adolescentes é, invariavelmente, reflexo dos hábitos alimentares da família” (p. 634).

Nesta linha de pensamento, Oliveira *et al.* (2012) fizeram um estudo com o objetivo de avaliar a influência da alimentação das mães, as características da amamentação e a introdução de novos alimentos nos hábitos alimentares de 134 crianças de 4 a 6 anos de idade.

O fato da maioria das crianças passarem maior parte do tempo sob os cuidados da própria mãe pode aumentar a influência da mesma sobre os hábitos alimentares de seus filhos, que pode ser tanto positiva quanto negativa, dependendo da cultura e conhecimentos de cada mãe (OLIVEIRA *et al.*, 2012, p. 383).

A associação do estilo de vida materno com a nutrição de pré-escolares foi investigada por Nobre, Brentani e Ferraro (2016), acreditando que muitos comportamentos de saúde envolvidos no surgimento de doenças crônicas não transmissíveis são originados na infância com a influência dos pais ou familiares. Segundo os autores, a mãe é a pessoa mais envolvida na educação dos filhos, assim como nos cuidados de saúde das crianças, sendo seu estilo de vida um determinante social de saúde. Os autores descobriram que crianças com alimentação minimamente processada eram filhas de mães com estilos de vida socioconsciente, e crianças com alimentação ultraprocessada eram filhas de mães com estilos de vida consumista. Não foi encontrada associação entre as características nutricionais do pré-escolar e os estilos de vida materna, porém os autores conseguiram concluir que as mães com estilos de vida consumista podem proporcionar influências negativas para a nutrição infantil (NOBRE; BRENTANI; FERRARO, 2016).



Bento, Esteves e França (2015) realizaram um estudo para conhecer as percepções de pais ou responsáveis por pré-escolares matriculados em uma creche, buscando compreender o que eles entendiam por alimentação saudável e quais as suas dificuldades para se alimentarem de maneira adequada. Observaram que os responsáveis pelas crianças tinham uma noção do que é uma alimentação saudável, porém seus discursos evidenciaram práticas alimentares inadequadas. As principais dificuldades apontadas para obter uma alimentação saudável foram os recursos financeiros, falta de tempo e hábito alimentar.

Os responsáveis pelas crianças precisam ser estimulados e sensibilizados a melhorar a sua alimentação, pois suas práticas alimentares influenciam as de seus filhos. Os autores também salientaram a necessidade de estratégias de educação alimentar e nutricional que possibilitem aos responsáveis reconhecer e ter uma alimentação saudável (BENTO; ESTEVES; FRANÇA, 2015).

Do mesmo modo, Gallegos-Martínez e Reyes-Hernández (2016) apoiaram uma intervenção educativa fundamentada na família como figura central para outorgar nas crianças uma boa alimentação e ensinar bons hábitos alimentares.

Já Soldateli, Vigo e Giugliani (2016), em seus estudos, demonstraram que intervenções educativas para mães e avós nos primeiros quatro meses de vida das crianças não têm efeito positivo ao cumprimento de recomendações alimentares para essas crianças dos quatro aos sete anos de vida. Confirmaram também a má qualidade da alimentação de crianças pré-escolares e a necessidade de intervenções efetivas.

Mayer, Weber e Ton (2014), por sua vez, analisaram a relação entre os estilos parentais, as práticas alimentares e o desenvolvimento nutricional dos filhos. Os dados analisados mostraram a importância da família para o desenvolvimento nutricional das crianças.

As análises por perfis das práticas educativas alimentares maternas e paternas identificaram diversas variáveis que podem estar afetando a interação familiar, o repertório educativo dos pais e mães e o desenvolvimento das crianças. Entre elas, a situação conjugal, o trabalho materno, o gênero dos filhos, o número de irmãos, o IMC parental, o desempenho acadêmico da criança, a escolaridade paterna e o nível econômico da família (MAYER; WEBER; TON, 2014, p. 694).

As autoras constataram a necessidade de investigar, em pesquisas futuras, outras variáveis, “como a idade e geração dos pais, a relação entre as práticas observadas e a percepção dos filhos, e maior diversidade de práticas educativas globais, como a comunicação, a punição, o controle psicológico e a intrusividade” (MAYER; WEBER; TON, 2014, p. 694).

Os autores ressaltaram a necessidade de preparar pais e mães para a educação alimentar dos seus filhos, assim como alertá-los de que práticas de restrição alimentar ou o uso da alimentação como forma de controle podem trazer prejuízos ao desenvolvimento das crianças (MAYER; WEBER; TON, 2014).

Um estudo realizado com mães de baixa renda de Buenos Aires, na Argentina, examinou a influência de condições socioeconômicas, estrutura organizacional, relações familiares e insegurança alimentar sobre as práticas de alimentação e padrão de peso infantil. Muitas mães apresentaram-se cientes de que a obesidade pode ser prejudicial para a saúde das crianças, mas a maioria não tem clareza a respeito das consequências. As práticas de alimentação infantil parecem ser influenciadas, segundo o estudo, pelo trabalho materno, pelas pressões familiares, pela insegurança alimentar e pelas preocupações financeiras (LINDSAY *et al.*, 2012).

### ***Interpretação na base do referencial de Vigotsky***

A análise das produções descritas mostra que a família desempenha um importante papel na formação dos hábitos alimentares, pois são os pais ou responsáveis que compram e preparam os alimentos que serão oferecidos às crianças. As preferências alimentares dos filhos são influenciadas pelas escolhas e hábitos alimentares de seus pais.

De acordo com Vigotsky (2008), uma das leis fundamentais que regem o desenvolvimento psicológico afirma que “a consciência e o controle aparecem apenas num estágio tardio do desenvolvimento de uma função, após esta ter sido utilizada e praticada inconscientemente e espontaneamente” (p. 103). Desse modo, entendemos que uma criança não é responsável psicologicamente por suas escolhas alimentares em razão de estas serem influenciadas pelo meio em que estão inseridas, porém, no decorrer das repetições das práticas alimentares cotidianas, estas vão se tornando hábitos, mesmo ainda inconscientes.

É importante ter uma alimentação saudável em todas as fases da vida, independente do estado de saúde. Neste aspecto, não há o termo privação alimentar e sim adequação. Acreditamos que quando se desenvolvem hábitos alimentares saudáveis desde cedo em uma criança, ela os levará consigo no decorrer de sua vida. Embora esses hábitos ainda estejam sujeitos a modificações, dependendo do meio em que esta criança estiver inserida, o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis na infância implica desenvolvimento da consciência e de “um conjunto de capacidades independentes ou um conjunto de hábitos específicos” (VIGOTSKY, 2008, p. 93).

Afirmamos, em virtude dos estudos apresentados, que a família, independente de quem sejam seus integrantes – pais, irmãos, avós, tios ou cuidadores –, tem profunda influência sobre a formação dos hábitos alimentares das crianças. Por mais que esses hábitos possam sofrer modificações, muito da cultura alimentar “herdada” da sua família é levada como conceito para a vida, sejam hábitos saudáveis ou não. A escola, no entanto, também pode exercer forte influência na formação de hábitos alimentares saudáveis se a EAN estiver na centralidade da ação pedagógica no cotidiano escolar.

### **Categoria b: Educação alimentar e nutricional: uma possibilidade de trabalho em equipe entre escola, professor e nutricionista**

#### *Análise descritiva dos artigos*

Além da família, “outros fatores, como a escola, a rede social, as condições socioeconômicas e culturais, são potencialmente modificáveis e influenciam no processo de construção dos hábitos alimentares da criança” (ROSSI; MOREIRA; RAUEN, 2008, p. 740).

Vestena, Scremin e Bastos (2018, p. 368) destacam que a escola se constitui em espaço de convivência que “desempenha um papel-chave de aprendizagem e mudança de comportamento quanto à alimentação, seja por meio da merenda escolar, seja pelas práticas pedagógicas desenvolvidas com os alunos que tenham relação com a temática”. A escola, então, é a primeira instituição formal responsável pela formação das crianças quanto aos conteúdos das áreas do conhecimento. A escola é “o ponto de partida para novos conhecimentos, portanto, deve considerar a percepção prévia dos estudantes sobre o mundo natural e social em que estão imersos e isso inclui os hábitos para uma alimentação saudável” (VESTENA; SCREMIN; BASTOS, 2018, p. 370).

Campos *et al.* (2014) analisaram os estudos sobre as práticas do aconselhamento em alimentação de crianças menores de dois anos de idade, discutindo as potencialidades e os obstáculos encontrados para o estabelecimento de práticas de alimentação saudável. As ações educativas de aconselhamento em alimentação infantil foram direcionadas aos profissionais de saúde e aos cuidadores das crianças menores de dois anos de idade. Destacaram, como potencialidades da prática do aconselhamento nutricional, “melhora no desempenho dos profissionais de saúde, adoção de práticas alimentares saudáveis pelos cuidadores e melhora no estado nutricional das crianças” (p. 529). Ressaltaram como obstáculos a “falta de capacitação

dos cuidadores e profissionais quanto à alimentação complementar saudável e dificuldade quanto à prática do aconselhamento por profissionais de saúde” (p. 529). As autoras reafirmaram a importância de incorporar ações de aconselhamento em alimentação infantil às políticas de atenção à saúde da criança como práticas permanentes.

Longo-Silva *et al.* (2013) avaliaram o impacto de um treinamento de educadoras de creches nas percepções e nas práticas acerca da alimentação infantil. Os autores perceberam que as educadoras apresentam dificuldades em lidar com a rejeição das crianças a certos tipos de alimentos e com a demanda de tempo necessária para a introdução destes.

As educadoras pensam que, da mesma forma que a nutricionista passa as orientações para a cozinha, devia passar para elas, para que possam entender as mudanças e porque não pode tal alimento, até em relação às quantidades que se coloca no prato que é oferecido à criança. Muitas vezes as professoras acabam por trazer bolachas, salgadinhos e pipocas de casa e oferecem escondido para as crianças quando estas não gostam da comida (LONGO-SILVA *et al.*, 2013).

Após a realização de um treinamento com duração de 40 horas sobre nutrição e saúde de lactentes, Longo-Silva *et al.* (2013) observaram indícios de pequenas mudanças ou o reconhecimento de que é preciso e é possível mudar.

Afonso (2008) analisou o currículo formal do 1º Ciclo do Ensino Básico de Portugal e concluiu que os conceitos definidos no programa nacional, relativos à alimentação e nutrição, são escassos, pouco claros e pouco objetivos. O autor sugere que seria importante que os cursos de formação inicial de professores contemplassem a educação para a saúde no seu currículo, com temas específicos de alimentação e nutrição. Ainda, deveriam existir também orientações técnicas que guiassem a intervenção do professor no sentido da promoção da saúde e, especificamente, da educação nutricional. Do mesmo modo, Detregiachi e Braga (2011) destacam a importância da atenção dada ao componente curricular educação na formação dos profissionais nutricionistas.

Com o ingresso da criança na escola, o processo de estabelecimento de hábitos alimentares passa a sofrer maior influência do meio; “a criança realiza refeições fora de casa (alimentação escolar, compra na cantina), o alimento passa a ter outra representação social importante (amigos), e o ambiente escolar torna-se a principal fonte de conhecimento formal sobre nutrição” (JUZWIACK, 2013, p. 473).

A partir de um alimento, é possível criar uma rede de conteúdos a serem trabalhados nas disciplinas tradicionais e em atividades extras, permitindo que as questões alimentares e nutricionais sejam desenvolvidas transversalmente, incluindo a participação de todos os atores envolvidos no processo – estudantes, professores, comunidade escolar e família. Os contos de fada tradicionais abrem inúmeras possibilidades (JUZWIAK, 2013, p. 478).

O tema hortaliças, por exemplo, nos remete à horta como uma poderosa ferramenta de educação nutricional, permitindo a consolidação da educação integral. A autora supra destaca que a construção de hortas escolares, no coletivo, possibilita “promover a educação integral de crianças e jovens de escolas e comunidades do seu entorno [...] incorporando a alimentação nutritiva, saudável e ambientalmente sustentável como eixo gerador da prática pedagógica” (BRASIL, 2008b, p. 7).

No cuidado à criança, a alimentação é de fundamental importância para a promoção da saúde, pois o significado do ato de nutrir ultrapassa o mero ato biológico (MAIA *et al.*, 2012).

Em um estudo de Coelho *et al.* (2016), os autores avaliaram os efeitos da utilização de um software educativo na melhora dos conhecimentos de escolares sobre o tema prevenção de sobrepeso e obesidade. Ao comparar os momentos antes e depois da utilização do software, os autores observaram diferenças estatisticamente significativas na proporção das perguntas respondidas corretamente pelos escolares, principalmente no que se refere à ingestão diária de alimentos saudáveis e não saudáveis, preparação adequada dos alimentos e a importância da realização de atividade física.

Professores referiram ter dificuldades em sistematizar conteúdos sobre alimentação que ultrapassem o que é proposto pelo livro didático. Existe uma carência de informações teóricas para possibilitar que os professores trabalhem esse tema (CUNHA; SOUSA; MACHADO, 2010).

Prado *et al.* (2011, p. 107), com base em estudos de Bourdieu relacionados aos campos científicos, realizaram uma abordagem crítica de pesquisas brasileiras com foco na alimentação e identificaram

Um conjunto estável e crescente de grupos de pesquisa, cuja visibilidade fica comprometida uma vez que sua denominação não consta das taxonomias institucionais no âmbito das agências de fomento à pesquisa e à formação de pesquisadores. Seus fundamentos epistemológicos, suas bases teórico-metodológicas, situam-se na esfera das humanidades e incluem uma ampla gama de disciplinas em interação, conformando significativa complexidade em torno de seu objeto central: a “comida”. O estudo dos fenômenos alimentares reclama a interdisciplinaridade e apresenta como desafio o enfrentamento das tensões inerentes à vida democrática na qual vislumbramos um devir em que a convivência crescente e colaborativa entre diferentes referências epistêmicas deve ter lugar institucional.

Outro desafio é apresentado por Boné, Bonito e Caldeira (2015), ao mostrarem um trabalho de capacitação de crianças com dificuldades intelectuais para boas práticas alimentares, enfatizando a importância da introdução de sequências didáticas que visem à capacitação, nas escolas, de crianças com dificuldades intelectuais para práticas alimentares saudáveis.

Pesquisas que desenvolvam ações interdisciplinares em escolas são defendidas por Bernardi *et al.* (2017) como significativas na modificação de níveis de pressão arterial e consumo de sódio por crianças, quando as intervenções combinam educação nutricional com atividade física, sendo realizadas por um longo período de tempo.

R. P. N. da Silva *et al.* (2017) relatam a falta de materiais didáticos como a principal dificuldade dos professores para trabalhar na escola o tema saúde. Do mesmo modo, os docentes apresentam uma concepção sobre saúde insuficiente para o ensino, pois o tema abordado normalmente está atrelado ao modelo biomédico/patológico, em detrimento da concepção de educar para a saúde. Também a maioria dos cursos de formação continuada para os professores com a temática saúde são “voltados à orientação e à prevenção de doenças” (SILVA, R. P. N. da *et al.*, 2017, p. 161).

Os autores destacam que é importante trabalhar o tema saúde na escola, porém não se deve falar de educação em saúde apenas para prevenir ou orientar doenças. Também é responsabilidade do professor e da escola “proporcionar ao aluno a apropriação de conhecimentos significativos, capacitando-os para tomadas de decisão individuais, de modo a favorecer a compreensão da aplicabilidade de seus atos e decisões na sociedade em que vive e no mundo” (SILVA, R. P. N. da *et al.*, 2017, p. 161).

### ***Interpretação na base do referencial de Vigotsky***

Acreditamos que todos os trabalhos relacionados à educação alimentar e nutricional funcionariam melhor se houvesse uma ação interdisciplinar. No caso das creches, por exemplo, seria interessante se o nutricionista trabalhasse em conjunto com professores e merendeiras, realizando formações com estes profissionais sobre alimentação saudável e introdução de alimentos, para que estes possam realmente compreender o porquê dos alimentos contidos nos cardápios e porque não devem oferecer outros alimentos industrializados e artificiais além da merenda da escolar. Para todos os fatores descritos aqui, entendemos que o trabalho em equipe é o melhor método para a educação alimentar e nutricional das crianças, pois os professores precisam compreender o processo que se passa diariamente com seus alunos.

De acordo com Vigotsky (2008, p. 27),

A criança pensa de forma sincrética sobre assuntos de que não tem conhecimento ou experiência, mas não recorre ao sincretismo com relação às coisas familiares ou que sejam de fácil comprovação prática – e o número dessas coisas depende do método de educação.

Estes estudos nos chamam atenção para a importância de atividades educativas em ambiente escolar que despertem, com maior intensidade, o interesse e a curiosidade da criança. As atividades, porém, não devem ser somente pontuais, mas estejam inseridas no contexto escolar, fazendo parte do Projeto Pedagógico da escola para que realmente seja possível formar conceitos escolares articulados a hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis.

Marques e Carvalho (2017, p. 7), embasados no referencial histórico-cultural de Vigotsky, entendem que

Não há entre o homem e o mundo uma relação direta. Sua visão de mundo, sua percepção, suas escolhas, enfim, sua *atividade* no mundo e com o mundo passa pela mediação das *significações*. Isso quer dizer que o modo como professores e alunos significam suas relações, significam o que fazem e o que *vivenciam*, determina sua subjetividade e, conseqüentemente, sua *atividade*. Nesse processo de mediação, os *afetos* movimentam os sujeitos porque orientam a produção de sentidos e, por conseguinte, o modo como se relacionam com a realidade.

A reflexão do professor com os estudantes sobre seus hábitos alimentares e estilo de vida, pode contribuir de alguma forma para a prevenção de futuros problemas de saúde. O diagnóstico precoce de alguns hábitos inadequados pode contribuir para a conscientização sobre a importância da alimentação e estilo de vida saudável, promover mudanças e produzir sentidos e significados aos conteúdos escolares.

Desse modo, destacamos a escola como importante espaço e momento para a realização de ações de EAN. Por meio da interação entre professores e nutricionista é possível articular este tema ao currículo escolar, promovendo saúde e um maior entendimento dos conteúdos escolares relacionados com a temática.

### **Categoria c: A influência dos meios de comunicação e as empresas de alimentos sobre as escolhas alimentares**

#### ***Análise descritiva dos artigos***

O público infantil é um dos mais visados para a publicidade de alimentos. D. A. C. Silva *et al.* (2017) realizaram uma pesquisa com o objetivo de “conhecer o discurso contrário à regulação, por parte do Estado, da publicidade de alimentos direcionada a crianças e

adolescentes” (p. 2.189). De acordo com os autores, “a característica ética da publicidade brasileira é um discurso trazido pronto, calculado, fechado, intocado, naturalizado e não aberto ao diálogo” (SILVA, D. A. C. *et al.*, 2017, p. 2.190).

A ética da publicidade não pode ser considerada uma ética de proteção aos vulneráveis, pois não assume responsabilidade sobre suas escolhas. Defende o acesso à informação, porém essa informação não é sobre os danos que a exposição à publicidade pode causar às crianças e adolescentes (SILVA, D. A. C. *et al.*, 2017, p. 2.190). A publicidade, na maioria das vezes, contraria princípios

bioéticos como o da proteção aos vulneráveis, a publicidade é uma influência indevida sobre as possíveis decisões ou escolhas alimentares de crianças e adolescentes, e prejudica-lhes a autonomia. Sabe-se, também, que a liberdade para realizar escolhas alimentares é influenciada por fatores outros além da informação disponível; é determinada pelo poder de compra e é influenciada pelas tradições culturais, preferências, hábitos, e até mesmo pelas mensagens publicitárias (SILVA, D. A. C. *et al.*, 2017, p. 2.191).

Ueda, Porto e Vasconcelos (2014) analisaram o efeito de vídeos de desenhos com publicidade de alimentos saudáveis e não saudáveis em contraposição a vídeos neutros sobre as escolhas alimentares. Os resultados mostraram que, com a mudança de vídeo, as crianças variaram em até 13% a escolha de alimentos saudáveis ou não após a publicidade, havendo, portanto, efeito dos vídeos saudáveis e não saudáveis, conduzindo as escolhas de alimentos saudáveis e não saudáveis, respectivamente. Assim, o aumento da exibição de publicidade de alimentos saudáveis e a diminuição da publicidade de alimentos não saudáveis pode contribuir para a alimentação saudável.

Vega, Poblacion e Taddei (2015) observaram que as crianças que vivem em regiões com maior desenvolvimento econômico pertencem a famílias de maior poder aquisitivo e que suas mães têm o hábito de assistir televisão e, sistematicamente, têm mais chance de serem consumidores frequentes de bebidas açucaradas.

### ***Interpretação na base do referencial de Vigotsky***

Atualmente a televisão, internet e demais meios de comunicação ocupam lugares de destaque nas relações familiares. Algumas empresas de alimentos aproveitam-se disso para iludir os consumidores, fazendo com que eles acreditem ser necessário consumir seus produtos. A propaganda veiculada pela mídia tem grande impacto na vida das crianças, transmitindo representações distorcidas da infância. Os produtos industrializados representam a modernidade e atendem ao gosto popular, mesmo sendo, muitas vezes, prejudiciais à saúde.



Uma criança não nasce com uma cultura própria formada; ela é moldada pela sociedade em que vive. Do mesmo modo, uma criança não nasce gostando de açúcar, gorduras e produtos industrializados; ela adquire estes gostos por meio dos estímulos e hábitos contínuos de consumo.

De acordo com Vigotsky (2008), “o verdadeiro curso do desenvolvimento do pensamento não vai do individual para o socializado, mas do social para o individual” (p. 24). Enfatizamos, portanto, a importância de o ambiente em que a criança está inserida ser de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis. Considerando a noção de mediação de Vigotsky (2008), o conceito refere-se à maneira como o meio social em que a criança está inserida cria ou converte as relações sociais em funções mentais.

#### **Categoria d: EAN na infância para a continuidade dos padrões alimentares à adolescência e à vida adulta**

##### ***Análise descritiva dos artigos***

Madruga *et al.* (2012) realizaram um estudo sobre padrões alimentares da infância e verificaram que estes podem persistir até a adolescência, embora possam ser alterados ou descontinuados “substancialmente durante o crescimento, mas o registro e a importância do primeiro aprendizado e algumas formas sociais aprendidas permanecem ao longo do ciclo vital” (p. 385).

Marinho *et al.* (2016) fizeram uma pesquisa com o objetivo de analisar a situação da alimentação complementar de crianças entre 6 e 24 meses. Eles observaram que houve aumento do consumo de alimentos saudáveis e também de alimentos não saudáveis com o avanço da idade em ambos os sexos. O suco industrializado foi o alimento que se destacou dentre os outros marcadores de alimentação não saudável.

Schaurich e Delgado (2014) também caracterizaram a alimentação de crianças entre 6 e 24 meses realizando entrevista com os responsáveis. “Verificaram que refrigerantes e salgadinhos eram consumidos por 80,7% e 76,1% das crianças. Dos responsáveis, 47,7% receberam informações sobre introdução dos alimentos do pediatra” (p. 1.579). Nesta pesquisa, novamente vemos o consumo de alimentos considerados não saudáveis por crianças em desenvolvimento de hábitos alimentares.

Na infância a criança aprende os alimentos que ela gosta e os alimentos que ela não gosta. Esse aprendizado acontece por meio da repetida ingestão de alimentos associada aos sabores, à satisfação fisiológica e ao ambiente social em que a criança está inserida (RESENDE; NAVARRO, 2008).

A “educação nutricional contribui para a difusão da alimentação saudável, sendo que um dos passos iniciais em uma intervenção é o conhecimento do valor subjetivo atribuído aos alimentos ou preparações” (CAMBRAIA *et al.*, 2012, p. 483). A Educação Nutricional tem fundamental importância para a promoção de hábitos alimentares e, como consequência, a prevenção da obesidade e doenças relacionadas a ela (CAMBRAIA *et al.*, 2012).

Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016) afirmam que os comportamentos e os hábitos alimentares “são termos utilizados no campo da Alimentação e Nutrição, em que se destaca a ideia de autores que percebem os comportamentos como eventos controláveis e cuja repetição altera o hábito” (p. 1.103).

Na perspectiva do pensamento complexo, o comportamento se desloca de ação condicionada para uma extensão que comporta as dimensões sociocultural, subjetiva e individual, consciente e inconsciente, enquanto o hábito se afirma como aquilo que na repetição faz sentido para o indivíduo, permitindo que este possa apropriar-se de forma singular das informações e orientações provenientes da ciência e sustentar suas mudanças (KLOTZ-SILVA; PRADO; SEIXAS, 2016, p. 1.103).

Os autores pretendem, em seus estudos, entender os comportamentos alimentares, buscando referências no campo das Ciências Humanas e Sociais, tentando encontrar um caminho para o controle dos desejos e impulsos. Assim, afirmam que

No campo da Alimentação e Nutrição, trata-se, portanto, de abordar o comportamento em sua relação com o hábito, não de forma simplificadora, mas considerando a complexidade da vida e do ser humano. A obstinação pela prevenção e pela cura que se apoia no uso ingênuo desses termos expõe com seu fracasso que o comportamento não pode ser controlado, o ser humano e seus hábitos não podem ser condicionados (p. 118).

### ***Interpretação na base do referencial de Vigotsky***

Vigotsky (2008), por intermédio da psicologia histórico-cultural, destaca o caráter social da psicogênese do desenvolvimento humano. Segundo ele, é a cultura que constitui o próprio *locus* do desenvolvimento, sendo este uma função da interação do homem com o meio/grupo social em que está inserido e não como uma função individual que seja programada biologicamente. Assim, o homem não nasce com sua cultura pronta; ela é moldada por meio do convívio em sociedade que definirá os conceitos a serem formados durante o processo de transformação intelectual.

Para Vigotsky (2008), o processo de formação de conceitos normalmente inicia-se na infância e se desenvolve até a adolescência, quando atinge a maturidade. O processo de formação de conceitos passa por três fases básicas, cada uma sendo dividida em vários estágios. Do ponto de vista lógico, são considerados três estágios no processo de formação de conceitos: pensamento sincrético, pensamento por complexos e pensamento conceitual.

O pensamento sincrético, também chamado de agregação desorganizada, ou amontoado, manifesta-se quando a criança pequena começa a agrupar alguns objetos para resolver um problema, que, nos adultos, teoricamente com “nossa mente formada”, resolveríamos com a formação de um novo conceito. Este primeiro estágio, que representa para a criança o significado de uma determinada palavra artificial, baseia-se em tentativa e erro no desenvolvimento do pensamento. Assim, podemos imaginar que é também nesta fase que a criança iniciará a formação de um conceito de alimentação. Este poderá ser relacionado a uma alimentação rica em produtos naturais, frutas, verduras, enfim, uma alimentação balanceada e saudável, ou associar o conceito de alimentação a produtos industrializados, como refrigerantes, salgadinhos, balas, biscoitos, ou qualquer outro tipo de “alimento” comprado no supermercado.

A segunda fase, considerada por Vigotsky (2008) a mais importante no processo para a formação de conceitos, é chamada de pensamento por complexos. Neste, as associações corretas começam a se formar na mente da criança, sendo uma passagem para um nível muito mais elevado, característico de que a criança já superou seu egocentrismo. “O pensamento por complexos já constitui um pensamento coerente e objetivo, embora não reflita as relações objetivas do mesmo modo que o pensamento conceitual” (p. 76). Neste segundo momento, a formação de conceitos, que ocorre na adolescência, já foi iniciada, mas, como os conceitos ainda não estão completos, há a oportunidade de produzir novos significados por meio do uso da palavra em diferentes contextos. Assim, se um adolescente iniciou sua formação de conceitos quando ainda criança, associando alimentação a alimentos industrializados, sem se dar conta de que estes são ricos em calorias, sem demais valores nutritivos, com elevados teores de aditivos químicos ou conservantes, ainda conseguimos interagir com ele sobre os perigos que estes podem causar para a saúde e dialogar sobre o significado de uma alimentação que seja o mais saudável possível.

A terceira fase ocorre após o pensamento por complexos completar todo o seu curso de desenvolvimento; é como se o pensamento por complexo fosse uma raiz da formação de conceitos e este terceiro constituísse uma segunda raiz, independente (VIGOTSKY, 2008); possui uma função genética específica no que diz respeito ao desenvolvimento mental da

criança, diferente daquela dos complexos (VIGOTSKY, 2008). Para formar esse conceito é preciso abstrair, isolar elementos e examiná-los em detalhes, separadamente da totalidade do concreto em que se encontram (VIGOTSKY, 2008).

Na adolescência, período em que a formação de conceitos se estabelece, embora não seja concluída, pode se observar que as formas primitivas de pensamento (sincréticas e por complexos) desaparecem gradualmente (VIGOTSKY, 2008). Os conceitos potenciais vão sendo cada vez menos usados e começam a se formar os verdadeiros conceitos (VIGOTSKY, 2008). Lembramos que qualquer palavra usada pela criança, mesmo na mais tenra infância, é conceito potencial; a criança a usa sem a consciência do significado, mas esta palavra pode evoluir para, mais tarde, formar os verdadeiros conceitos.

Quando os verdadeiros conceitos estão formados, e se entre eles está a alimentação e esta não está sendo adequada ao indivíduo, há uma maior dificuldade na adoção ou até mesmo modificação de hábitos alimentares e de estilos de vida mais saudáveis. Assim, acreditamos que uma criança que iniciou sua formação de conceitos aprendendo sobre uma alimentação e estilos de vida saudáveis, terá maior facilidade para desenvolvê-los durante a adolescência e formar os verdadeiros conceitos, seguindo e mantendo o pensamento saudável para a sua vida adulta. Ainda quanto a este aspecto, a escola e a família apresentam-se como espaço de mediação para este processo de ensino e aprendizagem.

De acordo com Marques e Carvalho (2017), embasados pela psicologia histórico-cultural de Vigotsky, “Os *significados e os sentidos* medeiam ainda a transformação de determinadas experiências de vida dos sujeitos em *vivências* à medida que levam à produção de sentidos que alteram a forma do homem relacionar-se com a realidade” (p. 5), sendo a vivência uma “categoria da psicologia sócio-histórica fundamental para o entendimento do processo de constituição humana” (MARQUES; CARVALHO, 2017, p. 5).

A relação do homem com o mundo e com os outros é sempre uma relação *afetiva* produtora de sentido. Os sentidos são produzidos em virtude dos afetos constituídos nas *vivências* de cada ser humano. Entendemos com isso que são os *afetos* que colocam os indivíduos em situação de atividade ou de passividade, porque são os afetos que determinam a *qualidade do sentido* produzido pelo indivíduo na relação com a realidade. Queremos dizer que enquanto para uns uma vivência pode ser sentida de forma positiva, para outros a mesma situação pode ser vivida de forma negativa. Isso acontece porque cada pessoa produz um sentido para aquilo que vive, cada pessoa sente de forma única e constrói sua relação com dado fenômeno de forma única, mas sempre mediado pelo social e pelo significado historicamente constituído (MARQUES; CARVALHO, 2017, p. 7).

Considerando a importância dos diferentes estágios de formação de conceitos, conforme o pensamento de Vigotsky (2008), sincrético, complexo e conceitual, e as reflexões a respeito destes, entendemos que o processo de educação alimentar e nutricional, com a constituição de hábitos alimentares e estilo de vida saudáveis, tem maior efetividade se iniciado no período da infância, tanto na família quanto na escola. Desse modo, as mediações impregnadas de saberes sociais diferenciados possibilitam a elaboração do pensamento conceitual pelo questionamento e estabelecimento de relações, abstração e generalização. Assim, as interações sociais permitem o desenvolvimento das faculdades mentais (VIGOTSKY, 2000).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de análise das produções que fazem parte do *corpus* de estudo pode ser entendido por um ciclo reflexivo, que possibilitou a formação de estruturas de compreensão dos fenômenos investigados, expressos, então, na forma das produções escritas no decorrer deste texto.

A importância atribuída à revisão bibliográfica se deu pela necessidade de compreender uma parcela dos conhecimentos produzidos e validados sobre a educação alimentar e nutricional na infância.

Considerando as categorias que emergiram da análise da pesquisa, concluímos que a família, a escola, os professores, o nutricionista e os meios de comunicação, têm significativa influência para a educação alimentar e nutricional e a formação dos hábitos alimentares na infância. As pesquisas expressam que a conformação dos hábitos alimentares e as características do estilo de vida se iniciam na infância, são consolidadas na adolescência e, muitas vezes, mantidas na idade adulta.

Existem diversos estudos sobre a educação alimentar e nutricional na infância, mas, na maioria das vezes, não passam de atividades pontuais. Por isso, emerge a necessidade de aprofundamento de pesquisas e ações de educação alimentar e nutricional de modo sistemático e na interação de diferentes sujeitos, conforme proposto pelo referencial histórico cultural.

## REFERÊNCIAS

AFONSO, L. G. *O professor do 1º ciclo do Ensino Básico como agente fundamental na educação nutricional: análise da sua formação inicial do currículo formal do 1º ciclo*. 2008. Monografia. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10216/54533>. Origem: Repositório Aberto da Universidade do Porto. Acesso em: 28 nov. 2017.

BENTO, I. C.; ESTEVES, J. M. M.; FRANÇA, T. E. Alimentação saudável e dificuldades para torná-la uma realidade: percepções de pais/responsáveis por pré-escolares de uma creche em Belo Horizonte/MG, Brasil. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 8, p. 2.389-2.400, ago. 2015. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232015000802389&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232015000802389&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 5 dez. 2017.

BERNARDI, L. *et al.* A interdisciplinaridade como estratégia na prevenção da hipertensão arterial sistêmica em crianças: uma revisão sistemática. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 12, p. 3.987-4.000, dez. 2017. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232017021203987&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017021203987&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 16 mar. 2018.

BONÉ, M. A.; BONITO, J.; CALDEIRA, V. Capacitação de crianças com dificuldades intelectuais para boas práticas alimentares. *Revista Holos*, 31(3), p. 212-237, 2015. Disponível em: <http://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/2738/1113>. Acesso em: 9 dez. 2017.

BRASIL. *A horta escolar dinamizando o currículo da escola*. Caderno 1. Projeto TCP/BRA/3003. Brasília: Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação (FAO); Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) do Ministério da Educação (MEC), 2008b. Disponível em: [http://www.educacao.gov.br/documentos/nucleomeioambiente/Caderno\\_horta.pdf](http://www.educacao.gov.br/documentos/nucleomeioambiente/Caderno_horta.pdf). Acesso em: 28 maio 2017.

BRASIL. Governo do Estado de São Paulo. Secretaria de Estado da Educação. Coordenadoria de Gestão da Educação Básica. Departamento de Desenvolvimento Curricular e de Gestão da Educação Básica. *Planejamento escolar*. 2012b. Disponível em: <http://deribeiraopreto.edunet.sp.gov.br/plan5.pdf>. Acesso em: 18 jan. 2015.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Terceira versão. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: [http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_publicacao.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_publicacao.pdf). Acesso em: 16 set. 2017.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. *Módulo 10: alimentação e nutrição no Brasil I*. Coord. Maria de Lourdes Carlos Rodrigues *et al.* Brasília: Universidade de Brasília, 2007. 93p.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização, Diversidade e Inclusão. Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica. Conselho Nacional da Educação. Câmara Nacional de Educação Básica. Diretoria de Currículos e Educação Integral. *Diretrizes Curriculares Nacionais Gerais da Educação Básica*. Brasília: MEC; SEB; Dicei, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Política Nacional de Alimentação e Nutrição*. Brasília: Ministério da Saúde, 2012c.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável*. Brasília: Ministério da Saúde, 2008a. 210 p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156p.: il.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. *Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas*. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012a. Disponível em: [http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco\\_EAN.pdf](http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf).

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. *Parâmetros Curriculares Nacionais: introdução aos parâmetros curriculares nacionais*. Brasília: MEC; SEF, 1997. 126p.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Ciências Naturais*. Brasília: MEC; SEF, 1998. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/ciencias.pdf>.

CAMBRAIA, R. P. *et al.* Preferência alimentar de crianças e adolescentes: revelando a ausência de conhecimento sobre a alimentação saudável. *Revista Alimentação e Nutrição*, Araraquara, 23(3), p. 483-489, 2012. Disponível em: <http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewFile/483/1994>. Acesso em: 9 dez. 2017.

CAMPOS, A. A. O. *et al.* Aconselhamento nutricional de crianças menores de dois anos de idade: potencialidades e obstáculos como desafios estratégicos. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(2), p. 529-538, 2014. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232014000200529&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000200529&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 3 dez. 2017.

COELHO, L. S. V. A. *et al.* Educational software and improvement of first grade school students' knowledge about prevention of overweight and obesity. *Educ. Enferm.*, 34(2), p. 351-359, 2016. Disponível em: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-53072016000200015&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-53072016000200015&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 9 dez. 2017.

CORRÊA, A. *et al.* Diabetes mellitus tipo 1: vivência dos pais em relação à alimentação de seu filho. *Alimentação e Nutrição*, Araraquara, 23(4), p. 631-637, 2012. Disponível em: <http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewFile/631/1853>. Acesso em: 28 nov. 2017.

CUNHA, E.; SOUSA, A. A.; MACHADO, N. M. V. A alimentação orgânica e as ações educativas na escola: diagnóstico para a educação em saúde e nutrição. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 15(1), p. 39-49, 2010.

DETREGIACHI, C. R. P.; BRAGA, T. M. S. Projeto “Criança Saudável, Educação Dez”: resultados com e sem intervenção do nutricionista”. *Revista de Nutrição*, 24(1), p. 51-59, 2011.

- GALLEGOS-MARTÍNEZ, J.; REYES-HERNÁNDEZ, J. Representations by Caregivers, Teachers, and Children on Food, Nutrition, Health, and School Breakfast. *Revista Invest. Educ. Enferm.*, 34(2), p. 368-377, 2016.
- JUZWIAK, C. R. Era uma vez... um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional. *Revista Interface: Comunicação Saúde Educação*, 17(45), p. 473-84, 2013.
- KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. Comportamento alimentar no campo da alimentação e nutrição: do que estamos falando? *Physis Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, 26(4), p. 1.103-1.123, 2016.
- LINDSAY, A. C. *et al.* Child feeding practices and house hold food in security among low-income mothers in Buenos. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, v. 17, n. 3, mar. 2012.
- LONGO-SILVA, G. *et al.* Percepções de educadores de creches acerca de práticas cotidianas na alimentação de lactentes: impacto de um treinamento. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 18(2), p. 545-552, 2013.
- MADRUGA, S. W. *et al.* Manutenção dos padrões alimentares da infância à adolescência. *Revista Saúde Pública*, São Paulo, 46(2), p. 376-386, 2012.
- MAIA, E. R. *et al.* Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil. *Revista de Nutrição*, Campinas, 24(1), p. 79-88, 2012.
- MARINHO, L. M. F. *et al.* Situação da alimentação complementar de crianças entre 6 e 24 meses assistidas na Rede de Atenção Básica de Saúde de Macaé, RJ, Brasil. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 21(3), p. 977-986, 2016.
- MARQUES, E. S. A.; CARVALHO, M. V. C. Prática educativa bem-sucedida na escola: reflexões com base em L. S. Vigotski e Baruch de Espinosa. *Revista Brasileira de Educação*, v. 22, n. 71, 2017.
- MAYER, A. P. F.; WEBER, L. N. D.; TON, C. T. Perfis parentais com base nas práticas educativas e alimentares: análises por agrupamento. *Revista Psicologia, Saúde & Doenças*, v. 15, n. 3, dez. 2014.
- MORAES, R.; GALIAZZI, M. C. *Análise textual discursiva*. Ijuí: Editora Unijuí, 2016.
- NOBRE, É. B.; BRENTANI, A. V. M.; FERRARO, A. A. Association between maternal life style and preschool nutrition. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 62, n. 6, set. 2016.
- OLIVEIRA, A. S. *et al.* Hábitos alimentares de pré-escolares: a influência das mães e da amamentação. *Revista de Nutrição*, v. 23, n. 3, Campinas, 2012.
- OLIVEIRA, K. S. Avaliação do material didático do projeto “Criança Saudável – Educação Dez”. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, v. 12, p. 410-10, abr./jun. 2008.
- PRADO, S. D. *et al.* A pesquisa sobre alimentação no Brasil: sustentando a autonomia do campo alimentação e nutrição. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 16(01), p. 107-119, 2011.



RESENDE, V. A.; NAVARRO, A. C. A importância da educação nutricional na infância para prevenção da obesidade. *RNONE – Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, 2(8), p. 149-156, 2008.

ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. *Revista de Nutrição*, Campinas, 21(6), p. 739-748, 2008.

SCHAURICH, G. F.; DELGADO, S. E. Caracterização do desenvolvimento da alimentação em crianças de 6 a 24 meses. *Revista Cefac*, 16(5), p. 1.579-1.588, 2014.

SILVA, R. P. N. da *et al.* Concepções de professores sobre os processos de educação em saúde no contexto escolar. *Revista Contexto e Educação*, Ijuí: Editora Unijuí, v. 32, n. 103, p. 146-164, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21527/2179-1309.2017.103.146-164>. Acesso em: 2 maio 2018.

SILVA, D. A. C. *et al.* Food marketing targeting children: unveiling the ethical perspectives in the discourse on self-regulation. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 7, p. 2.187-2.196, july 2017. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232017002702187&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017002702187&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 16 mar. 2018.

SOLDATELI, B.; VIGO, A.; GIUGLIANI, E. R. J. Adherence to dietary recommendations for preschoolers: clinical trial with teenage mothers. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 50, 83, 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102016000100252&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102016000100252&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 16 mar. 2018.

UEDA, M. H.; PORTO, R. B.; VASCONCELOS, L. A. Publicidade de alimentos e escolhas alimentares de crianças. *Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 30, n. 1, p. 53-61, jan./mar. 2014.

VEGA, J. B.; POBLACION, A. P.; TADDEI, J. A. A. C. Fatores associados ao consumo de bebidas açucaradas entre pré-escolares brasileiros: inquérito nacional de 2006. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(8), p. 2.371-2.380, 2015.

VESTENA, R. de F.; SCREMIN, G.; BASTOS, G. D. Alimentação saudável: contribuições de uma sequência didática interativa para o ensino de ciências nos anos iniciais. *Revista Contexto e Educação*, Ijuí: Ed. Unijuí, v. 33, n. 104, p. 365-394, 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21527/2179-1309.2018.104.365394>. Acesso em: 2 maio 2018.

VIGOTSKY, L. S. 1896-1934. *A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores*. Organizadores Michel Cole *et al.* Tradução José Cipolla Neto, Luís Silveira Menna Barreto e Solange Castro Afeche. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

VYGOTSKY, L. S. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

VIGOTSKY, L. S. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

VIGOTSKY, L. S. 1896-1934. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

## ARTIGO 2

### A INFLUÊNCIA DA FAMÍLIA PARA A FORMAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES E ESTILOS DE VIDA NA INFÂNCIA

#### FAMILY INFLUENCE ON EATING HABITS AND LIFESTYLE DEVELOPMENT IN CHILDHOOD

#### RESUMO

Este artigo tem como objetivo identificar e analisar os hábitos alimentares e estilos de vida de crianças e familiares de duas Escolas Públicas de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul, na perspectiva de compreender a influência da família para a formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância. A pesquisa é de abordagem quantitativa e qualitativa, e foi aprovada pelo CEP UFRGS com o parecer 33.159. Os dados foram coletados mediante questionários. A análise estatística dos dados quantitativos foi realizada no software R. Participaram da pesquisa 100 crianças e seus respectivos familiares (100). A maioria das crianças (57) apresentou eutrofia, mas o número de sobrepeso e obesidade mostrou-se relevante. Tanto as crianças quanto seus familiares fazem uso excessivo de tecnologia digital. A família mostrou influência no número de refeições das crianças, no consumo de frutas, verduras e guloseimas e na prática de atividade física, assim como no aprendizado sobre alimentação saudável, seguindo o exemplo de seus familiares. Com base nos resultados pesquisados, no referencial teórico de Vigotsky, Bourdieu e documentos científicos da área, chegamos à conclusão de que familiares influenciam na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância.

**Palavras-chave:** Consumo de alimentos. Exercício. Influência dos pares. Estado nutricional. Criança.

#### ABSTRACT

This paper aims at identifying and analyzing the eating habits and lifestyle of students and their families from two Public Schools in a town in the State of Rio Grande do Sul, from the perspective to understand the family influence on eating habits and lifestyle development in childhood. The research has a quantitative and qualitative approach, and UFRGS REC approved it within report number 33.159. The data was collected through questionnaires. For the quantitative data statistical analysis the R software was used. In this study participated 100 children and their respective relatives (100). Most children (57) presented eutrophic, but the overweight and obesity number was relevant. Both children and their families use a lot of digital technology. The family showed influence on the number of children's meals, fruit consumption, vegetables and sweets, and physical activity, as well as the learning about healthy eating, by following the example of their relatives. Based on the researched results, by theoretical reference of Vigotsky, Bourdieu and scientific papers in the field, we conclude that family members influence eating habits and lifestyle development in childhood.

**Keywords:** Food consumption. Exercise. Peer influence. Nutritional status. Child.

## INTRODUÇÃO

O ser humano não nasce com sua cultura pronta, ela é formada por meio do convívio em sociedade (VIGOTSKY, 2008). Do mesmo modo, acreditamos que o ser humano não nasce “viciado” em açúcar, sal, gorduras ou refrigerantes, ele aprende a gostar após experimentar, por influência do meio em que vive e, assim, o consumo recorrente vai se tornando um hábito, podendo até mesmo ser chamado de vício em razão de que o sujeito sente extrema “necessidade” de consumir certos alimentos.

Baumam (2008, p. 8) considera que “todas as sociedades são fábricas de sentido. Até mais do que isso, são as sementeiras da vida com sentido”. Laplane e Botega (2010, p. 15) entendem, então, que “o modo de organização social, o modo de vida e a cultura das populações, dos grupos sociais, das comunidades e das famílias estão estreitamente relacionados”.

Para Laplane e Botega (2010, p. 15), “a cultura é algo que se aprende por meio da participação. Desde o nascimento, a criança está imersa em um ambiente social que faz parte de uma determinada cultura sujeita aos movimentos” da sociedade.

De acordo com as autoras, na perspectiva que inspira a psicologia histórico-cultural se destaca o caráter social da psicogênese do desenvolvimento humano descrito por Vigotsky em suas obras (1984, 1991, 2000). Para Laplane e Botega (2010), isso significa que a cultura constitui o próprio *locus* do desenvolvimento, que é concebido por Vigotsky como sendo uma função do ser humano com seu grupo social e não como uma função individual, que é biologicamente programada.

A refeição familiar tem se modificado muito nas últimas décadas, sendo hoje algo inexistente em diversos lares. As pessoas estudam e trabalham em horários diferentes, o encontro é dificultado pelo deslocamento e muitas famílias adotaram o costume de realizar suas refeições enquanto assistem televisão, e “essas práticas são incorporadas e transmitidas pelo *habitus* que as torna naturais, corriqueiras e até necessárias” (LAPLANE; BOTEAGA, 2010, p. 24).

Bourdieu define *habitus* como esquemas de percepção, pensamento, prática e ação que são internalizados pelos agentes, que se traduzem em práticas, gostos, opiniões e capitais característicos a um grupo, sendo produzidos pelo estilo de vida.

O *habitus*, para Bourdieu, é “*princípio gerador* de práticas objetivamente classificáveis e ao mesmo tempo, *sistema de classificação* de tais práticas” (2007, p. 162). O *espaço dos estilos de vida* é o *mundo social representado* e se constitui “na relação entre as duas capacidades que definem o *habitus*, ou seja, capacidade de produzir práticas e obras classificáveis, além da capacidade de

diferenciar e de apreciar essas práticas e esses produtos (gosto)” (BOURDIEU, 2007, p. 162). O gosto por determinados alimentos, portanto, é adquirido pelo contexto de experiências individuais e coletivas, cultural e socialmente construído, e o *habitus* é responsável por um agente ser detentor de um gosto, pois as condições objetivas de existência associam-se às preferências (BOURDIEU, 2007).

Laplane e Botega (2010) destacam que a alimentação é tema central na cultura e na história da humanidade, sendo um símbolo de sobrevivência e de relação entre humanidade e natureza. A alimentação é até mesmo objeto de regras, estando descrita nos livros sagrados de diferentes religiões; “aparece na Bíblia, no Alcorão, no Tripitaka codificada em normas que incluem desde os modos de preparo dos alimentos até as interdições e proibições alimentares” (LAPLANE; BOTEAGA, 2010, p. 26-27).

A alimentação envolve práticas que atualizam a história, as tradições e identidades, a economia e a geografia. As práticas alimentares são adquiridas em contextos sociais e culturais determinados. Elas fazem parte do *habitus* e estão relacionadas ao acesso que diferentes classes e grupos sociais têm aos produtos (alimentos, ingredientes, equipamentos e acessórios para estocagem, conservação e cozimento), à capacidade de consumir, ao prestígio social que ingredientes, produtos e marcas possuem aos olhos de cada grupo social, ao estilo de vida dos indivíduos e famílias, à participação de homens e mulheres no mercado de trabalho e à globalização que torna possível o consumo dos mesmos produtos no mundo inteiro, independente de safras, épocas de plantio e colheita, tempo de produção, etc. (LAPLANE; BOTEAGA, 2010, p. 27).

As mudanças políticas, econômicas, sociais e culturais, pelas quais o Brasil passou nas últimas décadas, evidenciaram transformações no modo de vida da população. O país cresceu de forma inclusiva, com redução das desigualdades sociais graças à ampliação de políticas sociais na área da saúde, educação, trabalho, emprego e assistência social (BRASIL, 2014).

Também se observou rápida transição demográfica, epidemiológica e nutricional, apresentando como consequência maior expectativa de vida e redução do número de filhos por mulher, além de mudanças importantes no padrão de saúde e consumo alimentar da população brasileira (BRASIL, 2014, p. 5).

Atualmente as principais doenças que acometem os brasileiros deixaram de ser agudas e passaram a ser crônicas, em decorrência do aumento expressivo do sobrepeso e da obesidade em todas as faixas etárias, e as doenças crônicas representam as principais causas de morte entre adultos (BRASIL, 2014). “O excesso de peso acomete um em cada dois adultos e uma em cada três crianças brasileiras” (BRASIL, 2014, p. 5).

Vitolo (2015) afirma que uma complexa rede de influências genéticas e ambientais forma os hábitos alimentares. “Existem predisposições genéticas para se gostar ou não de determinados alimentos e diferenças na sensibilidade para alguns gostos e sabores herdados dos

pais”. Não obstante, “essa influência genética vai sendo moldada ao longo da vida” (VITOLLO, 2015, p. 202), pois, de acordo com Vigotsky (2008), o ser humano constitui-se em sujeito histórico cultural. Sendo assim, o meio em que está inserido será responsável pela constituição de seus hábitos alimentares e estilos de vida. Também entendemos que as práticas alimentares e estilos de vida fazem parte do que Bourdieu denomina de *habitus*, estes que adotamos quando crianças e mantemos ao decorrer de nossas vidas.

Considerando os argumentos apontados, este estudo tem como objetivo identificar e analisar os hábitos alimentares e estilos de vida de crianças e familiares de duas escolas públicas de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul, na perspectiva de compreender a influência da família para a formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância.

## **MÉTODOS**

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma pesquisa de abordagem quantitativa. A análise estatística dos dados quantitativos foi realizada no software R.

A pesquisa foi realizada em uma Escola de Educação Infantil e em uma de Educação Básica de um município do interior do Rio Grande do Sul. Participaram o total de 200 sujeitos, sendo 100 crianças, com seus respectivos pais ou familiares (100).

Após contato com a Direção da escola, a fim de solicitar a autorização para a realização do estudo em suas dependências, fizemos o contato com os sujeitos da pesquisa para a informação dos objetivos do estudo, esclarecimentos acerca da coleta de dados e solicitação de suas participações por meio do Termo de Consentimento e Assentimento Livre Esclarecido (TCALE).

Foram convidados a participar da pesquisa 91 sujeitos matriculados no Ensino Fundamental (1º ao 5º ano) e 41 na Educação Infantil (Berçário II ao Pré II, com mais de 2 anos de idade) e seus respectivos pais ou familiares.

Os critérios de inclusão foram: apresentar o TCALE assinado pelos pais ou responsáveis e também pela própria criança, e responder os instrumentos da pesquisa de forma completa (ANEXO).

Com as recusas e o não cumprimento dos critérios de inclusão (32 sujeitos), participaram ativamente da pesquisa o total de 200 sujeitos, sendo 100 crianças, com seus respectivos pais ou familiares (100).

Os dados foram coletados mediante as respostas de questionários e avaliação antropométrica das crianças. Cada criança recebeu um questionário em sala de aula; os que apresentaram condições de responder sozinhos (crianças já alfabetizadas) o fizeram em sala, os demais levaram para casa, juntamente com um bilhete solicitando que algum familiar lhes ajudasse a responder (pois o questionário era o mesmo para as crianças de 2 a 12 anos). Os questionários destinados aos pais ou responsáveis foram enviados por intermédio dos próprios alunos, contendo as explicações necessárias para o preenchimento adequado. Foi estabelecida uma semana para o retorno dos mesmos.

Os dados antropométricos de peso da massa corporal e estatura dos escolares foram coletados individualmente em sala apropriada, utilizando técnicas e equipamentos preconizados pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2004). O IMC foi estimado após a verificação do peso da massa corporal (kg) e estatura (m) de acordo com as recomendações descritas pela Organização Mundial da Saúde (BRASIL, 2015).

As questões abertas foram analisadas com base na Análise Textual Discursiva (ATD) de Moraes e Galiazzi (2016).

A análise estatística dos dados foi realizada no software R utilizando frequências absolutas e relativas para as variáveis qualitativas. Para a análise de associação entre variáveis empregou-se o teste de qui-quadrado de associação e exato de Fisher, considerando nível de 5% de significância. As variáveis quantitativas foram apresentadas por média e desvio-padrão.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, com o parecer consubstanciado número 33.159. A pesquisa foi desenvolvida de maneira a contemplar todos os preceitos éticos contidos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, no que se refere à pesquisa envolvendo seres humanos.

## **RESULTADOS DA PESQUISA**

Do total de 232 participantes convidados para a pesquisa, 200 se enquadraram nos critérios de inclusão (crianças = 100, familiares = 100). Entre os alunos, foram 54 crianças do sexo masculino e 46 do sexo feminino, com idade variando de 2 a 12 anos, com idade média de  $6,9 \pm 2,4$  (média  $\pm$  desvio padrão) (Tabela 1).

Como nem todas as crianças devolveram os questionários, foi utilizado o teste de qui-quadrado de aderência para se verificar se a amostra obtida representa a população em estudo, considerando estratificação por faixa etária. O teste não foi significativo ( $p=0,9987$ ), portanto a amostra adere à população de acordo com a distribuição da faixa etária das crianças.

Os participantes foram estratificados em três faixas etárias: 2 a 4 anos (19 crianças), 5 a 9 anos (65 crianças) e 10 a 12 anos (16 crianças) e seus respectivos familiares. Essas faixas etárias justificam-se pelos parâmetros de classificação de Percentil da Organização Mundial da Saúde (OMS) de 2006 e 2007, representados pelos gráficos de acompanhamento do estado nutricional das crianças (VITOLLO, 2015).

Quanto ao estado nutricional, 57 crianças apresentaram eutrofia, 15 sobrepeso, 3 baixo peso e 22 obesidade (Tabela 1). Apesar de a maioria das crianças ter apresentado eutrofia, ainda assim o número de sobrepeso e obesidade mostrou-se relevante, pois 37% das crianças encontraram-se em sobrepeso (15%) ou obesidade (22%). Houve associação significativa entre IMC e faixa etária, mostrando maior percentual (43,8%) de obesidade na faixa etária entre 10 e 12 anos; nas demais faixas etárias o maior percentual está em crianças eutróficas: 68,4% e 62,9% para 2 a 4 anos e 5 a 9 anos, respectivamente.

Tabela 1 – Distribuição das crianças por sexo e estado nutricional em relação à faixa etária

| Características | Faixa Etária               |                            |                             | Total<br>n=100<br>n (%) | P                      |
|-----------------|----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------|------------------------|
|                 | 2-4 anos<br>n= 19<br>n (%) | 5-9 anos<br>n= 65<br>n (%) | 10-12 anos<br>n=16<br>n (%) |                         |                        |
| <b>Sexo</b>     |                            |                            |                             |                         |                        |
| Masculino       | 9 (47,4)                   | 35 (53,8)                  | 10 (62,5)                   | 54 (54,0)               | 0,700 <sup>#</sup>     |
| Feminino        | 10 (52,6)                  | 30 (46,2)                  | 6 (37,5)                    | 46 (46,0)               |                        |
| <b>IMC</b>      |                            |                            |                             |                         |                        |
| Baixo peso      | 1 (5,3)                    | 1 (1,6)                    | 1 (6,3)                     | 3 (3,0)                 |                        |
| Eutrofia        | 13 (68,4)                  | 39 (62,9)                  | 5 (31,3)                    | 57 (57,0)               | 0,048 <sup>&amp;</sup> |
| Sobrepeso       | 4 (21,1)                   | 8 (12,9)                   | 3 (18,8)                    | 15 (15,0)               |                        |
| Obesidade       | 1 (5,3)                    | 14 (22,6)                  | 7 (43,8)                    | 22 (22,0)               |                        |

Percentual relativo a cada faixa etária; <sup>#</sup> p relativo ao teste de qui-quadrado; <sup>&</sup> p relativo ao teste exato de Fisher. Três crianças não estavam presentes no dia da avaliação nutricional.

## Estilos de Vida

Quanto ao uso de tecnologia digital, ou seja, o hábito de assistir televisão, jogar *video game* ou ficar na frente do computador, as respostas das crianças variaram de 1 a 6 horas ao dia, chegando a 12 horas no sábado e 10 horas no domingo (Tabela 2). Para os familiares, a amplitude foi entre 1 hora a 8 horas por dia, chegando a até 9 horas no sábado e 10 horas no domingo. O sábado e o domingo foram apontados como os dias da semana com mais horas destas práticas nos dois grupos (Tabela 2).

Entre as crianças eutróficas, 60% (27) fazem uso de algum tipo de tecnologia digital, como televisão, *video game* ou computador, entre 1-2 horas/dia durante a semana, e 29% (13) usam 3-4 horas/dia durante a semana. Entre as crianças com sobrepeso e obesidade, 50% (15) usam entre 1-2 horas e 47% (14) 3-4 horas/dia. Nos finais de semana, entre as crianças que têm peso normal, 65% (17) usam de 1-2 horas/dia e 31% (8) de 3-4 horas/dia. As crianças com sobrepeso e obesidade 50% (10) usam de 1-2 horas/dia, e 40% (8) de 3-4 horas/dia. Não se observou uma relação significativa entre IMC e tempo de uso de tecnologia digital, mas podemos perceber que os eutróficos apresentam menos tempo de uso de tecnologia digital.

A atividade física é praticada por 79 (80,6%) crianças e 45 (51,1%) familiares. Entre as crianças que praticam atividade física, 41 (57%) dos seus familiares também praticam, e entre as crianças que não praticam atividade física 73% (11) dos seus familiares também não praticam, não havendo associação significativa ( $p=0,064$ ), porém indicando relação aproximada.

Tabela 2 – Estilo de vida das crianças e familiares de acordo com o uso de algum tipo de tecnologia digital e prática de atividade física em relação à faixa etária

| Estilo de Vida  | Faixa Etária      |                   |                     | Total<br>n (%) | P                          |
|---|-------------------|-------------------|---------------------|----------------|----------------------------|
|   | 2-4 anos<br>n (%) | 5-9 anos<br>n (%) | 10-12 anos<br>n (%) |                |                            |
| <b>Crianças – Horas/dia tv, <i>video game</i> ou computador durante a semana</b>            |                   |                   |                     |                |                            |
| 1-3 horas/dia   | 9 (56,3)          | 29 (53,7)         | 5 (50,0)            | 43 (53,8)      | 0,64<br>0 <sup>&amp;</sup> |
| 3-5 horas/dia   | 7 (43,8)          | 19 (35,2)         | 5 (50,0)            | 31 (38,8)      |                            |
| 5-6 horas/dia   | -                 | 6 (11,11)         | -                   | 6 (7,5)        |                            |
| <b>Crianças – Horas/dia tv, <i>video game</i> ou computador final de semana</b>             |                   |                   |                     |                |                            |
| 0 horas/ dia  | -                 | -                 | 1 (10,0)            | 1 (2,0)        | 0,42<br>8 <sup>&amp;</sup> |
| 1-3 horas/dia   | 6 (75,0)          | 20 (60,6)         | 4(40,0)             | 30 (58,8)      |                            |
| 3-5 horas/dia   | 2 (25,0)          | 11 (33,3)         | 5 (50,0)            | 18 (35,3)      |                            |
| 5 horas/dia ou mais   | -                 | 2 (6,1)           | -                   | 2 (3,9)        |                            |
| <b>Familiares – Horas/dia tv, <i>video game</i> ou computador durante a semana</b>          |                   |                   |                     |                |                            |
| 1-3 horas/dia   | 11 (68,8)         | 32 (62,7)         | 6 (60,0)            | 49 (63,6)      | 0,57<br>1 <sup>&amp;</sup> |
| 3-5 horas/dia   | 5 (31,3)          | 13 (25,4)         | 4 (40,0)            | 22 (28,6)      |                            |
| 5-6 horas/dia   | -                 | 6 (11,8)          | -                   | 6 (7,8)        |                            |
| <b>Familiares – Horas/dia tv, <i>video game</i> ou computador durante o final de semana</b> |                   |                   |                     |                |                            |
| 1-3 horas/dia   | 4 (40,0)          | 19 (54,3)         | 5 (71,4)            | 28 (53,8)      | 0,61<br>4 <sup>&amp;</sup> |
| 3-5 horas/dia   | 6 (60,0)          | 13 (37,1)         | 2(28,6)             | 21 (40,4)      |                            |
| 5 horas/dia ou mais   | -                 | 3 (8,6)           | -                   | 3 (5,8)        |                            |



|                               |           |           |            |           |                         |
|-------------------------------|-----------|-----------|------------|-----------|-------------------------|
| Crianças – Atividade física   |           |           |            |           |                         |
| Sim                           | 8 (42,1)  | 56 (87,5) | 15 (100,0) | 79 (80,6) | <0,001 <sup>&amp;</sup> |
| Não                           | 11 (57,9) | 7 (10,9)  | -          | 18 (18,4) |                         |
| Às vezes                      | -         | 1 (1,6)   | -          | 1 (1,0)   |                         |
| Famíliares – Atividade Física |           |           |            |           |                         |
| Sim                           | 7 (38,9)  | 30 (52,6) | 8 (61,5)   | 45 (51,1) | 0,429 <sup>#</sup>      |
| Não                           | 11 (61,1) | 27 (47,4) | 5 (38,5)   | 43 (48,9) |                         |

\* Percentual relativo a cada faixa etária; # p relativo ao teste de qui-quadrado; & p relativo ao teste Exato de Fisher. “Crianças – Horas/dia tv, *video game* ou computador durante a semana” possui 20 missing (não resposta) entre crianças e 23 entre familiares. “Crianças – Horas/dia tv, *video game* ou computador final de semana” possui 49 missing entre crianças e 48 entre familiares. “Crianças – Atividade física” possui 2 missing. “Famíliares – Atividade Física” possui 12 missing.

Observa-se, na Tabela 2, que entre 2-4 anos a proporção (42,1%) de crianças que praticam atividade física é menor comparando-se com as outras duas, sendo 87,5% e 100,0% para 5-9 anos e 10-12 anos respectivamente, evidenciando uma diferença significativa entre as faixas etárias. Nas demais variáveis analisadas na Tabela 2 não se evidenciou diferença significativa entre as faixas etárias.

### Hábitos Alimentares

Quanto ao hábito de fazer suas refeições diariamente, 97 crianças costumam fazê-las em casa (1 fora de casa e 2 não responderam), e entre os seus familiares, 83 costumam fazer suas refeições em casa, 2 fora de casa e 3 em casa e fora. Associando o local de refeição entre crianças e seus respectivos familiares, 82 concordam que fazem suas refeições em casa.

Em relação ao costume de ingestão de líquidos durante as refeições, 11 (11,1%) das crianças responderam não ingerir, e entre os pais, 28 (31,8%) não ingerem (Tabela 3). Observa-se, nesta Tabela, que existe o hábito de ingerir líquido durante as refeições tanto entre as crianças quanto entre os pais, e independe da faixa etária.

A maioria (64%) das crianças e seus familiares tem o hábito de ingerir líquido durante as refeições, porém essa associação não é significativa ( $p=0,136$ ). Entre as crianças que têm o hábito de ingerir líquido durante as refeições, 71% (56) dos familiares também têm o mesmo hábito.

Tabela 3 – Consumo de líquido durante as refeições entre crianças e familiares em relação à faixa etária

| Características                                     | Faixa Etária      |                   |                     | Total<br>n (%) | p                      |
|---|-------------------|-------------------|---------------------|----------------|------------------------|
|   | 2-4 anos<br>n (%) | 5-9 anos<br>n (%) | 10-12 anos<br>n (%) |                |                        |
| Crianças consumo de líquidos durante as refeições   |                   |                   |                     |                |                        |
| Sim   | 17 (89,5)         | 54 (84,4)         | 15 (93,8)           | 86 (86,9)      | 0,958 <sup>&amp;</sup> |
| Não   | 2 (10,5)          | 8 (12,5)          | 1 (6,3)             | 11 (11,1)      |                        |
| Às vezes  | -                 | 2 (3,1)           | -                   | 2 (2,0)        |                        |
| Familiares consumo de líquidos durante as refeições |                   |                   |                     |                |                        |
| Sim   | 12 (66,7)         | 36 (63,2)         | 10 (76,9)           | 58 (65,9)      | 0,123 <sup>&amp;</sup> |
| Não   | 4 (22,2)          | 21 (36,8)         | 3 (23,1)            | 28 (31,8)      |                        |
| Às vezes  | 2 (11,1)          | -                 | -                   | 2 (2,3)        |                        |

\* Percentual relativo a cada faixa etária; # p relativo ao teste de qui-quadrado; & p relativo ao teste exato de Fisher. Consumo de líquidos durante as refeições tem 1 missing entre crianças e 12 entre familiares.

De acordo com a rotina semanal, o total de refeições que as crianças e familiares costumam fazer habitualmente no dia variou de duas a sete, conforme apresentado na Tabela 4.

Observou-se correlação moderada e significativa ( $r_s = 0,46$ ;  $p < 0,001$ ) entre o número de refeições das crianças e seus familiares, afirmando-se que existe relação entre o familiar e a criança, podendo-se inferir sobre a influência dos familiares no número de refeições das crianças. A concordância do número de refeição entre crianças e seus familiares foi maior: 21,0% entre 4 refeições ao dia, seguido de 17,1% das crianças que fazem 5 refeições ao dia e os familiares 4 refeições, e 14,6% tanto crianças e familiares fazem 3 refeições.

Tabela 4 – Número de refeições, preferência de alimentos, motivo comer, opinião sobre alimentação saudável e local onde aprendeu sobre alimentação saudável entre crianças e familiares

| Refeição            | Crianças n (%) | Familiares n (%) |
|---------------------|----------------|------------------|
| Número de refeições |                |                  |
| Duas                | 1 (1,1)        | 4 (4,7)          |
| Três                | 24 (25,3)      | 21 (24,7)        |
| Quatro              | 35 (36,8)      | 39 (45,9)        |
| Cinco               | 26 (27,4)      | 15 (17,6)        |
| Seis                | 8 (8,4)        | 6 (7,1)          |
| Sete                | 1 (1,1)        | -                |

|   |           |           |
|---|-----------|-----------|
| Refeição mais saudável  |           |           |
| Café da manhã   | 13 (13,3) | 11 (12,8) |
| Colação   | 2 (2,0)   | 1 (1,2)   |
| Almoço  | 73 (74,4) | 68 (79,1) |
| Lanche  | 5 (5,1)   | 3 (3,5)   |
| Jantar  | 4 (4,1)   | 3 (3,5)   |
| Ceia  | 1 (1,0)   | -         |
| Motivo de comer   |           |           |
| Viver   | 56 (62,9) | 61 (71,8) |
| Fome  | 29 (32,6) | 16 (18,8) |
| Gula  | 2 (2,2)   | 7 (8,2)   |
| Pais mandam   | 2 (2,2)   | -         |
| Manter peso   | -         | 1(1,2)    |
| Alimentação saudável  |           |           |
| Comer frutas e verduras sem excesso de açúcar/sal/ gordura e ingerir alimentos saudáveis/naturais | 56 (66,7) | 43 (56,6) |
| Tudo um pouco, de forma equilibrada/quantidades corretas/sem exagero                              | 26 (31,0) | 32 (42,1) |
| Comer na hora certa   | 1 (1,2)   | 1 (1,3)   |
| Comer o que a mãe pedir   | 1 (1,2)   | -         |
| Local aprendeu alimentação saudável   |           |           |
| Em casa   | 80 (95,2) | 50 (68,5) |
| Nutricionista   | 3 (3,6)   | 4 (5,5)   |
| Televisão   | 1 (1,2)   | 11 (15,1) |
| Escola  | -         | 4 (5,5)   |
| Escola/meios de comunicação   | -         | 2 (2,7)   |
| Esposa/filha  | -         | 1 (1,3)   |
| Exemplo doenças causada por alimentação inadequada  | -         | 1 (1,3)   |

Número de refeições: 5 missing entre crianças e 15 missing entre familiares. Refeição mais saudável: 2 missing entre crianças e 14 missing entre familiares. Motivo de comer: 11 missing entre crianças e 15 missing entre familiares. Alimentação saudável: 16 missing entre crianças e 76 missing entre familiares. Local aprendeu alimentação saudável: 16 missing entre crianças e 27 missing entre familiares.

Entre as respostas válidas (86) para a refeição considerada a mais saudável pelas crianças e famílias, 62 (72,1%) respostas tiveram concordância; destes, 56 (65,1%) crianças e seus familiares indicaram o almoço, seguido de café da manhã (3) e lanche da tarde (3). O almoço teve a maior frequência de indicação como a refeição mais saudável entre as crianças (73%; 74,5%) e entre os familiares (68%; 79,1%).

Entre as crianças, 80 apresentaram algum alimento que não gostam. Entre eles, alimentos dos grupos dos feijões (também conhecido como leguminosas), cereais, raízes, tubérculos, legumes e verduras, frutas, carnes e ovos, leites e queijos, oleaginosas, representando todos os grupos alimentares. Ainda foram citadas sobremesas doces, vinagre (saladas com vinagre), comidas gordurosas, temperos, maionese de batata e condimento como maionese e mostarda. Concordância de 44% entre crianças e seus familiares nos alimentos que não gostam, 22% indicaram alimentos diferentes que não gostam e 34% não indicaram alimentos individual ou conjuntamente. Dentre as crianças que responderam (77) se experimentou alimentos que não gosta, 70 (90,1%) indicaram que sim.

As respostas referentes aos alimentos preferidos foram bem variadas tanto entre as crianças quanto entre seus familiares, sendo citados todos os grupos de alimentos. Quanto à preferência por alimentos, 70% das crianças e seus familiares concordam na preferência e 11% indicaram alimentos diferentes. Ainda, 19% das crianças e/ou seus familiares indicaram todos/vários preferidos ou não responderam.

A maioria das crianças (97) e seus familiares (85) responderam comer frutas. Dentre os principais motivos indicados pelas crianças é que são saborosas (41; 50,0%) e saudáveis (38, 46,3%), e entre os familiares 39 (61,9%) disseram que são saudáveis e 21 (33,3%) indicaram ser saborosas (Tabela 5).

Quanto às verduras, 87 (88,8%) crianças e 83 (96,5%) familiares indicaram ingeri-las. Os motivos indicados pela maioria das crianças é que são saudáveis (28; 46,7%) e saborosas (27; 45,0%) (Tabela 5). A maioria dos adultos indicou serem saudáveis (40; 58,0%) e saborosas (26; 37,7%). Dentre as 57 respostas válidas conjuntamente, 49 (86,0%) concordaram na opinião dos motivos.

Quanto ao consumo de guloseimas (sorvetes, doces, chocolates, salgadinhos e frituras), 76 (77,6%) crianças ingerem, 20 (20,4%) crianças ingerem às vezes e apenas 2 não ingerem. Dentre os familiares, 48 (57,1%) indicaram que ingerem, 31 (36,9%) às vezes e 5 não ingerem. Dentre as respostas (84) válidas conjuntamente, 55 (65,5%) concordaram entre crianças e familiares.

Dentre as crianças que responderam (65) o motivo de ingerir guloseimas, a maioria (61; 93,8%) indicou por ser saborosas (Tabela 5). Dentre os familiares que responderam (32), 28 (87,5%) mencionaram ser saborosas (Tabela 5).

Tabela 5 – Motivo do consumo de frutas, verduras e guloseimas entre crianças e familiares.

| Consumo        | Crianças<br>n (%) | Familiares<br>n (%) |
|----------------|-------------------|---------------------|
| Frutas (sim)   | 97                | 85                  |
| Saborosas      | 41 (50,0)         | 21 (33,3)           |
| Saudáveis      | 38 (46,3)         | 39 (61,9)           |
| Mãe oferece    | 2 (2,4)           | -                   |
| Tem em casa    | 1 (1,2)           | 3 (4,8)             |
| Verduras (sim) | 87                | 83                  |
| Saudável       | 28 (46,7)         | 40 (58,0)           |
| Gosta/saborosa | 27 (45,0)         | 26 (37,7)           |
| Costume/hábito | 5 (8,3)           | 3 (4,3)             |
| Guloseimas     | 76                | 48                  |
| Saborosa       | 61 (93,8)         | 28 (87,5)           |
| Tem em casa    | 4 (6,2)           | 1 (3,1)             |
| Gula/desejo    | -                 | 3 (9,4)             |

% agrupadas por categorias de frutas, verduras e guloseimas para crianças e para familiares.

Questionamos as crianças se elas comem o que querem ou o que os familiares mandam, 47 (48,5%) crianças indicaram que comem os alimentos que os familiares mandam, 27 (27,8%) comem o que querem/o que gostam, 20 (20,6%) crianças comem o que querem e o que os pais mandam e 3 comem o que querem, porém com consciência de que os pais explicam o que é ou não saudável.

Dentre os motivos pelos quais comem, a maioria das crianças indicou comer para viver (56; 62,9%) ou por fome (29; 32,6%). Também a maioria (61; 71,8%) dos familiares mencionou para viver, seguido de 16 (18,8%) por fome (Tabela 4). Dentre as 81 respostas válidas conjuntamente, 58 (71,6%) crianças e seus familiares concordaram nos motivos pelos quais comem. Entre as discordâncias, observa-se 12 (14,8%) crianças que indicaram comer por fome e seus familiares para viver.

Na questão referente ao que é uma alimentação saudável, 56 (66,7%) crianças responderam que a alimentação saudável está relacionada a comer frutas e verduras sem excesso de açúcar/sal/gordura e ingerir alimentos saudáveis/naturais, e 26 (31,0%) crianças indicaram comer de tudo um pouco/de forma equilibrada/quantidades corretas/sem exagero (Tabela 4). A maioria dos familiares (43, 56,6%) respondeu que uma alimentação saudável é comer frutas e verduras sem excesso de açúcar/sal/gordura e ingerir alimentos saudáveis/naturais, 32 (42,1%) familiares mencionaram comer de tudo um pouco/de forma equilibrada/quantidades corretas/sem exagero, e 64 (87,7%) das respostas válidas conjuntamente concordaram na opinião da alimentação saudável (Tabela 4).

De acordo com a Tabela 4, a maioria das crianças (80; 95,2%) aprendeu sobre alimentação saudável em casa com a família. Os familiares também indicaram, na maioria (50; 68,5%), ter aprendido em casa com a família. Houve 47 (75,8%) respostas concordantes indicando a aprendizagem com a família/casa e 11 (17,7%) respostas discordantes em que as crianças indicaram familiares/casa e os familiares indicaram televisão.

A maioria das crianças 72 (84,7%) segue o exemplo de seus familiares para se alimentar, 8 e 5 crianças seguem “às vezes” e “não”, respectivamente. Das crianças, 45 (84,9%) indicaram: porque meus pais procuram uma alimentação saudável/são um bom exemplo/só comem coisas saudáveis/ quero me alimentar corretamente; 5 crianças mencionaram: eu gosto de comer o que eles comem; e 3 indicaram: porque são eles que oferecem os alimentos/porque fazemos as refeições juntos.

A maioria dos familiares (78; 78,0%) indicou incentivar suas crianças a ter uma alimentação saudável. Dos familiares, 53 (80,3%) incentivam a alimentação saudável pelo motivo da saúde e 13 (19,7%) familiares destacaram para evitar doenças; ainda destes, um complementou: *“porque somos o espelho de nossos filhos, eles copiam o que veem, não adianta apenas falar, tem que criar hábitos saudáveis, pôr os alimentos na mesa”* (Familiar 50).

## DISCUSSÃO

Neste estudo foram consideradas as crianças a partir de 2 anos de idade até 12 anos, pois, segundo Vitolo (2015, p. 173), “até os 2 anos de idade, o crescimento reflete as condições de nascimento (gestação) e ambientais (nutrição).”

Na infância quase tudo é relacionado aos hábitos e condutas. É nessa etapa da vida que “é formada a personalidade e são estabelecidos padrões que serão a base do comportamento da criança na idade adulta” (BRASIL, 2018, p. 28). Por isso é preciso

que todos os que estão direta ou indiretamente relacionados ao mundo infantil concentrem seus esforços para que a educação da criança seja a melhor possível. Isso proporcionará a ela uma vida saudável em todos os sentidos. É necessário estar consciente de que a saúde é uma peça importante para o equilíbrio das crianças (BRASIL, 2018, p. 29).

Apesar de a maioria das crianças em nosso estudo ter apresentado eutrofia, o número de sobrepeso e obesidade mostrou-se relevante, pois mais de um terço delas estavam em sobrepeso ou obesidade, assemelhando-se ao estudo de Melo *et al.* (2017, p. 3), que mostrava que “aproximadamente um terço da população infantil apresentava-se em risco de sobrepeso ou com excesso de peso.” Também está de acordo com a afirmação do Guia Alimentar para a População Brasileira, quando afirma que “o excesso de peso acomete uma em cada três crianças brasileiras” (BRASIL, 2014, p. 5).

De acordo com a World Health Organization (WHO, 2018), a obesidade infantil é um dos mais sérios desafios de saúde pública do século 21. Crianças com sobrepeso e obesidade tendem a permanecer obesas na idade adulta e estão mais propensas a desenvolver doenças não transmissíveis, como diabetes e doenças cardiovasculares, mais cedo. O sobrepeso e a obesidade, assim como as doenças relacionadas, são amplamente evitáveis. Sendo assim, a prevenção da obesidade infantil precisa de alta prioridade (WHO, 2018). “Um dos hábitos que pode prevenir a obesidade infantil é criar o costume, na criança, de alimentar-se bem. Dar-lhe o alimento adequado desde o seu nascimento é a melhor forma de mantê-lo com boa saúde” (BRASIL, 2018, p. 29).

Observamos que a maioria das crianças recebeu ajuda da mãe para responder os questionários. Estudos expõem a influência da mãe nos hábitos alimentares dos filhos, associando-se ao fato de, na maioria dos casos, ser a mãe quem passa mais tempo com as crianças (OLIVEIRA *et al.*, 2012; NOBRE; BRENTANI; FERRARO, 2016).

Oliveira *et al.* (2012, p. 383) afirmam que essa influência “pode ser tanto positiva quanto negativa, dependendo da cultura e conhecimentos de cada mãe”. Lindsay *et al.* (2012), em seu estudo realizado com mães de baixa renda em Buenos Aires, na Argentina, identificaram que muitas têm consciência de que a obesidade pode prejudicar a saúde de suas crianças, mas a maioria não tem clareza a respeito das consequências. De acordo com o estudo, as práticas da alimentação infantil parecem ter influência do trabalho materno, das pressões familiares, da insegurança alimentar e das preocupações financeiras.

As crianças e suas famílias, em nosso estudo, apresentaram um excesso de horas de uso de tecnologia digital; bem mais do que um recente estudo canadense (MADIGAN *et al.*, 2019), que investigou o consumo de tela de crianças dos 2 aos 5 anos de idade e identificou que as crianças de 2 anos passavam em média 17 horas por semana em frente a telas e 25 horas aos 3 anos, diminuindo aos 5 anos para 11 horas, quando as crianças começam a ir na escola.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2016, p. 2), “estudos científicos comprovam que a tecnologia influencia comportamentos através do mundo digital, modificando hábitos desde a infância, que podem causar prejuízos e danos à saúde”.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2016) recomenda que o tempo de uso de tecnologia digital seja limitado a, no máximo, 1 hora ao dia para as crianças entre 2 e 5 anos de idade, ainda na presença dos pais, para ajudar a compreender as imagens. Deve-se estabelecer horários e limites, estimulando a atividade física diária por, no mínimo, uma hora.

A maioria dos sujeitos da pesquisa praticam algum tipo de atividade física, sendo estabelecida uma relação de prática comum entre as crianças e suas famílias. Esta apresenta-se como um aspecto positivo, pois “pouca atividade física também pode colaborar para o desenvolvimento de” Diabetes Mellitus Tipo 2 (DM2), “visto que os exercícios físicos aumentam a sensibilidade à insulina e ajudam a prevenir a obesidade” (CUPPARI, 2009, p. 153). No estudo de Minuzzi *et al.* (2018) observa-se que um comportamento positivo dos pais em relação à atividade física pode ter um impacto positivo na vida de seus filhos.

Assim como na pesquisa de Melo *et al.* (2017, p. 3), em nosso estudo quase todas as crianças realizavam as refeições diariamente com a família na sua casa.

O Guia Alimentar para a População Brasileira recomenda, sempre que possível, comer em companhia dos familiares, amigos, colegas de trabalho ou escola, assim como compartilhar as atividades domésticas de preparo das refeições. Considera-se que “seres humanos são seres sociais e o hábito de comer em companhia está impregnado em nossa história, assim como a divisão da responsabilidade por encontrar ou adquirir, preparar e cozinhar alimentos” (BRASIL, 2014, p. 96).

Compartilhar o momento da alimentação e as atividades envolvidas constitui-se um modo simples e profundo de criar e desenvolver relações interpessoais, sendo o comer parte natural da vida social. “Refeições compartilhadas feitas no ambiente da casa são momentos preciosos para cultivar e fortalecer laços entre pessoas que se gostam”. São excelentes oportunidades para as crianças e adolescentes adquirirem bons hábitos e valorizarem a importância de refeições regulares, feitas em ambientes apropriados. Comer em companhia “ajuda colegas e amigos a se conhecerem melhor e trocarem experiências. Facilita o entrosamento de grupos, aumenta o senso de pertencimento e contribui para o bom desempenho de tarefas do trabalho ou da escola” (BRASIL, 2014, p. 96).

O hábito de ingerir líquido durante as refeições e o consumo alimentar apresentou concordância entre as crianças e familiares. O número de refeições das crianças e familiares mostrou uma correlação moderada e significativa, permitindo afirmar que o familiar tem influência no número de refeições das crianças.

A maioria das crianças indicou comer os alimentos que os familiares mandam, ter aprendido o que é uma alimentação saudável em casa com a família e seguir o exemplo de seus familiares para se alimentar. Também os familiares responderam incentivar suas crianças a ter uma alimentação saudável.



Entendemos que tanto as crianças quanto seus familiares, em geral, têm uma noção do que é alimentação saudável, porém devemos salientar o fato de que ter o conhecimento não significa praticá-lo. Bento, Esteves e França (2015) observaram, em seu estudo, que os responsáveis pelas crianças tinham uma noção do que é uma alimentação saudável, mas suas práticas alimentares eram inadequadas, estando entre as principais dificuldades apontadas para obter uma alimentação saudável: os recursos financeiros, a falta de tempo e os hábitos alimentares.

Os resultados apresentados em nosso estudo indicam que a maioria das crianças tem influência da família para o desenvolvimento tanto dos hábitos alimentares quanto dos estilos de vida. A alimentação e estilos de vida das crianças é de responsabilidade dos adultos, sejam eles familiares, professores ou cuidadores.

Segundo Abreu e Kapim (2014, p. 11), “é claro que uma guloseima de vez em quando pode. O que não pode é virar rotina. Se a criança come bem durante a semana, não há nenhum problema em comer balas, chicletes e chocolate nos finais de semana”, com moderação. Não se pode comer guloseimas todos os dias, ou substituir refeições saudáveis por elas. São necessários equilíbrio e bom senso (ABREU; KAPIM, 2014, p. 11).

“Comer de forma saudável é algo que se aprende em casa, e desde cedo. O ideal é que a alimentação equilibrada seja introduzida desde o nascimento, mas é importante saber que nunca é tarde para mudar” (ABREU; KAPIM, 2014, p. 19).

A família também precisa ter muita atenção no que come na frente das crianças. Dificilmente as crianças terão uma alimentação saudável se os adultos ao seu redor comem mal. Antes de querer modificar a alimentação das crianças é preciso que sua família lhe dê bom exemplo. As crianças não vão entender que é preciso ter uma alimentação saudável se os adultos comem mal (ABREU; KAPIM, 2014).

De acordo com Juzwiak (2013), a família representa o primeiro e principal fator de influência sobre os hábitos alimentares das crianças. São os pais ou familiares os responsáveis por ofertar os alimentos para as crianças; desse modo, as escolhas que os pais fazem influenciam nos hábitos alimentares delas.

Vigotsky (2008, p. 103) afirma que a criança desenvolve uma função mediante sua utilização e prática inconsciente e espontaneamente, antes de ter consciência e controle sobre ela. Desse modo, uma criança não pode ser responsabilizada psicologicamente por seus hábitos alimentares e estilos de vida, pois ela os aprende com sua família e os coloca em prática em seu cotidiano, ou seja, ela é influenciada e moldada ao meio em que está inserida. Assim, as práticas alimentares e estilos de vida cotidianos, mesmo ainda inconscientes, vão se repetindo, geralmente influenciados por imitação e se tornando um hábito.

Os hábitos adquiridos durante a infância e adolescência “são fáceis de serem mantidos na vida adulta e durante o envelhecimento” (BRASIL, 2018, p. 30). “A comida de que gostamos, os temperos que preferimos, o cheirinho que sentimos e que nos enche a boca de água, tudo se refere aos hábitos que adquirimos quando ainda éramos crianças” (BRASIL, 2018, p. 30). Desse modo, entendemos porque as práticas alimentares e estilos de vida formam o que Bourdieu descreve como *habitus*, estes que adotamos quando crianças e seguimos ao decorrer de nossa vida.

Bourdieu (2007, p.165) descreve o *habitus* como

princípio unificador e gerador de todas as práticas. O gosto, propensão e aptidão para a apropriação – material e/ou simbólica – de determinada classe de objetos ou de práticas classificadas e classificantes é a fórmula geradora que se encontra na origem do estilo de vida.

O *habitus* é relacionado por Bourdieu com o conceito de gosto, que se une com as experiências individuais e coletivas do sujeito.

oposições de estrutura semelhante às que se observam em matéria de consumo cultural encontram-se, também, em matéria de consumo alimentar: a antítese entre a quantidade e a qualidade, a grande comilança e os quitutes, a substância e a forma ou as formas, encobre a oposição, associada a distanciamientos desiguais à necessidade, entre o gosto de necessidade – que, por sua vez, encaminha para os alimentos, a um só tempo, mais nutritivos e mais econômicos – e o gosto de liberdade – ou de luxo – que, por oposição a comezaina popular, tende a deslocar a ênfase da matéria para a maneira (de apresentar, de servir, de comer, etc.) por um expediente de estilização que exige a forma e às formas que operem uma denegação da função (BOURDIEU, 2007, p. 13).

O *habitus*, para Bourdieu, é “*princípio gerador* de práticas objetivamente classificáveis e ao mesmo tempo, *sistema de classificação* de tais práticas” (2007, p. 162). O *espaço dos estilos de vida* é o *mundo social representado* e se constitui “na relação entre as duas capacidades que definem o *habitus*, ou seja, capacidade de produzir práticas e obras classificáveis, além da capacidade de diferenciar e de apreciar essas práticas e esses produtos (gosto)” (BOURDIEU, 2007, p. 162).

Assim, consideramos que o gosto se dá pelo contexto de experiências individuais e coletivas, cultural e socialmente construído, posto que o *habitus* é responsável por um agente ser detentor de um gosto, pois as condições objetivas de existência associam-se às preferências (BOURDIEU, 2007).

Se as escolhas dos indivíduos são proporcionadas por seus *habitus* e o estilo de vida resulta das disposições e possibilidades encontradas pelo indivíduo em seu meio, neste contexto é preciso criar o hábito na criança de se alimentar bem, de ter um estilo de vida saudável, simplesmente porque é necessário para a qualidade de vida e saúde.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os familiares são reconhecidos exemplos, conforme resultados obtidos das afirmações das crianças do nosso estudo e dos demais pesquisados. Todas as ações dos adultos são observadas e internalizadas pelas crianças, além de serem os familiares os responsáveis por adquirir os alimentos ofertados. Assim, a família influencia a formação dos hábitos alimentares e estilos de vida das crianças.

Mais de um terço das crianças avaliadas em nosso estudo apresentaram sobrepeso ou obesidade, assemelhando-se com a representação da população brasileira. Não se observou uma relação significativa entre o estado nutricional e o uso de tecnologia digital, mas podemos perceber que os eutróficos utilizam menos tecnologia digital que os obesos e os com sobrepeso.

Identificamos uma possível relação entre a prática ou não de exercícios físicos entre pais e filhos, e uma correlação moderada e significativa entre o número de refeições das crianças e seus familiares, podendo-se afirmar a influência destes últimos.

Notamos concordância entre crianças e familiares quanto ao consumo de frutas, verduras e guloseimas, podendo afirmar a influência dos familiares nas práticas alimentares das crianças, por serem eles a comprar os alimentos que vão para casa e também referência para suas crianças.

A maioria dos sujeitos indicou ter aprendido sobre alimentação saudável em casa com a família. As crianças afirmaram seguir o exemplo de seus familiares para se alimentar, e a maioria dos familiares indicou incentivá-las a ter uma alimentação saudável. Os familiares são referência para as crianças, pois elas internalizam o que veem; não adianta só falar, é necessário colocar em prática. Desse modo, enfatizamos a importância de sensibilizar e ensinar os familiares responsáveis pelas crianças a manterem hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, para, assim, servirem de exemplo.

Devemos considerar, porém, que a partir da idade escolar ampliam-se os meios de convivência social da criança, e a oferta de alimentos e estilos de vida tendem a se modificar. Nesse momento, os hábitos alimentares, com a promoção de uma alimentação e estilos de vida saudáveis, também passam a ser de responsabilidade da comunidade escolar.

## REFERÊNCIAS

ABREU, A.; KAPIM, G. *Socorro, meu filho come mal*. Rio de Janeiro: LeYa, 2014.

- BAUMAM, Z. *A sociedade individualizada: vidas contadas e histórias vividas*. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.
- BENTO, I. C.; ESTEVES, J. M. M.; FRANÇA, T. E. Alimentação saudável e dificuldades para torná-la uma realidade: percepções de pais/responsáveis por pré-escolares de uma creche em Belo Horizonte/MG, Brasil. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 8, p. 2.389-2.400, ago. 2015. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232015000802389&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232015000802389&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 5 dez. 2017.
- BOURDIEU, P. 1930. *Pierre Bourdieu: Sociologia I*. Organizadora [da coletânea] Renata Ortiz. Tradução Paula Montero e Alicia Auzmendi. São Paulo: Ática, 1983.
- BOURDIEU, P. 1930-2002. *A distinção: crítica social do julgamento*. Tradução Daniela Kern e Guilherme. F. Teixeira. São Paulo: Edusp; Porto Alegre, RS: Zouk, 2007.
- BOURDIEU, P. 1930-2002. *A reprodução: elementos para uma teoria do sistema de ensino*. Pierre Bourdieu/Jean-Claude Passeron. Tradução Reynaldo Bairão. Revisão Pedro Benjamin Garcia e Ana Maria Baeta. 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.
- BRASIL. Ministério da Saúde. *Caderneta de saúde da criança*. Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde. Disponível em: [www.saude.gov.br/bvs](http://www.saude.gov.br/bvs). Brasília, DF, 2015.
- BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. *Jornada de educação alimentar e nutricional*. Programa Nacional de Alimentação Escolar. Brasília: FNDE, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- CUPPARI, L. (coord.). *Nutrição: nas doenças crônicas não-transmissíveis*. Barueri, SP: Manole, 2009.
- JUZWIAK, C. R. Era uma vez ... um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional. *Revista Interface: Comunicação Saúde Educação*, 17(45), p. 473-84, 2013.
- LAPLANE, A. L. F.; BOTEGA, M. B. S. A mediação da cultura no desenvolvimento infantil: televisão e alimentação na vida cotidiana das famílias. In: NOGUEIRA, Ana Lúcia Horta; SMOLKA, Ana Luíza B. (org.). *Questões do desenvolvimento humano: práticas e sentidos*. Campinas, SP: Mercado de Letras, 2010.
- LINDSAY, A. C. *et al.* Child feeding practices and house hold food in security among low-income mothers in Buenos. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, v. 17, n. 3, mar. 2012.
- MADIGAN, S. *et al.* Association Between Screen Time and Children's Performance on a Developmental Screening Test. *Jama Pediatr.*, 28 jan. 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30688984>. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2018.5056.
- MELO, K. M. *et al.* Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. *Escola Anna Nery*, 21(4), 2017.

MINUZZI, T. *et al.* Relação do comportamento do perfil do estilo de vida de escolares com o de seus pais. *Cien. Saúde Colet.* [periódico na internet], mar. 2018. Citado em: 21 set. 2018. Disponível em: <http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/relacao-do-comportamento-do-perfil-do-estilo-de-vida-de-escolares-com-o-de-seuspais/16651>.

MORAES, R.; GALIAZZI, M. C. *Análise textual discursiva*. Ijuí: Editora Unijuí, 2016.

NOBRE, É. B.; BRENTANI, A. V. M.; FERRARO, A. A. Association between maternal lifestyle and preschool nutrition. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 62, n. 6, set. 2016.

OLIVEIRA, A. S. *et al.* Hábitos alimentares de pré-escolares: a influência das mães e da amamentação. *Revista de Nutrição*, v. 23, n. 3, Campinas, 2012.

OMS. Organização Mundial da Saúde. *Obesidade: prevenindo e controlando a epidemia global*. São Paulo: Roca; 2004. 256p.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. Saúde de crianças e adolescentes na era digital. *Manual de Orientação*, Sociedade Brasileira de Pediatria; Departamento de Adolescência, n. 1, out. 2016.

VITOLO, M. R. *Nutrição: da gestação ao envelhecimento*. 2. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.

VYGOTSKY, L. S. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

WHO. World Health Organization. *Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health*. Dez. 2018. Disponível em: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/en/>. Acesso em: 7 dez. 2018.

### ARTIGO 3

## PERCEPÇÕES DOS PROFESSORES REFERENTES À EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA

### TEACHERS' PERCEPTIONS CONCERNING FOOD AND NUTRITION EDUCATION IN CHILDHOOD

#### RESUMO

Neste estudo buscamos compreender as percepções dos professores referentes à educação alimentar e nutricional e como eles podem influenciar na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida de seus alunos. **Métodos:** Apresentamos uma pesquisa qualitativa, realizada em uma Escola Municipal de Educação Infantil e em uma Escola Municipal de Educação Básica de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul. Elaboramos dois questionários para serem respondidos pelos professores, contando com a participação de 18 sujeitos. As respostas foram analisadas com base na Análise Textual Discursiva de Moraes e Galiazzi, (2016). O projeto foi aceito pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, parecer 33.159. **Resultados e Discussões:** Os professores apresentam dificuldades em desenvolver os conceitos de educação alimentar e nutricional no sentido de promoção de uma educação alimentar saudável. Alguns trabalham em suas disciplinas temas relacionados à alimentação ou nutrição, porém apoiados nos livros didáticos, que, geralmente, apontam essa temática com foco em definições que nem sempre se relacionam ao dia a dia das crianças. Eles afirmam que é possível realizar ações de educação alimentar e nutricional na escola, mas precisam trabalhar em conjunto com profissionais da nutrição para articular os temas referentes à alimentação e à nutrição com os conteúdos escolares.

**Palavras-chave:** Educação alimentar e nutricional. Alimentação escolar. Estilo de vida. Docentes. Criança.

#### ABSTRACT

This study aims at comprehending teachers' perceptions concerning food and nutrition education and their influence on students eating habits and lifestyle development. **Methods:** It is a research of qualitative nature, developed in a Municipal School of Early Childhood Education and a Municipal School of Basic Education in a town of the Northwest Region of the State of Rio Grande do Sul. It was elaborated two questionnaires answered by teachers, with the participation of 18 subjects. The answers were analyzed based on the method of Textual Discursive Analysis by Moraes and Galiazzi (2016). UFRGS Research Ethics Committee approved the project, with report number 33.159. **Results and Discussions:** Teachers presented difficulties in developing the concepts regarding food and nutrition education, towards promoting healthy eating habits education. Some of the teachers developed in their pedagogical practice food or nutrition thematic, supported by textbooks, which usually point this thematic focusing on definitions that do not always are related to children's daily life. They affirm that it is possible to develop actions of food and nutrition education at school but they need to work together with nutritionist professionals to articulate the thematic related to food and nutrition with school content.

**Keywords:** Food and nutrition education. School eating habits. Lifestyle. Teachers. Child.

## INTRODUÇÃO

Além da família, a escola, as redes sociais, condições socioeconômicas e culturais também influenciam na formação dos hábitos alimentares das crianças (ROSSI; MOREIRA; RAUEN, 2008).

A escola é considerada a primeira instituição formal responsável pela formação das crianças, tanto em relação ao desenvolvimento cognitivo quanto à capacidade crítica de ler o mundo. No entanto, as palavras pronunciadas na escola nem sempre permitem a leitura de mundo. Freire (2017) afirma que existe uma dicotomia entre a leitura da palavra da escola e a leitura do mundo. O autor destaca que quanto mais se exerce na escola essa dicotomia, mais distante do mundo real estará a escola, pois apenas se trabalha com conceitos e textos que falem sobre conceitos e não sobre o mundo vivido pelos sujeitos envolvidos. Por isso, é importante considerar os conhecimentos de vivência dos estudantes sobre o mundo natural e social em que estão inseridos, incluindo os hábitos para alimentação saudável (VESTENA; SCREMIN; BASTOS, 2018).

De acordo com Bourdieu (2015, p. 9),

os educandos provenientes de famílias desprovidas de capital cultural apresentarão uma relação com as obras de cultura veiculadas pela escola que tende a ser interessada, laboriosa, tensa, esforçada, enquanto para os indivíduos originários de meios culturalmente privilegiados essa relação está marcada pelo diletantismo, desenvoltura, elegância, facilidade verbal “natural”.

A escola constitui-se como um espaço de convivência, desempenhando importante papel na aprendizagem e na tomada de consciência das crianças sobre suas escolhas, seja na alimentação, por meio da merenda escolar ou das práticas pedagógicas desenvolvidas com os alunos relacionadas à temática (VESTENA; SCREMIN; BASTOS, 2018).

No momento em que a criança ingressa na escola, o processo de formação dos hábitos alimentares começa a sofrer influência do meio escolar, pois a criança passa a realizar suas refeições fora de casa. Ela consome os alimentos oferecidos pela escola ou compra na cantina, e este vem a ter outra representação social importante, quando o contato com os amigos e o ambiente escolar se torna a principal fonte de conhecimento formal sobre a nutrição (JUZWIAK, 2013, p. 473).

As questões alimentares e nutricionais podem ser desenvolvidas transversalmente na escola. A partir de um alimento pode-se criar uma rede de conteúdos para serem trabalhados nas disciplinas tradicionais e nas atividades extras, incluindo todos os atores envolvidos no processo: os estudantes, os professores, a comunidade escolar e a família (JUZWIAK, 2013).

São inúmeras as possibilidades de se trabalhar a educação alimentar e nutricional (EAN) na escola, seja por meio das histórias dos contos de fada, seja pela construção de hortas escolares. Em um estudo de Cunha, Sousa e Machado (2010), porém, professores afirmaram ter dificuldades na sistematização dos conteúdos sobre alimentação além do que trazem os livros didáticos, havendo uma carência de informações teóricas que possibilitem a ele trabalhar esse tema.

Sabe-se que os educadores desempenham um papel importante nas escolas. Além disso, uma mudança educacional depende da transformação das práticas pedagógicas oferecidas por eles. Não se trata de mobilizar a experiência apenas numa dimensão pedagógica, mas também num quadro conceitual de produção de saberes e no ato de aprender. Por meio das aulas, podem-se obter elementos para os alunos ressignificarem as experiências negativas que estão tendo fora da sala de aula uma vez que a alimentação humana carrega consigo, além de seus nutrientes, uma carga expressiva de símbolos, significados e crenças que se relacionam com aspectos sociais, religiosos e econômicos na vida cotidiana dos homens (FNDE, 2018, p. 30-31).

De acordo com Vigotsky (2000), ao reconstruir teoricamente as vivências dos estudantes, os conceitos científicos se enriquecem e seus significados evoluem, enquanto os conceitos do cotidiano se reorganizam, caminhando para a abstração, despregando-se, sempre mais, da vivência. Ao considerar as ideias trazidas do mundo social dos estudantes, os conhecimentos precedentes deles passam a ser vistos como formas internalizadas das vivências culturais significadas no meio social em que se encontram, e não mais como construções espontâneas, apenas influenciadas pelo meio físico e social (VIGOTSKY, 2000).

As questões referentes à saúde começaram a ganhar mais espaço no contexto escolar a partir de 1971 com a Lei 5.692, no artigo 7º, que estabeleceu a obrigatoriedade da inclusão de Programas de Saúde nos currículos de 1º e 2º Graus. Gradativamente a abordagem do tema saúde foi se aprofundando e culminou na perspectiva transversal, mediante os Parâmetros Curriculares Nacionais – PCNs (BRASIL, 1998). O currículo passou a abordar as principais questões de saúde com vasta concepção, considerando determinantes sociais bem como as dimensões individuais e coletivas.

As diretrizes recomendavam que os conteúdos escolares fossem organizados por intermédio de temas estruturantes, com o objetivo de sustentar sua própria existência, com “respeito à saúde, à produção de alimentos, à produção tecnológica, enfim, ao modo como interage com o ambiente para dele extrair sua sobrevivência” (BRASIL, 1998, p. 39).



Os Parâmetros Curriculares Nacionais orientavam que os alunos fossem “capazes de conhecer e cuidar do próprio corpo, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva.” (BRASIL, 1997, p 69).

De acordo com a atual Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2017, p. 57), “na Educação Infantil, a Base procura consolidar as conquistas das Diretrizes, enfocando direitos fundamentais de aprendizagem e desenvolvimento, tendo em vista a equidade entre as crianças brasileiras e a garantia do direito à cidadania.

Cabe aos sistemas e redes de ensino, assim como às escolas, em suas respectivas esferas de autonomia e competência, incorporar aos currículos e às propostas pedagógicas a abordagem de temas contemporâneos que afetam a vida humana em escala local, regional e global, preferencialmente de forma transversal e integradora. Entre esses temas, destacam-se: direitos da criança e do adolescente (Lei nº 8.069/1990), educação para o trânsito (Lei nº 9.503/1997), educação ambiental (Lei nº 9.795/1999, Parecer CNE/CP nº 14/2012 e Resolução CNE/CP nº 2/2012), educação alimentar e nutricional (Lei nº 11.947/2009) (BRASIL, 2017, p. 19).

O Ensino Fundamental, caracterizado como a etapa mais longa da Educação Básica, com 9 anos de duração, abrange estudantes de 6 a 14 anos, que

passam por uma série de mudanças relacionadas a aspectos físicos, afetivos, sociais, emocionais, dentre outros. Essas mudanças impõem desafios à elaboração de currículos para essa etapa de escolarização, de modo a superar as rupturas que ocorrem na passagem entre a Educação Infantil e o Ensino Fundamental e, no interior deste, entre os anos iniciais e finais da etapa. É importante considerar, portanto, as especificidades dos sujeitos em cada uma das etapas de escolarização e, no caso específico do Ensino Fundamental, em cada fase da etapa (BRASIL, 2017, p. 175).

Na Base, o Ensino Fundamental articula-se à Educação Infantil (etapa anterior que o precede), “a partir das relações entre os campos e as experiências, em que se organizam a primeira etapa da Educação Básica, e as áreas de conhecimento e componentes curriculares, em que se organiza a segunda etapa” (BRASIL, 2017, p. 175). Assim, de acordo com BNCC (BRASIL, 2017, p. 175):

A articulação entre a primeira e a segunda fases do Ensino Fundamental e a continuidade das experiências dos/das estudantes, considerando suas especificidades, são estabelecidas, na BNCC, pela definição de eixos de formação. Os eixos de formação derivam dos objetivos definidos pelas Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental de nove anos e articulam os objetivos gerais das áreas de conhecimento para cada fase do Ensino Fundamental.

Para aprofundar os saberes disciplinares é preciso a articulação interdisciplinar com base na realidade de cada sujeito. Quando os alunos chegam à escola eles trazem consigo seus saberes e os conhecimentos adquiridos previamente, que são os significados produzidos na

interação social e que constituem suas mentes (BOFF, 2011). Desse modo, as mediações a que as crianças estão expostas, impregnadas de saberes sociais diferenciados, possibilitam a elaboração do pensamento conceitual por meio do questionamento e do estabelecimento de relações, abstração e generalização (VIGOTSKY, 2000).

Ao articular sucessivamente os conceitos escolares às vivências das crianças, possibilitamos que os conceitos precedentes passem a ser vistos como formas internalizadas de vivências culturais significadas no meio social em que se encontram, deixando de ser apenas construções espontâneas influenciadas pelo meio físico e social. Por intermédio da articulação dos conteúdos escolares com os conhecimentos prévios de interações sociais das crianças, as faculdades mentais superiores podem ser desenvolvidas. Desse modo, os conhecimentos escolares não podem ser simplesmente transmitidos aos alunos, mas, sim, ressignificados.

Boff (2011, p. 156) afirma que “o professor precisa estar em permanente formação acompanhada pela pesquisa e que ele sozinho não dá conta da complexidade da realidade escolar”. De acordo com a autora, compartilhar conhecimentos entre os sujeitos de áreas distintas pode superar os problemas que decorrem da racionalidade técnica e impossibilitam que o professor tenha sua autonomia intelectual.

Considerando os argumentos expressos, buscamos atender ao seguinte objetivo geral: **compreender as concepções dos professores relacionadas com a educação alimentar e nutricional e como eles podem influenciar na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância.**

## MÉTODOS

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma pesquisa qualitativa. A pesquisa foi realizada com professoras, coordenadoras e auxiliares de uma Escola de Educação Infantil e de uma Escola de Educação Básica de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul.

Foram excluídos os sujeitos que não apresentaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado ou/e não responderam os instrumentos da pesquisa de forma completa.

Após contato com a direção da escola, a fim de solicitar a autorização para a realização do estudo em suas dependências, fez-se o contato com os sujeitos da pesquisa para a informação dos objetivos do estudo, esclarecimentos acerca da coleta de dados e solicitação de suas participações por meio do TCLE.

Foram elaborados dois questionários com questões abertas para serem respondidas pelos sujeitos da pesquisa (ANEXO). No primeiro questionário buscamos **entender quais eram as compreensões dos professores em relação aos conceitos de EAN**. Responderam o questionário: a coordenadora pedagógica, uma professora e duas auxiliares da Escola Municipal de Educação Infantil; a coordenadora pedagógica, seis professores/as e uma auxiliar da Escola Municipal de Educação Básica; e duas auxiliares da Secretaria de Educação do município.

No segundo questionário investigamos **como os professores podem influenciar na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância**. Participaram uma coordenadora pedagógica, duas professoras e uma auxiliar da Escola de Educação Básica. Os demais sujeitos não devolveram o questionário.

Os questionários foram entregues em uma reunião de planejamento de início do ano letivo. Foi conversado a respeito e deixado à livre-escolha de preenchimento no momento de planejamento ou em casa, sendo estabelecida uma semana para o retorno dos mesmos.

As respostas dos questionários foram digitadas em uma planilha eletrônica para tabulação e analisadas de forma qualitativa com base na Análise Textual Discursiva (ATD), com a finalidade de compreender os fenômenos e discursos (MORAES; GALIAZZI, 2016).

No decorrer do texto os nomes dos professores são preservados, sendo citados P1, P2, ..., Pn., sequentemente para a descrição de cada um.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, com o parecer 33.159. A pesquisa foi desenvolvida de maneira a contemplar todos os preceitos éticos contidos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, no que se refere à pesquisa envolvendo seres humanos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Para compreender os argumentos dos professores referentes à EAN e como podem influenciar na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância, foi solicitado aos professores o preenchimento de um questionário sobre quais suas compreensões em relação à EAN, e outro questionário para investigar como os professores podem influenciar na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância. As respostas dos questionários foram organizadas em unidades de significado.

## Compressões dos professores sobre a EAN

Quando os professores foram questionados sobre seus entendimentos em relação à alimentação, assim expressaram-se:

*Alimentação é o ato de alimentar-se diariamente, é o combustível para o corpo, para satisfazer a fome (P1, P2, P3, P7, P11, P12, P13).*

*Quando nos alimentamos o nosso organismo obtém alimentos e nutrientes para desenvolver suas funções e ajuda no crescimento (P4).*

*O fundamental para viver bem (P5).*

*Você pode se alimentar e não se nutrir adequadamente (P6).*

*As saudáveis e que nos fazem bem (P8).*

*É o processo pelo qual o organismo obtém e assimila alimentos ou nutrientes (P9).*

*Que é um processo importante para o ser humano (P10).*

*Processo bastante complexo, que não se resume apenas a ingerir alimentos (P14).*

Alguns dos professores compreendem o conceito de alimentação como o mero ato biológico de se alimentar; outros confundem-se com o conceito e há ainda aquele que refletiu, ultrapassando o mero ato biológico do conceito.

Conforme o Glossário Temático: Alimentação e Nutrição, do Ministério da Saúde, alimentação é definida pelo “processo biológico e cultural que se traduz na escolha, preparação e consumo de um ou vários alimentos (BRASIL, 2013).

De acordo com o novo Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014, p. 15), a alimentação não é somente ingestão de nutrientes:

*Alimentação diz respeito à ingestão de nutrientes, mas também aos alimentos que contêm e fornecem os nutrientes, a como alimentos são combinados entre si e preparados, a características do modo de comer e às dimensões culturais e sociais das práticas alimentares. Todos esses aspectos influenciam a saúde e o bem-estar.*

De fato, “a alimentação não ocorre apenas para suprir as necessidades biológicas, ela está internalizada na cultura do indivíduo e depende de sua vontade e disponibilidade” (PIASETZKI; BOFF, 2018). De acordo com a Política Nacional de Alimentação e Nutrição, a alimentação é caracterizada como um elemento de humanização das práticas de saúde, expressando as relações sociais, os valores e a história do indivíduo e dos grupos populacionais, implicando diretamente na saúde e na qualidade de vida (BRASIL, 2012).

Referente ao que os professores entendem por Nutrição, temos:

*Nutrição é a ciência que estuda as diversas etapas dos alimentos (P1).*

*É alimentar-se corretamente, de forma saudável, nutritiva. É uma alimentação balanceada (P2, P4, P8, P10).*

*Conhecimentos de uma alimentação equilibrada (P3).*

*Método de adequar-se às rotinas alimentares (P5).*

*Alimentos que nutrem e proporcionam vitaminas necessárias ao organismo (P6, P7).*

*Alimentação é o processo pelo qual o organismo obtém e assimila alimentos ou nutrientes (P9).*

*É nutrir através teu organismo para que teu organismo realize as funções necessárias à vida. Acredito que nutrição está mais ligado a nutrientes necessários ao organismo e suas funções (P11).*

*São as escolhas dos alimentos de qualidade que vão beneficiar o funcionamento do nosso organismo e suprir todas as necessidades (P12).*

*Vem ser aquilo em que me ajuda no dia a dia, sabendo aproveitar melhor a alimentação que tenho (P13).*

*Processo também complexo, onde utilizamos os alimentos para recebermos nutrientes (energia) (P14).*

Conforme o Glossário Temático: Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde, Nutrição é o “estado fisiológico que resulta do consumo e da utilização biológica de energia e nutrientes em nível celular.” (BRASIL, 2013). A nutrição independe da vontade do indivíduo; é um processo autônomo do corpo, mas consequência da alimentação.

A alimentação e a nutrição não podem ser consideradas dois processos independentes, pois ambas dependem uma da outra e não se resumem a meros atos biológicos. Assim, segundo o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas:

Educação Alimentar e Nutricional, no contexto da realização do Direito Humano a Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar (BRASIL, 2012, p. 23).

A EAN faz parte de um conjunto de estratégias criadas para promover a alimentação adequada e saudável. Também questionamos os professores sobre o que eles entendem por alimentação saudável:

*É o consumo de diferentes tipos de alimentos de forma balanceada e adequada a cada pessoa (P1, P2, P4, P5, P7, P8, P9, P11, P13, P14).*

*É uma alimentação onde tenha um equilíbrio de carboidratos, proteínas e gorduras, vitaminas e minerais que são determinantes para que tenhamos uma melhor qualidade de vida (P3, P6, P12).*

Alimentação saudável é sinônimo de alimentação equilibrada; é conceituada como “Padrão alimentar adequado às necessidades biológicas e sociais dos indivíduos e de acordo com as fases do curso da vida” (BRASIL, 2013, p. 15); ainda, “deve ser acessível (física e financeiramente), saborosa, variada, colorida, harmônica e segura quanto aos aspectos sanitários.” Esse conceito, trazido pelo Glossário Temático, “considera as práticas alimentares culturalmente referenciadas e valoriza o consumo de alimentos saudáveis regionais (como legumes, verduras e frutas), sempre levando em consideração os aspectos comportamentais e afetivos relacionados às práticas alimentares”.

Após questionar sobre os conceitos, seguimos nossa investigação tentando entender qual a abordagem que os professores fazem com seus alunos ante o tema alimentação:

*Como um tema de suma importância para ser trabalhado na escola (P2).  
Da importância que ela tem na vida do ser humano, seus benefícios e malefícios por ela também causados (P5, P7, P11).  
Incentivo os alunos a comer frutas, verduras e legumes (P6).  
Vida (P8).  
Que nós podemos comer de tudo, mas não tudo (P12).  
Muito importante nossa fonte de energia (P13).  
Alimentação é um tema muito abrangente, que pode ser trabalhado de diversas maneiras (P14).*

Observamos que os professores citam a importância do tema alimentação, relacionando-o a tipos de alimentos, quantidades, energia e abrangência.

Questionamos os professores sobre quais as estratégias de ensino que eles utilizam para desenvolver os conceitos de alimentação e nutrição humana em sala de aula, ao que responderam:

*Através do exemplo e incentivando-os a experimentar (P2).  
Projetos alegres com brincadeiras, os quais despertam a curiosidade no educando para provar os mais diferentes tipos de alimentos (P3).  
Procuro falar frases de incentivo para eles se alimentar como: “vamos comer bem para crescer” (P4).  
Com a apresentação dos alimentos às crianças, histórias infantis voltadas à alimentação, músicas, filmes, recortes, cartazes, conversas (P5, P6, P7, P8).  
Quando surge o tema, sempre se aborda a questão da alimentação, a forma correta e com alimentos saudáveis e necessários para a saúde (P11).  
Como minha atuação também é em academia, tento orientar os alunos sobre ingerir uma alimentação mais saudável, pois, conforme o objetivo, a alimentação é fator determinante (P12).*

Um estudo de López, Barros e Losada (2017) analisou atividades de ensino e avaliação relacionadas à nutrição humana de dez professores espanhóis e dez portugueses, para conhecer o que eles ensinam e avaliam no quinto e sexto anos da educação primária. Os professores participantes afirmaram trabalhar em aula especialmente ideias-chave associadas à anatomia e à fisiologia dos sistemas implicados na nutrição humana, as características da alimentação saudável e o desenvolvimento de hábitos alimentares adequados. As ideias que relacionam nutrição com o meio, porém, são dificilmente consideradas pelos participantes, levando em conta que “o aprendizado não se inicia na escola” (VIGOTSKY, 2008, p. 145) e

*...o ensino direto de conceitos é impossível e infrutífero. Um professor que tenta fazer isso geralmente não obtém qualquer resultado, exceto o verbalismo vazio, uma repetição de palavras pela criança, semelhante à de um papagaio, que simula um conhecimento dos conceitos correspondentes, mas que na realidade oculta um vácuo (VIGOTSKY, 2008, p. 104).*

Do mesmo modo que no estudo de López, Barros e Losada (2017), os professores do nosso estudo dificilmente consideram as ideias que relacionam nutrição com o meio em que as crianças vivem. Entre eles, apenas o P11 afirmou abordar o tema quando ele surge, e o P12 por estar interligado com suas práticas de ensino cotidianas.

O desenvolvimento dos conceitos não-espontâneos tem que possuir todos os traços peculiares ao pensamento da criança em cada nível do desenvolvimento, porque esses conceitos não são aprendidos mecanicamente, mas evoluem com a ajuda de uma vigorosa atividade mental por parte da própria criança (VIGOTSKY, 2008, p. 107).

Considerando que “um conceito não é uma forma isolada, fossilizada e imutável, mas sim uma parte ativa do processo intelectual, constantemente a serviço da comunicação, do entendimento e da solução de problemas” (VYGOTSKI, 2008, p. 67), enfatizamos a importância de o professor considerar as vivências das crianças partindo de suas realidades, para trabalhar conceitos escolares e de promoção da alimentação e estilos de vida saudáveis.

É necessário perceber a criança “como um sujeito histórico, que tem vez e voz, por isso, não pode ser considerado um objeto de depósito de conteúdos desconectados de sua vida social” (BOFF, 2011, p. 44). O professor precisa ser um “facilitador da complexificação dos conhecimentos trazidos do meio social dos estudantes e que pela mediação seja capaz de auxiliá-lo a evoluir na sua forma de pensar, agir, de se fazer dizer e transformar a realidade vivenciada por eles” (BOFF, 2011, p. 44).

Desse modo, por mais que uma criança tenha crescido em um contexto familiar desprovido de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, ainda é possível modificá-los por meio da educação alimentar e nutricional proporcionada pela compreensão dos conceitos articulados nas disciplinas escolares.

Questionamos como os professores significam os conceitos de alimentação e nutrição humana em sua vida:

*Como essenciais para ter saúde e mantê-la (P2, P4, P8, P13).*

*Infelizmente não dou muita importância para o mesmo em minha vida (P3).*

*Significa qualidade de vida (P5).*

*Tentar ter uma boa alimentação (P6, P7).*

*Serem essenciais para o bom funcionamento do organismo. Mas sinto decepção por não poder aplicar constantemente na minha rotina alimentar (P11).*

*Tento ser aquele que não só fala, mas também faz (P12).*

Observamos os professores que significam os conceitos de alimentação em nutrição com a busca e manutenção da saúde e qualidade de vida. Outros não dão importância ou se decepcionam por não poder aplicar em sua rotina. Realmente o professor precisa “ser aquele que não só fala, mas também faz”, como escreve P12, para poder ser o exemplo para seus alunos, pois há uma grande diferença entre o apenas falar e o fazer.

Questionamos, também, como os professores significam os conceitos de alimentação e nutrição humana no ensino de seus alunos:

*Como essenciais para termos e mantermos a saúde (P2, P8).*

*Sempre que possível procuro enfatizar uma boa alimentação pois sei que é de extrema importância para o desenvolvimento dos mesmos (P3).*

*Incentivo, ao ensiná-los músicas referentes à alimentação saudável, histórias, contos (P4).*

*Fundamental para todos os processos, as etapas na vida deles. Um bom conhecimento e significados podem fazer grande diferença no futuro dessas crianças/famílias (P5).*

*Na merenda e conversando sobre o assunto em sala de aula (P6).*

*Incentivar a comer frutas, não trazer lanche de casa, beber água durante a tarde e consumir poucos doces (P7).*

*Acredito que é a forma correta de alimentar-se e que possam aproveitar (P11).*

*Tento demonstrar para eles que o nosso corpo é o espelho da nossa alimentação (P12).*

Percebemos que os professores se importam que seus alunos tenham uma alimentação saudável, porém nem todos conseguem pôr em prática em sua própria vida.

Os professores referiram incentivar seus alunos a ter uma alimentação saudável:

*Porque é importante para os mesmos obterem uma boa aprendizagem. Com saúde, se aprende melhor (P2, P6, P8, P10).*

*Pois sei que é de extrema importância, ainda mais vendo o estado em que me encontro (P3).*

*Pois é fundamental para que todos tenham um bom desenvolvimento e crescimento e uma melhor qualidade de vida (P4, P7, P12).*

*Sempre incentivando e mostrando a importância de ter uma alimentação saudável a eles (P5).*

*Se for possível quando é abordado o assunto (P11).*

Os docentes preocupam-se em incentivar os seus alunos a ter uma alimentação saudável, pois eles já têm consciência dos benefícios e prejuízos que uma má alimentação pode causar à saúde. Cabe-nos ressaltar, porém, que ter conhecimento não significa colocá-lo em prática, como no caso da P3.

### **Influência dos professores na formação de hábitos alimentares e estilos de vida na infância**

Questionamos os professores sobre se eles trabalham em suas disciplinas temas relacionados à alimentação ou nutrição; estes responderam trabalhar “*Por acreditar que a nossa saúde pode ser auxiliada com uma alimentação saudável*” (P1), e para incentivar seus alunos “*a ter uma alimentação saudável*” (P2). O P2 ressaltou já ter trabalhado “*Análise de rótulos*” com seus alunos.

Indagamos os professores sobre o que eles pensam sobre a promoção da saúde, a alimentação e a nutrição:



*A alimentação correta resulta em uma boa nutrição e promoção da saúde (P1). Acho que nos dias de hoje temos muito que nos preocupar com a alimentação, pois são tantas doenças surgindo e que estão ligadas à má alimentação, por isso penso que devemos nos conscientizar a manter uma alimentação saudável, livre de agrotóxicos (P2).*

*Os três itens se complementam, alimentando-se bem obtendo a correta quantidade de nutrientes para o bom funcionamento do organismo e ter hábitos de higiene e praticar atividade física é promover saúde (P3).*

*Acho muito importante, principalmente na escola, pois ali é um local decisivo para a promoção da mesma. O que for aprendido ali, desde os hábitos alimentares e nutritivos serão levados para a vida toda (P4).*

Os professores acreditam ser possível realizar ações de educação alimentar e nutricional na escola “*Durante as aulas de forma integrada (P1)*”, por meio de “*Palestras com atividades práticas juntamente com a nutricionista*” (P2), “*Em conjunto com os professores como tema interdisciplinar*” (P3) e “*Fazendo demonstrações e atividades que envolvam a ação do aluno*” (P4).

Os professores costumam empregar os livros disponibilizados pelo Ministério da Educação (MEC) como uma ferramenta de apoio para o planejamento de suas aulas quando acreditam ser pertinente, não fazendo uso diário. Utilizam, também, além do livro didático, “*vídeos, revistas/jornais, quadro x giz. Relação professor aluno*” (P1) e “*Internet, literaturas infantis, livros não didáticos*” (P2, P3).

A relação professor-aluno, citada pelo P1, possibilita construir o conteúdo escolar alicerçado nos conhecimentos prévios das crianças, para que estas possam assumir significados e obter a compreensão dos conceitos. Segundo Boff (2011, p. 168),

*No cotidiano da escola observa-se que uma das preocupações centrais para o professor está na quantidade de conteúdo a ser “transmitido” para seus alunos, cumprir o programa, geralmente produzido por outros, ainda parece ser uma das metas prioritárias para grande parte dos professores. O docente acredita que o professor “competente” é o que consegue desenvolver todos os itens listados nos programas instituídos por outros distantes da realidade escolar. A produção da aula não faz parte da cultura dos professores e por isso exige um esforço demasiado para que ele de fato se envolva na elaboração do seu programa de ensino.*

Questionamos se eles acreditam que podem influenciar na formação de hábitos alimentares e estilo de vida das crianças e porque:

*Somos como os pais, os espelhos das crianças. Na hora do lanche alguns alunos esperam ver se nós professores pegamos para depois irem se servir (P1).*

*Muitas vezes os alunos nos têm como “modelos” e assim são influenciados pela forma que trabalhamos o tema (P2).*

*Pois eles prestam atenção em cada detalhe, então dependendo do professor ele pode sim tornar-se, mesmo que sem querer, um modelo para o aluno (P3).*

*Porque na escola, o professor é o espelho dos alunos (P4).*

Os próprios professores reconhecem-se como espelhos das crianças e veem suas ações como exemplos para elas, inclusive na hora de se alimentar. As crianças observam tudo, podendo ser os ensinamentos e ações dos professores formadores de hábitos e influenciadores da EAN.

Na opinião das professoras, o que podem fazer para promover a EAN para as crianças da sua escola é:

*Trabalhar de forma integrada (P1).*

*Atividades práticas, contação de histórias ligadas ao tema, roda de conversa com a nutricionista (P2).*

*Trabalhar na sala de aula sobre o assunto, seja por meio de texto, diálogos, vídeos, imagens, visitas a um profissional da saúde (P3).*

*Mostrar a importância dos alimentos saudáveis, seus nutrientes, estudar o mesmo nesse sentido (P4).*

Juzwiak (2013) sugere a utilização de histórias infantis como umas das possibilidades de atividades a serem desenvolvidas. As professoras acreditam ser possível trabalhar, em conjunto com o nutricionista, temas referentes à alimentação e à nutrição na sala de aula, articulados aos conteúdos escolares, “*partindo de um planejamento*” (P1, P2, P3, P4), pois “*ela mostraria e explicaria coisas mais específicas*” (P4).

Segundo as professoras (P1, P2), “*a maioria dos livros didáticos trazem temas relacionados à alimentação e nutrição* (P2), porém as professoras só o utilizam “*quando acredito que o tema é pertinente*” (P1). Muitas vezes as professoras não conseguem articular com os conteúdos escolares por se tratarem de atividades pontuais, e lhes falta conhecimento específico para ir além do que os livros trazem, por isso é importante a integração entre a escola e os profissionais da saúde, no caso a nutricionista, seja por meio da formação de professores ou por “*roda de conversa*”, como sugeriu a P2.

A professora e a nutricionista podem trabalhar juntos:

*Planejando antecipadamente as ações (P1).*

*A partir de um planejamento em conjunto que venha a calhar com o plano de estudos de determinada turma (P2).*

*Dado o tema, devem pensar meios para que as crianças compreendam os objetivos a serem entendidos (P3).*

*Criando um projeto que envolva a aprendizagem, a experimentação, etc. (P4).*

De acordo com Vigotsky (2008), as crianças aprendem por imitação, pois é o meio, a sociedade em que esta está inserida, que a constituirá como ser humano, como histórico cultural. A criança aprende pela mediação com outros. Em casa consideramos os familiares como mediadores para a constituição dos hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis; na escola o papel de mediador passa a ser dos professores. O papel do professor não se restringe a ensinar

os conteúdos propostos, mas a auxiliar o aluno a significar seus conhecimentos prévios, facilitando o processo de aprendizagem. O ensino da alimentação e nutrição não deve ficar restrito a uma disciplina, período ou projeto específico de um ano letivo, pois se alimentar é uma prática que faz parte do cotidiano (BOOG, 2008).

Os professores e os familiares são formadores de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis; eles têm influência direta no aprendizado das crianças, porém é necessário lembrar que estas não aprendem simplesmente por ouvir, mas sim por vivenciar as ações dos adultos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Por meio deste estudo, observamos que os professores apresentam dificuldades em relacionar os conceitos de EAN com os conteúdos escolares, e tampouco conseguem trabalhar além do que traz o livro didático, porém os próprios professores se reconhecem como referência para as crianças e veem que suas ações podem ser internalizadas por elas, inclusive no momento de se alimentar.

O exemplo é citado pelos professores até mesmo como estratégia de ensino utilizada para desenvolver os conceitos de alimentação e nutrição humana em sala de aula. O professor tem importância fundamental na promoção de hábitos alimentares adequados nas crianças, posto que, para elas, o professor representa aquele que sabe o que é correto ou não. Por mais que uma criança tenha crescido em um contexto familiar desprovido de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, ainda é possível modificá-los por meio da educação alimentar e nutricional proporcionada pela compreensão dos conceitos articulados às disciplinas escolares, mediadas pelo professor.

Os professores reconhecem a importância dos hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis como essenciais para a qualidade de vida, e se importam que seus alunos tenham uma alimentação saudável, preocupando-se em incentivá-los, pois têm consciência dos benefícios de uma boa alimentação e prejuízos que uma má alimentação pode causar à saúde. Eles acreditam ser possível realizar ações de EAN na escola e influenciar na formação de hábitos alimentares e estilos de vida das crianças trabalhando de forma integrada, por meio de atividades práticas, contação de histórias e conversas com a nutricionista, mostrando a importância dos alimentos saudáveis.

Considerando que as crianças aprendem por imitação, dar o exemplo e mediar a EAN é uma atividade significativamente importante para o professor, que não se restringe a ensinar os conteúdos propostos, mas a auxiliar o aluno a ressignificar seus conhecimentos de vivência, facilitando o processo de aprendizagem. Assim, consideramos os ensinamentos e ações dos professores como formadores de hábitos alimentares e estilos de vida e influenciadores para a EAN.

O pensar em conjunto possibilita a troca de experiências e amparo mediante os desafios diários. O trabalho do professor é um desafio a cada momento em constante modificação, em que não basta somente teoria ou prática, mas um conjunto de ações que possibilite o aprendizado e o desenvolvimento pleno de suas crianças.

Somente é possível desenvolver os conceitos e significados se evoluir a consciência mental e, para isso, precisamos da mediação de outros. É necessário desenvolver a função mental de criar relações, e esta pode ser facilitada por meio de um trabalho articulado, não pontual, mas internalizado na vivência do cotidiano.

Alimentação, nutrição, atividade física, entre outros, fazem parte do cotidiano do ser humano não somente como um ser biológico, mas histórico-cultural e social. Precisamos de um trabalho articulado entre família, escola e saúde para educar, alimentar e nutrir nossas crianças, pois elas aprendem conosco, aprendem por suas vivências, por seus exemplos, imitando suas famílias e seus professores.

## REFERÊNCIAS

BOFF, Eva Teresinha de Oliveira. *Processo interativo: uma possibilidade de produção de um currículo integrado e constituição de um docente pesquisador – autor e ator – de seu fazer cotidiano escolar*. 2011. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Ciências Básicas da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Porto Alegre, RS, 2011.

BOOG, M. C. F. *O professor e a alimentação escolar*. Campinas: Komedi, 2008.

BOURDIEU, Pierre. *Escritos de educação* / Maria Alice Nogueira e Afrânio Catani (organizadores). 16. Ed. – Petrópolis, RJ : Vozes, 2015.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Terceira versão. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: [http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_publicacao.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_publicacao.pdf). Acesso em: 16 set. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. *Glossário temático: alimentação e nutrição*. 2. ed. 2. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. *Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas*. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. Disponível em: [http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco\\_EAN.pdf](http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf).

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. *Parâmetros Curriculares Nacionais: introdução aos parâmetros curriculares nacionais*. Brasília: MEC; SEF, 1997. 126p.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Ciências Naturais*. Brasília: MEC; SEF, 1998. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/ciencias.pdf>.

CUNHA, E.; SOUSA, A. A.; MACHADO, N. M. V. A alimentação orgânica e as ações educativas na escola: diagnóstico para a educação em saúde e nutrição. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 15(1), p. 39-49, 2010.

FNDE. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. *Jornada de educação alimentar e nutricional*. Programa Nacional de Alimentação Escolar. Brasília: FNDE, 2018.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia do oprimido*. 63. ed. Rio de Janeiro; São Paulo: Paz e Terra, 2017.

JUZWIAK, C. R. Era uma vez ... um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional. *Revista Interface: Comunicação, Saúde, Educação*, 17(45), p. 473-484, 2013.

LÓPEZ, Juan Carlos Rivadulla; BARROS, Susana García; LOSADA, Cristina Martínez. Qué enseña y evalúa sobre nutrición humana un grupo de profesores españoles y portugueses de educación primaria. *Enseñanza de Las Ciencias*, 35.3, p. 69-87, 2017. Investigaciones didácticas. Disponível em: <https://doi.org/10.5565/rev/ensciencias.2347>. ISSN (impreso): 0212-4521. ISSN (digital): 2174-6486.

MORAES, R.; GALIAZZI, M.C. *Análise textual discursiva*. Ijuí: Editora Unijuí, 2016.

PIASETZKI, Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki; BOFF, Eva Teresinha de Oliveira. Educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância. *Contexto & Educação*, Ijuí: Editora Unijuí, ano 33, n. 106, set./dez. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21527/2179-1309.2018.106.318-338>. ISSN 2179-1309

ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. *Revista de Nutrição*, Campinas, 21(6), p. 739-748, 2008.

VESTENA, R. DE F.; SCREMIN, G.; BASTOS, G. D. Alimentação saudável: contribuições de uma sequência didática interativa para o ensino de ciências nos anos iniciais. *Revista Contexto e Educação*, Ijuí: Editora Unijuí. v. 33, n. 104, p. 365-394, 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21527/2179-1309.2018.104.365-394>. Acesso em: 2 maio 2018.

VIGOTSKY, L. S. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

VYGOTSKY, L. S. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

## ARTIGO 4

### A INFLUÊNCIA DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO SOBRE AS ESCOLHAS ALIMENTARES

#### MEDIA INFLUENCE ON FOOD CHOICES

#### RESUMO

Neste estudo temos como objetivo compreender a influência dos meios de comunicação de maior acesso da população do estudo sobre suas escolhas alimentares. Trata-se de uma pesquisa realizada com professores, estudantes e familiares de duas Escolas Públicas de um município do Interior do Estado do Rio Grande do Sul. A pesquisa aborda aspectos qualitativos, com delineamento descritivo e transversal. Os dados foram coletados mediante as respostas de questionários. Os argumentos de Moraes e Galiuzzi (2016) sobre análise textual discursiva fundamentaram a análise qualitativa dos dados obtidos. A pesquisa foi aprovada pelo CEP UFRGS com o parecer 33.159. Participaram da pesquisa 14 professores, 100 crianças e seus respectivos familiares (100). A maioria da população por grupo de estudo afirma que as propagandas sobre alimento não influenciam na escolha para a compra dos alimentos, porém, ainda assim, consideramos um número elevado entre os que responderam ser inspirados pelas propagandas, podendo afirmar-se que os meios de comunicação têm influência sobre as escolhas alimentares da população estudada, sendo as crianças o grupo mais influenciável. Geralmente os alimentos não saudáveis são acompanhados de muita propaganda, enquanto os saudáveis ficam restritos às recomendações dos nutricionistas, ou são lembrados pelos familiares e incentivados por alguns professores.

**Palavras-chave:** Publicidade de alimentos. Crianças. Alimentação saudável.

#### ABSTRACT

This study aims at comprehending the most accessible media influence of the study population on their food choices. The research was developed with teachers, students and their family members from two Public Schools in a town in the State of Rio Grande do Sul. The research is of qualitative nature with a descriptive and cross-sectional design. The data were collected through questionnaire responses. For the qualitative data analysis, the arguments by Moraes e Galiuzzi (2016) of Textual Discourse Analysis was adopted it. UFRGS REC approved this research, with report 33.159. It participated in this study 14 teachers, 100 children and their families (100). Most parts of the study group claimed that the food advertising does not help to choose food to buy, however, it was a high number among those who responded to be influenced by advertising, it can be affirmed that the media have an influence on the food choices of the study population, being children the most influenced group. Usually, the unhealthy foods are accompanied by a great amount of advertising, while healthy foods are restricted to nutritionist recommendations, or are remembered by family members and encouraged by some teachers.

**Keywords:** Food advertising. Children. Healthy eating.

## INTRODUÇÃO

A alimentação faz parte do cotidiano do ser humano, e suas práticas internalizam a cultura das sociedades, seja por influência familiar, escolar ou de outros ambientes de seu convívio; enfim, o meio de inserção dos indivíduos modula seus hábitos e preferências alimentares, pois, além de ser biológico, o humano também é histórico e cultural.

No decorrer do tempo, o tipo e a forma de alimentos consumidos pela população modificaram-se muito; “por volta da década de 1950, grande parte das famílias brasileiras plantava, criava animais e fazia as próprias comidas que consumiam, como fabricando doces, queijos, linguiça e assim por diante” (FOGAÇA, 2019, p. 1).

O excedente do alimento com o tempo passou a ser comercializado; com o desenvolvimento da indústria alimentícia, de eletrodomésticos como a geladeira, com o ritmo de trabalho e com o salário mensal surgiu a necessidade de estocar e conservar esses alimentos, pois as pessoas compravam alimentos para o mês inteiro. Tornou-se preciso também uma maior variedade de alimentos e facilidade na hora de prepará-los (FOGAÇA, 2019, p. 1).

Consequentemente, a maioria dos produtos alimentícios são mais vendidos pela aparência e sabor do que pela composição nutricional (FOGAÇA, 2019).

Em dias atuais, os meios de comunicação destacam-se entre as relações familiares, e empresas de alimentos tiram proveito iludindo consumidores, fazendo-os acreditar na necessidade de consumir seus produtos (PIASETZKI; BOFF, 2018).

Os problemas da alimentação infantil são consequências de vários fatores, sendo um dos principais os meios de comunicação, por induzir com forte apelo o consumo de alimentos não saudáveis, além de que as crianças acreditam se sentir incluídas ao consumir as mesmas marcas que os outros (PRODANOV; CIMADON, 2016).

Silva *et al.* (2017) apontam as crianças como sendo o público de maior interesse para a publicidade de alimentos, e enfatizam a necessidade estratégica da regulamentação da publicidade de alimentos para a proteção da saúde.

Fazer propagandas para crianças é um desrespeito a sua condição de desenvolvimento, e é vedada pela legislação (BRASIL, 2016), a começar pelo artigo 227 da Constituição Federal, que estabelece os direitos da criança:

Art. 227. É dever da família, da sociedade e do Estado assegurar à criança, ao adolescente e ao jovem, com absoluta prioridade, o direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária, além de colocá-los a salvo de toda forma de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão (BRASIL, 2016).



A Resolução 163 do Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente/Conanda (BRASIL, 2014b), “dispõe sobre a abusividade do direcionamento de publicidade e de comunicação mercadológica à criança e ao adolescente.”

Art. 2º Considera-se abusiva, em razão da política nacional de atendimento da criança e do adolescente, a prática do direcionamento de publicidade e de comunicação mercadológica à criança, com a intenção de persuadi-la para o consumo de qualquer produto ou serviço.

A Lei nº 13.257, de 8 de março de 2016, dispõe sobre as políticas públicas para a primeira infância e no artigo 5º afirma que

Constituem áreas prioritárias para as políticas públicas para a primeira infância a saúde, a alimentação e a nutrição, a educação infantil, a convivência familiar e comunitária, a assistência social à família da criança, a cultura, o brincar e o lazer, o espaço e o meio ambiente, bem como a proteção contra toda forma de violência e de pressão consumista, a prevenção de acidentes e a adoção de medidas que evitem a exposição precoce à comunicação mercadológica.

A publicidade abusiva é proibida pelo Código de Defesa do Consumidor (CDC) (BRASIL, 2017, p. 18), que caracteriza a publicidade direcionada à criança como uma prática abusiva, portanto ilícita, conforme o artigo 37:

**Art. 37.** É proibida toda publicidade enganosa ou abusiva.

§ 1º É enganosa qualquer modalidade de informação ou comunicação de caráter publicitário, inteira ou parcialmente falsa, ou, por qualquer outro modo, mesmo por omissão, capaz de induzir em erro o consumidor a respeito da natureza, características, qualidade, quantidade, propriedades, origem, preço e quaisquer outros dados sobre produtos e serviços.

§ 2º É abusiva, dentre outras, a publicidade discriminatória de qualquer natureza, a que incite à violência, explore o medo ou a superstição, se aproveite da deficiência de julgamento e experiência da criança, desrespeita valores ambientais, ou que seja capaz de induzir o consumidor a se comportar de forma prejudicial ou perigosa à sua saúde ou segurança.

Considerando as leis atuais, portanto, a publicidade infantil estaria proibida no país.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2016, p. 2),

Estudos científicos comprovam que a tecnologia influencia comportamentos através do mundo digital, modificando hábitos desde a infância, que podem causar prejuízos e danos à saúde. O uso precoce e de longa duração de jogos *online*, redes sociais ou diversos aplicativos com filmes e vídeos na Internet pode causar dificuldades de socialização e conexão com outras pessoas e dificuldades escolares.

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014a, p. 106), em toda parte pode-se encontrar os alimentos ultraprocessados, “sempre acompanhados de muita propaganda, descontos e promoções, enquanto alimentos in natura ou minimamente processados nem sempre são comercializados em locais próximos às casas das pessoas”.

Levando em conta os argumentos apontados, o objetivo desta pesquisa foi compreender a influência dos meios de comunicação de maior acesso da população em estudo sobre suas escolhas alimentares.

## **METODOLOGIA**

Para alcançar os objetivos propostos, optamos pela pesquisa qualitativa.

Após contato com a direção da escola, a fim de solicitar a autorização para a realização do estudo em suas dependências, fez-se, também, contato com os sujeitos da pesquisa para a informação dos objetivos do estudo, esclarecimentos acerca da coleta de dados e solicitação de suas participações a partir da assinatura do TCLE.

A pesquisa foi realizada com 100 crianças, 100 familiares e 14 professores de uma Escola de Educação Infantil e uma Escola de Educação Básica de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul.

Os dados foram coletados a partir das respostas de questionários estruturados, respondidos pelas crianças, familiares e professores das escolas referidas. Como critérios de inclusão adotaram-se: apresentar o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) assinado e responder os instrumentos da pesquisa, de forma completa, dentro do prazo estabelecido.

Cada criança recebeu um questionário em sala de aula. Os que apresentaram condições de responder sozinhos (crianças já alfabetizadas) o fizeram em sala, os demais levaram para casa, juntamente com um bilhete solicitando que algum familiar lhes ajudasse a responder (pois o questionário era o mesmo para as crianças de 2 a 12 anos). Os questionários destinados aos pais ou responsáveis foram enviados por intermédio dos próprios alunos, contendo as explicações necessárias para o preenchimento adequado. Foi estabelecida uma semana para o retorno dos mesmos.

Após a realização dos questionários, as respectivas respostas foram revisadas, padronizadas as questões abertas e os dados foram digitados em uma planilha eletrônica para tabulação e análise.

Os argumentos de Moraes e Galiazzi (2016) sobre análise textual discursiva fundamentaram a análise das questões abertas, as quais possibilitaram aprofundar a compreensão dos fenômenos investigados a partir de uma análise rigorosa e criteriosa com a intenção de compreender e reconstruir conhecimentos existentes sobre o tema investigado. A análise textual discursiva exige uma reorganização dos dados que permita reconhecer as

informações para a construção de novos significados, ainda não tematizados, nos textos publicados. Ao examinar os textos em seus detalhes, fragmentando-os com o intuito de identificar as unidades constituintes, criamos categorias e construímos relações entre as unidades de base, possibilitando nova compreensão do todo, de modo crítico e validável (MORAES; GALIAZZI, 2016).

No decorrer do texto os nomes dos sujeitos participantes do processo são preservados, sendo citados P1, P2,..., Pn., sequentemente, para a descrição de cada professor, e F1, F2,..., Fn para a descrição dos familiares, e para as crianças C1, C2,..., Cn.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, com o parecer consubstanciado número 33.159. A pesquisa foi desenvolvida de maneira a contemplar todos os preceitos éticos contidos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, no que se refere à pesquisa envolvendo seres humanos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Para compreender a influência dos meios de comunicação de maior acesso da população em estudo sobre os hábitos alimentares, iniciamos nossa investigação questionando as crianças, familiares e professores sobre quais os meios de comunicação, programas de TV, rádio, jornal, que eles acompanham em casa. Entre as crianças, os meios de comunicação citados foram a televisão, o rádio e a internet; entre os familiares e professores, além da televisão, rádio e internet, ainda foram mencionados jornal e revistas.

Os programas que as crianças assistem/ouvem relacionados à alimentação e saúde na televisão foram: “*Bem-Estar*”, “*Globo Repórter*”, “*Vida e Saúde*”, “*Mais Você*” e “*Fantástico*” da Rede Globo, e “*Mitos e Verdades*” da Record. No rádio foi citado o programa “*Dicas de Saúde*”.

Entre os familiares os programas lembrados foram: “*Bem-Estar*”, “*Globo Repórter*”, “*Vida e Saúde*”, “*Mais Você*”, “*Fantástico*”, “*Globo Rural*”, “*Mitos e Verdades*” e programas de culinária. No rádio foi mencionado o programa “*Dicas de Saúde*”. Também foram citadas “*Reportagens de Jornais*”.

Os programas que os professores assistem/ouvem relacionados à alimentação e saúde na televisão foram: “*Bem-Estar*”, “*Globo Repórter*”, “*Fantástico*” e “*Programas de Culinária*”. No rádio foi citado o programa “*Dica de Saúde*”. Também foram lembradas a “*Revista Vida e Saúde*” e “*Pesquisas na Internet*”.

Questionamos se as propagandas sobre alimentos auxiliam na escolha para a compra destes (Tabela 6). Dos 214 sujeitos envolvidos na pesquisa, responderam essa questão 94 crianças, 84 familiares e 14 professores, totalizando 192 respostas. A maioria 56 (59,6% das respostas válidas) das crianças respondeu não ser influenciada pelas propagandas para comprar seus alimentos e 37 (39,4%) responderam serem influenciadas (Tabela 6). Entre os familiares, 35 (41,7% das respostas válidas dos familiares) responderam ser influenciados e 46 (54,8%) não. Entre os professores, 4 (28,6% das respostas válidas) responderam serem influenciados pelas propagandas para a compra dos alimentos e 9 (61,3%) não.

Tabela 6 – As propagandas sobre alimento auxiliam na escolha para a compra dos alimentos?

| Grupo       | Sim        | Não         | Às vezes |
|-------------|------------|-------------|----------|
| Crianças    | 37 (39,4%) | 56 (59,6%)  | 1 (1,1%) |
| Familiares  | 35 (41,7%) | 46 (54,8%)  | 3 (3,6%) |
| Professores | 4 (28,6%)  | 9 (64,3%)   | 1 (7,1%) |
| Total       | 76 (35,5%) | 111 (51,9%) | 5 (2,3%) |

Fonte: A autora.

Mesmo não sendo a maioria da população, por grupo estudado, que afirma que as propagandas sobre alimento influenciam na escolha para a compra dos alimentos, ainda assim consideramos um número elevado entre os que responderam ser inspirados pelas propagandas.

Dados apresentados no estudo de Mattos *et al.* (2010, p. 48) constataram que as propagandas de alimentos têm influência nas escolhas alimentares das crianças e dos adolescentes. De acordo com os autores, “a expressiva preferência dos participantes por produtos promovidos por comerciais de alimentos sugere a caracterização da veiculação desse tipo de propaganda como um importante fator ambiental associado ao consumo alimentar.”

As justificativas das crianças de como as propagandas sobre alimentos influenciam na escolha para a compra dos alimentos, foram:

*Vendo-se o preço e benefícios (C6, C14, C17, C26, C42, C49, C61, C79).*

*Às vezes a mãe compra pra experimentar (C7).*

*Porque acho que vou ficar forte como os da propaganda (C8).*

*Pela influência na qualidade (C10, C39, C54, C78).*

*Se é uma propaganda das princesas (C11).*

*Quando vai no mercado e vê o que deu na propaganda quer comprar (C23, C37).*

*Me ajuda para comprar alimentos saudáveis (C58, C66, C69).*

Um estudo realizado por Ueda, Porto e Vasconcelos (2014), analisando o efeito que vídeos de desenhos com publicidade de alimentos saudáveis, não saudáveis e neutros têm sobre as escolhas alimentares, observou que, com a mudança de vídeo, as crianças variaram a escolha de alimentos em até 13%. Os autores concluíram haver efeito dos vídeos conduzindo as escolhas alimentares tanto de alimentos saudáveis quanto não saudáveis.

Observando as respostas das crianças, preocupa-nos ver entre as justificativas falas como as da *C8* e da *C11*. A ilusão de ficar forte como os personagens da propaganda causa uma confusão na mente das crianças, pois, como a família, escola ou nutricionista vão ensinar às crianças a ter uma alimentação saudável se a propaganda está vendendo um produto ultraprocessado associado ao conceito de ficar forte? Ou, ainda como exemplo, a consumista impressão representada pelas princesas vendendo para crianças, seres jovens e inocentes, conceitos de imagem muitas vezes distorcidos pela falsa influência de produtos.

Considerando que os alimentos *in natura* ou minimamente processados precisam ser a base de nossa alimentação, não podemos visualizar como os alimentos promovidos pelas propagandas como saudáveis sejam verdadeiros, pois, “embora o alimento processado mantenha a identidade básica e a maioria dos nutrientes do alimento do qual deriva, os ingredientes e os métodos de processamento utilizados na fabricação alteram de modo desfavorável a composição nutricional” (BRASIL, 2014a, p. 38).

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, os alimentos ultraprocessados favorecem o excesso de consumo de calorias.

Alimentos ultraprocessados “enganam” os dispositivos de que nosso organismo dispõe para regular o balanço de calorias. Em essência, esses dispositivos (situados no sistema digestivo e no cérebro) são responsáveis por fazer com que as calorias ingeridas por meio dos alimentos igualem as calorias gastas com o funcionamento do organismo e com a atividade física. Dito de modo bastante simplificado, esses dispositivos tendem a subestimar as calorias que provêm de alimentos ultraprocessados e, nesta medida, a sinalização de saciedade após a ingestão desses produtos não ocorre ou ocorre tardiamente. Como consequência, quando consumimos alimentos ultraprocessados, tendemos, sem perceber, a ingerir mais calorias do que necessitamos; e calorias ingeridas e não gastas inevitavelmente acabam estocadas em nosso corpo na forma de gordura. O resultado é a obesidade (BRASIL, 2014a, p. 43).

Muitos alimentos ultraprocessados podem “comprometer os mecanismos que sinalizam à saciedade e controlam o apetite, favorecendo, assim, o consumo involuntário de calorias e aumentando o risco de obesidade”, por apresentarem hipersabor (BRASIL, 2014a).

Com a “ajuda” de açúcares, gorduras, sal e vários aditivos, alimentos ultraprocessados são formulados para que sejam extremamente saborosos, quando não para induzir hábito ou mesmo para criar dependência. A publicidade desses produtos comumente chama a atenção, com razão, para o fato de que eles são “irresistíveis” (BRASIL, 2014a, p. 44).

Os alimentos ultraprocessados geralmente são consumidos sem atenção, pois são formulados para serem utilizados em qualquer lugar, sem necessitar de pratos, talheres ou mesa (BRASIL, 2014a).

É comum o seu consumo em casa enquanto se assiste a programas de televisão, na mesa de trabalho ou andando na rua. Essas circunstâncias, frequentemente lembradas na propaganda de alimentos ultraprocessados, também prejudicam a capacidade de o organismo “registrar” devidamente as calorias ingeridas (BRASIL, 2014a, p. 44).

Estes alimentos têm tamanhos gigantes a preço pouco superior ao de produtos em tamanho regular, aumentando o risco do consumo involuntário de calorias e, conseqüentemente, o risco de obesidade (BRASIL, 2014a).

Ainda tem as calorias líquidas, como refrigerantes e sucos, entre outros produtos prontos para beber, considerando que,

o aumento do risco de obesidade é em função da comprovada menor capacidade que o organismo humano tem de “registrar” calorias provenientes de bebidas adoçadas. Como a alta densidade calórica e os demais atributos que induzem o consumo excessivo de calorias são intrínsecos à natureza dos alimentos ultraprocessados, a estratégia de reformulação aqui é pouco aplicável (BRASIL, 2014a, p. 44).

Como afirma o Guia Alimentar, “há muitas informações sobre alimentação e saúde, mas poucas são de fontes confiáveis”. A cada momento cresce “a quantidade de matérias na televisão, rádio, revistas e internet com informações e recomendações sobre alimentação e saúde”, porém é questionável a utilidade da maioria dessas (BRASIL, 2014a, p. 105).

Com louváveis exceções, tendem a enfatizar alimentos específicos, propagados como “superalimentos”, e ignoram a importância de variar e combinar alimentos. Nessa medida, induzem modismos e levam à depreciação de alimentos e práticas alimentares tradicionais. Não raro alimentação saudável é confundida com dietas para emagrecer. Por vezes, matérias que se dizem informativas são na verdade formas veladas de fazer publicidade de alimentos ultraprocessados (BRASIL, 2014a, p. 105).

As justificativas dos familiares de como as propagandas sobre alimentos influenciam na escolha para a compra dos alimentos foram:

*Quando tem promoção (C14, C17, C26, C79).  
Na imagem, e na satisfação do consumidor do produto (C37)  
Descobrimos dos valores nutricionais, dos pontos negativos, aprendemos mais sobre alimentos saudáveis (C6, C39, C41, C42, C49, C53, C54, C61, C63, C69, C83, C90).  
Em questão de vitaminas, preço e qualidade (C66).*

Observamos nas respostas dos familiares uma preocupação em aprender sobre os alimentos saudáveis, ao relatarem interesse em valores nutricionais, alimentos saudáveis e em aprender mais sobre os alimentos, além de, claro, comparar preços. De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira,

A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico,

financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis (BRASIL, 2014a, p. 7).

A alimentação é mais do que simplesmente ingerir nutrientes; ela também diz respeito “aos alimentos que contêm e fornecem os nutrientes, a como alimentos são combinados entre si e preparados, a características do modo de comer e às dimensões culturais e sociais das práticas alimentares. Todos esses aspectos influenciam a saúde e o bem-estar” (BRASIL, 2014a, p. 15).

As justificativas dos professores de como as propagandas sobre alimentos influenciam na escolha para a compra dos alimentos foram:

*Descrevendo o quão saboroso é o alimento (P4).*

*Quero os mais saudáveis, mas não compro nada que patrocine a Globo (P6).*

*Influenciam pela gula (P10).*

*Têm dicas importante sobre o preparo e também como guardar (P12).*

Nem é uma questão de patrocinar ou não uma emissora de televisão, como diz a P6; trata-se de compreender o que as propagandas estão dizendo, pois algumas passam a falsa impressão ao consumidor de ser saudável; por exemplo, as margarinas enriquecidas com fitoesteróis, ou os sucos artificiais enriquecidos com vitaminas. O Guia Alimentar para a População Brasileira relembra que (BRASIL, 2014a, p. 15-16)

A ciência da nutrição surge com a identificação e o isolamento de nutrientes presentes nos alimentos e com os estudos do efeito de nutrientes individuais sobre a incidência de determinadas doenças. Esses estudos foram fundamentais para a formulação de políticas e ações destinadas a prevenir carências nutricionais específicas (como a de proteínas, vitaminas e minerais) e doenças cardiovasculares associadas ao consumo excessivo de sódio ou de gorduras de origem animal.

Entretanto, o efeito de nutrientes individuais foi se mostrando progressivamente insuficiente para explicar a relação entre alimentação e saúde. Vários estudos mostram, por exemplo, que a proteção que o consumo de frutas ou de legumes e verduras confere contra doenças do coração e certos tipos de câncer não se repete com intervenções baseadas no fornecimento de medicamentos ou suplementos que contêm os nutrientes individuais presentes naqueles alimentos. Esses estudos indicam que o efeito benéfico sobre a prevenção de doenças advém do alimento em si e das combinações de nutrientes e outros compostos químicos que fazem parte da matriz do alimento, mais do que de nutrientes isolados.

Estudos mostram que os efeitos positivos sobre a saúde não são atribuídos a alimentos individuais, mas, sim, a um conjunto de alimentos, formas de preparo e consumo (BRASIL, 2014a, p. 16).

As justificativas das crianças de porque as propagandas sobre alimentos não influenciam na escolha para a compra dos alimentos, foram:

*Muitas vezes não é alimento saudável (C4, C25).*

*Nem sempre o que dizem que é bom é saudável (C27).*

*Porque eu sempre compro o que é saudável (C16).*

*Eu compro o que quero e tenho vontade de comer, nunca fui pela marca (C35, C76).  
Na escola não tem venda de alimentos (C36).  
Porque minha mãe compra (C48).  
Às vezes, pois tem marcas que o preço é mais barato e bom, mas outras é melhor mais cara, pela qualidade (C83).*

Também há, para algumas crianças, a clara consciência de que nem sempre as propagandas trazem alimentos saudáveis. As propagandas de alimentos passam a imagem que lhes convém, do modo mais ilusório possível, para convencer o consumidor. Muitas vezes as pessoas, principalmente as crianças, são motivadas a comprar ou consumir determinado alimento somente pelo sentimento que a propaganda lhes causou.

A atividade comunicacional voltada ao mercado nasceu e floresceu no descompasso da produção e do consumo. O produzir-mais levou ao vender-mais. No entanto, a crescente presença de concorrentes e a inevitável padronização ou estandardização dos produtos e serviços culminaram em uma forma muito peculiar de comunicar-se com o mercado. Esse momento caracterizou-se pelo ato de persuadir, seja diferenciando-se o produto/serviço, seja no ato de comunicar, passando da proclamação para o discurso da mais-valia (GALINDO, 2008, p. 211).

Galindo (2008, p. 212), ressalta a função da propaganda: “quando falamos em informação/persuasão, estamos nos referindo a característica tão intrínsecas à atividade publicitária como o oxigênio e o hidrogênio na composição da água”. A propaganda é planejada para persuadir seu público-alvo e convencê-lo a adquirir e consumir determinado produto, estando “atrelada a objetivos e metas de venda”. A atividade publicitária das propagandas constitui-se “em uma indústria, um grande e lucrativo negócio, com características bem diferenciadas, baseado no tripé criação, produção e distribuição de mensagens (persuasivas) destinadas ao mercado consumidor, patrocinadas por um anunciante (emissor)” (GALINDO, 2008, p. 212).

A chave do processo persuasivo da propaganda está

em valorizar um bem (produto ou serviço) frente aos demais, trazendo o “fazer-valer”, ou seja, agregando todo e qualquer processo socialmente utilizado para valorizá-lo. A partir desse momento nenhum objeto seria o mesmo, pois, afinal, ele precisava se destacar em meio à concorrência (GALINDO, 2008, p. 212-213).

Podemos identificar o quão ilusórias as propagandas sobre alimentos são ao observar as respostas dos familiares que não são influenciados por elas:

*Porque muitas vezes é um alimento não saudável (C4, C27, C78).  
Compro só o que é saudável e o que gostam de comer lá em casa (C8, C95).  
Porque eu sei o que é melhor pro meu filho (C12).  
Nem sempre são claras e verdadeiras, eu não acredito em propagandas (C13, C25).*



A propaganda consiste não somente em informar sobre determinado produto, mas na tentativa de realmente persuadir o consumidor, com o objetivo de convencê-lo a comprar não somente porque consumindo determinado produto terá tais benefícios, mas, sim, porque a indústria quer vender. Galindo (2008, p. 213-214), enfatiza que:

Se a prática publicitária tem início na mudança perceptiva sobre a função básica dos objetos, ela revela desde seu nascedouro o compromisso com a transposição simbólica sobre a matéria, ou seja, é na procura da mais-valia de um produto que toda a atividade da indústria da propaganda estará baseada. Por consequência, o processo persuasivo possibilitará a construção dessa aura eminentemente simbólica.

A razão de ser da atividade publicitária, ontem, hoje e amanhã, foi, é e será a de transformar objetos/bens e serviços em cargas simbólicas que transmitam mensagens que excedam seus atributos e benefícios, diferenciando-os dos demais concorrentes e dando-lhes uma personalidade antropomorfizada, articulada criativamente e entregue aos consumidores através dos mais diversos suportes, buscando-se o máximo de envolvimento relacional com seus públicos.

É na evidência da proposta de diferenciação ou da mais-valia de um produto que toda a atividade da indústria da propaganda está e estará baseada. Por consequência, o processo persuasivo tem possibilitado a construção desta aura eminentemente simbólica, pois o produto, bem ou serviço anunciado é necessariamente envolvido em uma rede simbólica de caráter afetivo.

Galindo (2008) afirma que as propagandas competem pela atenção do consumidor e, para fazê-lo, é preciso atingir a mente e o coração.

Salientamos que os familiares são os responsáveis pelas escolhas alimentares, pois são eles que provêm os alimentos a serem consumidos por suas crianças. Se os familiares não comprarem alimentos ultraprocessados, as crianças não os consumirão.

Assim expõem os professores que não são influenciados pelas propagandas para a compra dos alimentos:

*Pois avalio o valor nutricional (P2).*

*Compramos aquilo que a maioria dos moradores da casa consomem (P3).*

*A maioria dos alimentos da família é produção própria (P5).*

*Compro os necessários e que gostamos (P11).*

*Acho que não são muito confiáveis, principalmente as de refrigerante (P14).*

Ainda, um professor respondeu às vezes ser influenciado pelas propagandas para a compra dos alimentos, “*Por curiosidade de experimentar*” (P1).

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014a, p. 17),

Padrões de alimentação estão mudando rapidamente na grande maioria dos países e, em particular, naqueles economicamente emergentes. As principais mudanças envolvem a substituição de alimentos in natura ou minimamente processados de origem vegetal (arroz, feijão, mandioca, batata, legumes e verduras) e preparações culinárias à base desses alimentos por produtos industrializados prontos para consumo. Essas transformações, observadas com grande intensidade no Brasil, determinam, entre outras consequências, o desequilíbrio na oferta de nutrientes e a ingestão excessiva de calorias.

O ideal seria que pudéssemos produzir a grande maioria dos alimentos que consumimos, como propõe P5, ou adquiríssemos esses alimentos em feiras de agricultura familiar. O Guia Alimentar enfatiza que uma alimentação adequada e saudável vem de um sistema alimentar que seja social e ambientalmente sustentável. “Recomendações sobre alimentação devem levar em conta o impacto das formas de produção e distribuição dos alimentos sobre a justiça social e a integridade do ambiente” (BRASIL, 2014a, p. 18).

Recentemente, na maior parte do mundo, as formas de produzir e distribuir alimentos vêm se modificando de forma desfavorável para a distribuição social das riquezas, assim como para a autonomia dos agricultores, a geração de oportunidades de trabalho e renda, a proteção dos recursos naturais e da biodiversidade e a produção de alimentos seguros e saudáveis.

Estão perdendo força sistemas alimentares centrados na agricultura familiar, em técnicas tradicionais e eficazes de cultivo e manejo do solo, no uso intenso de mão-de-obra, no cultivo consorciado de vários alimentos combinado à criação de animais, no processamento mínimo dos alimentos realizado pelos próprios agricultores ou por indústrias locais e em uma rede de distribuição de grande capilaridade integrada por mercados, feiras e pequenos comerciantes. No lugar, surgem sistemas alimentares que operam baseados em monoculturas que fornecem matérias-primas para a produção de alimentos ultraprocessados ou para rações usadas na criação intensiva de animais. Esses sistemas dependem de grandes extensões de terra, do uso intenso de mecanização, do alto consumo de água e de combustíveis, do emprego de fertilizantes químicos, sementes transgênicas, agrotóxicos e antibióticos e, ainda, do transporte por longas distâncias. Completam esses sistemas alimentares grandes redes de distribuição com forte poder de negociação de preços em relação a fornecedores e a consumidores finais (BRASIL, 2014a, p. 19-20).

A adoção de uma alimentação saudável não é uma questão de escolha individual. O padrão de alimentação das pessoas pode ser influenciado positiva ou negativamente por muitos fatores, de natureza física, econômica, política, cultural ou social (BRASIL, 2014a). “Morar em bairros ou territórios onde há feiras e mercados que comercializam frutas, verduras e legumes com boa qualidade torna mais factível a adoção de padrões saudáveis de alimentação” (BRASIL, 2014a, p. 22). Já “o custo mais elevado dos alimentos minimamente processados diante dos ultra processados, a necessidade de fazer refeições em locais onde não são oferecidas opções saudáveis de alimentação e a exposição intensa à publicidade de alimentos não saudáveis”, são fatores que podem dificultar a adoção de padrões saudáveis de alimentação (BRASIL, 2014a, p. 22).

No estudo de Prodanov e Cimadon (2016, p. 11), os resultados mostraram, do mesmo modo que em nosso estudo, que “os meios de comunicação podem influenciar nos hábitos alimentares e no estilo de vida das crianças”, pois “os programas de televisão divulgam os produtos alimentícios utilizando ferramentas como desenhos, músicas e brincadeiras, que são muito atrativos na infância”. Alguns produtos “vêm acompanhados de pequenos brinquedos ou embalagens com jogos, despertando ainda mais o desejo pelos produtos que em sua maioria têm baixo ou nenhum valor nutricional”.

De acordo com Boog (2011, p. 76),

As necessidades de alimentos são limitadas biologicamente, mas para o desejo não há limites, e, por isso, a busca pela satisfação dos desejos também é ilimitada. A mídia incumbe-se de induzir a fantasia e de despertar esse desejo. Se o desejo de consumir “acorda”, é porque ele já se encontra profundamente internalizado, e, a partir do momento em que é despertado, não o satisfazer significa, na maior parte das vezes, frustrar-se.

Geralmente os alimentos ultraprocessados são acompanhados de muita propaganda, enquanto os alimentos saudáveis ficam restritos às recomendações dos nutricionistas, são lembrados pelos familiares e incentivados por alguns professores. É necessário um trabalho articulado entre todos os setores da sociedade para a educação alimentar e nutricional das crianças, pois elas aprendem conosco, por suas vivências e pelos exemplos que têm, imitando sua família, seus professores e, também, podem ser influenciadas pelo que veem nos meios de comunicação. “A publicidade de alimentos ultraprocessados domina os anúncios comerciais de alimentos, frequentemente veicula informações incorretas ou incompletas sobre alimentação e atinge, sobretudo, crianças e jovens” (BRASIL, 2014a, p.117).

Os brasileiros de todas as idades são diariamente expostos a diversas estratégias utilizadas pelas indústrias de alimentos na divulgação dos seus produtos. Comerciais em televisão e rádio, anúncios em jornais e revistas, matérias na internet, amostras grátis de produtos, ofertas de brindes, descontos e promoções, colocação de produtos em locais estratégicos dentro dos supermercados e embalagens atraentes são alguns dos exemplos mais frequentes dos mecanismos adotados para a sedução e convencimento dos consumidores. Mais de dois terços dos comerciais sobre alimentos veiculados na televisão se referem a produtos comercializados nas redes de *fastfood*, salgadinhos “de pacote”, biscoitos, bolos, cereais matinais, balas e outras guloseimas, refrigerantes, sucos adoçados e refrescos em pó, todos esses ultraprocessados (BRASIL, 2014a, p. 117).

A maioria dos anúncios é dirigida diretamente ao público de crianças e adolescentes, ficando claro neles o estímulo ao consumo diário e em grandes quantidades desses produtos (BRASIL, 2014a), além de que,

com base no que vêem nos comerciais, crianças e adolescentes, e a população em geral, são levados a acreditar que os alimentos ultraprocessados têm qualidade superior à dos demais ou que tornarão as pessoas mais felizes, atraentes, fortes, “supersaudáveis” e socialmente aceitas ou, ainda, que suas calorias seriam necessárias para a prática de esportes. Se comerciais, anúncios, ofertas, promoções e embalagens são convincentes e sedutores para os adultos, para as crianças são ainda mais. As crianças estão em um processo especial de desenvolvimento e, sozinhas, ainda não conseguem compreender muitos dos elementos do mundo adulto (BRASIL, 2014a, p. 118).

As crianças constituem-se público-alvo da publicidade de alimentos cada vez mais precocemente em razão da influência que a publicidade exerce “na escolha das compras das famílias e também porque estão formando hábitos de consumo que poderão prolongar-se pelo

resto de suas vidas” (BRASIL, 2014a, p. 118). É claro que a publicidade dirigida às crianças faz uso de elementos que “elas mais gostam, como personagens, heróis, pessoas famosas, músicas, brinquedos, jogos e coleções; está presente nos espaços de sua convivência, como escolas, espaços públicos, parques e restaurantes”, além de utilizar os meios de comunicação a que elas estão mais expostas, como televisão e internet (BRASIL, 2014a, p. 118).

Para Boog (2011, p. 76),

as alegações de saúde podem até ser eficazes como argumentos de convencimento para o consumidor ser induzido a adquirir produtos, e, nesse sentido, são bastante utilizados pela propaganda de alimentos. Mas não *educam* para uma alimentação de boa qualidade, o que é muito mais complexo do que convencer alguém a comprar um produto. Pode-se adquirir um grande número de produtos muito saudáveis e tornar-se obeso consumindo todos eles. Educar transcende o ato de informar, e, se pretendemos educar, não basta informar.

Os pais e os educadores precisam deixar claro para as crianças que a publicidade tem como função “essencialmente aumentar a venda de produtos, e não informar ou, menos ainda, educar as pessoas. Limitar a quantidade de tempo que as crianças passam vendo televisão é uma forma de diminuir sua exposição a propagandas e, ao mesmo tempo, torná-las mais ativas” (BRASIL, 2014a, p. 120).

Boog (2011, p. 77) traz o conceito de alimento ou objeto *fetichizado*, descrevendo-o como:

um objeto ao qual se atribuíram valores que não lhe são intrínsecos – um alimento que a propaganda apresenta como capaz de tornar as mulheres mais atraentes, amadas ou sedutoras, por exemplo. Pela lógica prevalente nas sociedades de consumo, as soluções para todos os problemas devem passar, obrigatoriamente, pela compra de algo: o peso ideal depende do *milkshake* dietético, a sensualidade, da maquiagem, e o amor aos filhos, do passeio à lanchonete. O desejo de compra é o propulsor de um questionável progresso, no qual a propaganda cria o desejo, que por sua vez cria o mercado, que impulsiona a produção. A própria cidadania passa a ser entendida como a possibilidade de consumir: quem consome é cidadão, e ser cidadão significa poder consumir.

Conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014a, p. 120), “ações podem falar mais do que palavras”, portanto os adultos devem também praticar as orientações que são dadas às crianças. Segundo o pensamento de Vigotsky (2008), o humano constitui-se em histórico cultural por influência do meio em que está inserido e não como uma função biologicamente programada. As crianças não nascem com sua cultura pronta; ela é moldada de acordo com o convívio em sociedade, que definirá os conceitos a serem formados no decorrer do desenvolvimento da criança.

Vigotsky (2008) afirma que a criança desenvolve uma função por intermédio de sua utilização e prática inconsciente e espontaneamente, antes de ter consciência e controle sobre ela. As crianças aprendem por imitação e mediação com os outros, pois é o meio, a sociedade em que esta está inserida, que a constituirá como ser humano, como histórico cultural.

Também Bourdieu (2007), em sua teoria do *habitus*, define o padrão de comportamento do ser humano por normas e valores que são socialmente construídos, em que o *habitus* pode ser considerado um caminho para se compreender as relações sociais mediadas pela alimentação, e o gosto se dá pelo contexto de experiências individuais e coletivas, cultural e socialmente construídas, posto que o *habitus* é responsável por um agente ser detentor de um gosto, pois as condições objetivas de existência associam-se às preferências (BOURDIEU, 2007).

Se as escolhas dos indivíduos são proporcionadas por seus *habitus* e o estilo de vida resulta das disposições e possibilidades encontradas pelo indivíduo em seu meio, neste contexto é preciso criar o hábito na criança de se alimentar bem, de ter um estilo de vida saudável, simplesmente porque é necessário para a qualidade de vida e saúde.

Considerando que as crianças aprendem por imitação, dar o exemplo e mediar a EAN é uma estratégia significativamente importante tanto para a família, quanto para o professor, mas também para os meios de comunicação.

## CONSIDERAÇÕES

Observamos neste estudo que há intervenção dos meios de comunicação sobre as escolhas alimentares de crianças, familiares e professores, estando forte a influência nos hábitos dos sujeitos. O uso de mídias eletrônicas intervém nas escolhas não só das crianças, mas dos familiares e professores. Se até os adultos, teoricamente com seus conceitos formados, são influenciados, o que dizer das crianças que estão recém-iniciando sua formação de conceitos?

A criança não nasce com hábitos alimentares e estilos de vida prontos; eles são aprendidos ou imitados por meio do seu convívio com a sociedade. A todo momento a criança está aprendendo, e esse aprendizado reflete-se nas suas ações no decorrer da sua vida.

É direito das crianças que só lhes seja transmitido o adequado. As crianças não têm o discernimento necessário para filtrar o que lhes é benéfico e o que não é saudável. Assim, enfatizamos a importância do acompanhamento dos responsáveis quando as crianças acessam os meios de comunicação, e regulamentação do que pode ou não ser propaganda para crianças.

## REFERÊNCIAS

BOOG, M. C. F. Educação nutricional como disciplina acadêmica. *In: Mudanças alimentares e educação nutricional*. Coordenação Rosa Wanda Diez-Garcia, Ana Maria Cervato-Mancuso. Editor da Série Helio Vannucchi. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

BOURDIEU, Pierre. 1930-2002. *A distinção: crítica social do julgamento*. Pierre Bourdieu. Tradução Daniela Kern e Guilherme F. Teixeira. São Paulo, SP: Edusp; Porto Alegre, RS: Zouk, 2007.

BRASIL. *Constituição 1988*. Constituição da República Federativa do Brasil: texto constitucional promulgado em 5 de outubro de 1988, com as alterações determinadas pelas Emendas Constitucionais de Revisão nos 1 a 6/94, pelas Emendas Constitucionais n<sup>os</sup> 1/92 a 91/2016 e pelo Decreto Legislativo n<sup>o</sup> 186/2008. Brasília: Senado Federal; Coordenação de Edições Técnicas, 2016.

BRASIL. *Código de defesa do consumidor e normas correlatas*. 2. ed. Brasília: Senado Federal; Coordenação de Edições Técnicas, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014a. 156p.: il.

BRASIL. *Resolução Conanda n<sup>o</sup> 163 de 13/03/2014*. Publicado no DO em 4 abr. 2014b. Disponível em: [http://www.procon.sp.gov.br/pdf/resolucao\\_conanda\\_163.pdf](http://www.procon.sp.gov.br/pdf/resolucao_conanda_163.pdf). Acesso em: 17 abr. 2019.

FOGAÇA, Jennifer Rocha Vargas. “O que são alimentos saudáveis?” *Brasil Escola*. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/saude-na-escola/o-que-sao-alimentos-saudaveis.htm>. Acesso em: 14 abr. 2019.

GALINDO, Daniel dos Santos. Teorias e estratégias de publicidade e propaganda. *In: Gestão estratégica em comunicação organizacional e relações públicas*. Organizadora Margarida Maria Kunsch. São Caetano do Sul, SP: Difusão Editora, 2008.

MATTOS, Marília Costa *et al.* Influência de propagandas de alimentos nas escolhas alimentares de crianças e adolescentes. *Psicol. Teor. Prat.*, São Paulo, v. 12, n. 3, p. 34-51, mar. 2010. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151636872010000300004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151636872010000300004&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 15 abr. 2019.

MORAES, R.; GALIAZZI, M. C. *Análise textual discursiva*. Ijuí: Ed. Unijuí, 2016.

PIASETZKI, Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki, BOFF, Eva Teresinha de Oliveira. Educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância. *Contexto & Educação*, Ijuí: Editora Unijuí, ano 33, n. 106, set./dez. 2018. ISSN 2179-1309. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21527/2179-1309.2018.106.318-338>.

PRODANOV, Sofia Schemes; CIMADON, Hosana Maria Speranza. A influência da publicidade nos hábitos alimentares de crianças em idade escolar. *Revista Conhecimento Online*, Novo Hamburgo, a. 8, v. 1, 2016. Disponível em: [periodicos.feevale.br](http://periodicos.feevale.br).

SILVA, D. A. C. *et al.* Food marketing targeting children: unveiling the ethical perspectives in the discourse on self-regulation. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 7, p. 2.187-2.196, July 2017. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232017002702187&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017002702187&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 16 mar. 2018.

SILVA, J. M.; SILVEIRA, E. S. *Apresentação de trabalhos acadêmicos: normas e técnicas*. 3. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2007.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. Saúde de crianças e adolescentes na era digital. *Manual de orientação*, Departamento de Adolescência, n. 1, out. 2016.

UEDA, M. H.; PORTO, R. B.; VASCONCELOS, L. A. Publicidade de alimentos e escolhas alimentares de crianças. *Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa*, vol. 30, n. 1, p. 53-61, jan./mar. 2014.

VYGOTSKY, L. S. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

## ARTIGO 5

### EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: UMA POSSIBILIDADE DE TRABALHO EM EQUIPE

### FOOD AND NUTRITION EDUCATION: A POSSIBILITY FOR TEAMWORK

#### RESUMO

O objetivo deste artigo é analisar um processo formativo na perspectiva do desenvolvimento de um trabalho em equipe que visa à educação alimentar e nutricional dos sujeitos envolvidos na comunidade escolar. O processo abrangeu professores, equipe diretiva, funcionários e familiares de uma Escola de Educação Infantil e de uma Escola de Educação Básica de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul. Os encontros de formação, foram realizados de forma interativa e problematizadora para permitir aos participantes refletir sobre seus pontos de vista na mediação de outros. A intenção foi de aprofundar o debate sobre a temática bem como auxiliar no processo de compreensão das decisões e escolhas alternativas para a prática de ensino nos anos iniciais, incluindo a educação alimentar e nutricional como constitutiva do currículo escolar. Este estudo demonstra como as ações de educação alimentar e nutricional precisam ser contínuas, e ressalta a importância do trabalho em equipe para que seja possível a articulação de saberes de diferentes áreas do conhecimento. Considera-se o professor influente para a educação alimentar e nutricional na infância, mas é importante que essa educação seja desenvolvida por meio do trabalho articulado para que não restem dúvidas quanto ao processo. Para ensinar a comer saudável é preciso compreender o porquê.

**Palavras-chave:** Educação alimentar e nutricional. Criança. Docentes. Nutricionistas. Práticas interdisciplinares.

#### ABSTRACT

This article's objective is to identify and analyze the formative process from the perspective of the development of teamwork aimed at the food and nutrition education of the subjects involved in the school community. The process involved teachers, school principal team, staff and family members of a Preschool and Elementary School in a town of the State of Rio Grande do Sul. The formative meetings were conducted in an interactive and problematization design, allowing the participants to reflect on their points of view in the mediation of others. The intention was to debate deeply the thematic, as well as assist the process of comprehending the decisions and alternatives, for the pedagogical practice of teaching in the early years including food and nutrition education as constitutive of the school curriculum. This study demonstrates how the actions of food and nutrition education need to be continuous and emphasizes the importance of teamwork so that it is possible to articulate knowledge from different areas. It considered the teacher as influential for food and nutrition education in childhood, but it is important that this education should be developed through articulated work so that there is no doubt about the process. For teaching healthy eating, it is necessary to comprehend why.

**Keywords:** Food and nutrition education. Child. Teachers. Nutritionists. Interdisciplinary practices.



## INTRODUÇÃO

A escola é considerada um espaço privilegiado de convivência, capaz de propiciar a apropriação de conhecimentos importantes para o desenvolvimento dos processos cognitivos articulados com a realidade dos sujeitos. Entende-se que o ambiente escolar pode promover, em seus alunos, a capacidade de fazer escolhas adequadas para um estilo de vida saudável.

Ao ingressar na escola, a criança começa a realizar refeições distante do meio familiar e, portanto, a representação social do alimento é modificada e passa a ser influenciada pelo ambiente escolar, o qual se torna o principal meio de conhecimento formal sobre o ato de se alimentar e se nutrir. Embora grande parte das crianças leve para a escola alimentos fornecidos pela família, todas as escolas públicas brasileiras fornecem merenda escolar, e é neste momento que existe a possibilidade de se estabelecer relações entre educação alimentar e práticas pedagógicas.

Existe, no entanto, falta de capacitação quanto à alimentação saudável e dificuldades dos cuidadores e profissionais que têm contato cotidiano com as crianças, o que representa certos obstáculos para o estabelecimento de práticas de alimentação saudável (CAMPOS *et al.*, 2014).

Os professores expressam ter dificuldades em sistematizar conteúdos sobre alimentação além do proposto pelos livros didáticos, existindo uma carência de informações teóricas para possibilitar que trabalhem esse tema (CUNHA; SOUSA; MACHADO, 2010). Do mesmo modo, a falta de materiais didáticos é relatada como a principal dificuldade dos professores para trabalhar, na escola, o tema saúde. Suas concepções sobre saúde são insuficientes para o ensino das crianças, pois o tema geralmente está relacionado, nos livros didáticos, ao modelo biomédico/patológico, e não com a concepção de educar em saúde. A maioria das formações continuadas para os professores que abordam o tema saúde é voltada à orientação e à prevenção de doenças (SILVA, *et al.*, 2017, p. 161).

Afonso (2008), ao analisar o currículo formal do 1º Ciclo do Ensino Básico de Portugal, concluiu que os conceitos definidos no programa nacional, relativos à alimentação e nutrição, são escassos, pouco claros e pouco objetivos. O autor enfatiza a necessidade de os cursos de formação inicial de professores contemplarem a educação para a saúde no seu currículo, com temas específicos de alimentação e nutrição, devendo existir orientações técnicas para guiar a intervenção do professor, objetivando a promoção da saúde por meio da educação nutricional.

Juzwiak (2013) aponta a possibilidade de criar uma rede de conteúdos, a partir de um alimento, para ser trabalhada em disciplinas tradicionais e nas atividades extras, possibilitando desenvolver as questões alimentares transversalmente, incluindo estudantes, professores, família e comunidade escolar. A autora também ressalta os contos de fada como ferramentas interessantes a serem utilizadas.

As pesquisas que desenvolvam ações interdisciplinares são defendidas como significativas para trabalhar o tema saúde na escola, porém educação em saúde não significa apenas prevenir ou tratar doenças. A escola e o professor têm a responsabilidade de ensinar os alunos, capacitando-os para tomar suas próprias decisões de modo a contribuir para o desenvolvimento de uma vida saudável (SILVA *et al.*, 2017, p. 161).

No cotidiano da escola “uma das preocupações centrais para o professor está na quantidade de conteúdo a ser ‘transmitido’ para seus alunos; cumprir o programa, geralmente produzido por outros, ainda parece ser uma das metas prioritárias para grande parte dos professores” (BOFF, 2011, p. 168). Ainda existe a concepção de que para ser competente o professor precisa conseguir “desenvolver todos os itens listados nos programas instituídos por outros distantes da realidade escolar”. Produzir a aula “não faz parte da cultura dos professores e por isso exige um esforço demasiado para que ele de fato se envolva na elaboração do seu programa de ensino” (BOFF, 2011, p. 168).

Vigotsky (2008, p. 27) afirma que “a criança pensa de forma sincrética sobre assuntos de que não tem conhecimento ou experiência, mas não recorre ao sincretismo com relação às coisas familiares ou que sejam de fácil comprovação prática”, posto que o número dessas coisas depende do método de educação. Por isso são importantes as atividades educativas no ambiente escolar que despertem com maior intensidade o interesse e a curiosidade da criança. As atividades, porém, não devem ser pontuais, mas articuladas no contexto escolar, fazendo parte do Projeto Político Pedagógico da escola para que realmente seja possível formar conceitos escolares significantes de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis.

Quando o professor deixar de reproduzir sua aula terá a possibilidade de refletir com os estudantes sobre seus hábitos alimentares e estilos de vida e, ao mesmo tempo, produzir sentidos e significados aos conteúdos escolares, e, portanto, ele pode contribuir para prevenir futuros problemas de saúde, promovendo a qualidade de vida ainda na infância. A escola é um espaço e momento para a realização de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), e o trabalho inter e multidisciplinar, envolvendo professores de diferentes áreas e nutricionista, possibilita articular os conteúdos escolares com o mundo vivido pelos estudantes.

Estudos (BRASIL, 2014; SILVA *et al.*, 2018; BEZERRA, 2018) mostram que a EAN produz resultados positivos quando está articulada com ações interdisciplinares e sistemáticas. É com base nestes argumentos que foi pensado em constituir um processo formativo envolvendo nutricionista, professores, merendeiras, equipe diretiva e demais sujeitos da comunidade escolar. O objetivo foi analisar um processo formativo, na perspectiva do desenvolvimento de trabalho em equipe que visa à educação alimentar e nutricional dos sujeitos implicados na comunidade escolar.

## **PRESSUPOSTOS METODOLÓGICOS**

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma pesquisa qualitativa envolvendo equipe diretiva, professores, auxiliares, estagiárias, funcionárias e familiares de duas escolas: Escola de Educação Infantil e Escola de Educação Básica de um município do interior do Estado do Rio Grande do Sul.

Foram realizados três encontros formativos e uma entrevista com as professoras: o primeiro aconteceu na Escola Municipal de Educação Infantil, tendo como roteiro para as discussões a alimentação em período escolar oferecida pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e a resistência das crianças na hora de comer. O encontro foi moderado pela nutricionista pesquisadora.

O segundo encontro envolveu também a Escola de Educação Básica e Ensino Fundamental, tendo como roteiro norteador questões respondidas pelos professores previamente, e foi moderado pela nutricionista pesquisadora.

O terceiro encontro de formação retomou os assuntos das formações anteriores, analisando resultados. Todos os encontros foram audiogravados com a autorização dos participantes e, posteriormente, transcritos e analisados com base nos argumentos de Moraes e Galiuzzi (2016) sobre Análise Textual Discursiva (ATD). No decorrer do texto os nomes dos sujeitos participantes do processo são preservados, sendo citados nomes fictícios com a letra P para a descrição de cada professora (Paula, Patrícia, Priscila, Poliana, Paloma, Paola, Pérola, Pandora, Pilar, Petra, Pâmela, Palmira, Palma, Prímula), nomes com a letra M para a descrição de merendeiras (Maria, Marta, Mariana), nome com S para a descrição da serviçal (Solange) e, para preservar os nomes das crianças citadas, são utilizados nomes com a letra C (Cristiano, César, Carlos, Camila, Carolina, Cristiane, Catarina, Cátia, Cíntia). O encontro foi moderado pela nutricionista pesquisadora.

Após os encontros foram realizadas entrevistas, individualmente, com seis professoras de ambas as escolas que participaram das formações. O roteiro de entrevista foi organizado com as seguintes questões: 1 – Na sua opinião, vocês conseguiram trazer para a sala de aula alguns conceitos de educação alimentar e nutricional? 2 – Alguns conteúdos das suas disciplinas foram trabalhados relacionados à educação alimentar e nutricional? Alimentação saudável? 3 – Os alunos foram estimulados a fazer pesquisas sobre os conteúdos que eles estudaram? 4 – O que na sua opinião, ainda podemos fazer?

Também foram realizadas duas reuniões com pais, professores e nutricionista, em que a nutricionista abordou o tema alimentação saudável, com o objetivo de sensibilizar os pais sobre a importância de serem os exemplos para as suas crianças.

Os argumentos de Moraes e Galiazzi (2016) sobre ATD fundamentaram a análise das transcrições dos grupos e entrevistas, as quais possibilitaram aprofundar a compreensão dos fenômenos investigados a partir de uma análise rigorosa e criteriosa com a intenção de compreender e reconstruir conhecimentos existentes sobre o tema investigado. A análise textual discursiva exige uma reorganização dos dados de modo a permitir reconhecer as informações para a construção de novos significados, ainda não tematizados, nos textos publicados. Ao examinar os textos em seus detalhes, fragmentando-os com o intuito de identificar as unidades constituintes, criamos categorias e construímos relações entre as unidades de significado, possibilitando nova compreensão do todo, de modo crítico e validável (MORAES; GALIAZZI, 2016).

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, com o parecer 33.159. A pesquisa foi desenvolvida de maneira a contemplar todos os preceitos éticos contidos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, no que se refere à pesquisa envolvendo seres humanos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados indicam que o professor que pensa em conjunto com seus colegas e com outros sujeitos que possuem experiências diferentes pode se constituir em um profissional mais crítico. “Não se trata de reflexão sobre a prática embasada somente nos saberes da experiência desconectada da teoria. Trata-se de um profissional que reflete sobre seus saberes, obtidos da prática e compreendidos à luz de uma teoria, articulados por múltiplas interlocuções” (BOFF, 2011, p. 143).

Boff (2011, p. 143) defende “a reflexão coletiva que permite ao docente ser autor e ator de seu processo de ensino e aprendizagem”. Para a autora, reflexão também significa “que o processo de aprender e ensinar não se limita somente aos programas de formação inicial de professores”. A formação inicial prepara “para começar a carreira, com capacidade, disposição e responsabilidade para estudar e melhorar, de maneira contínua, o seu próprio desenvolvimento profissional”; assim, aprender e ensinar é um processo que se prolonga no decorrer da carreira do professor.

Articular a teoria e a prática “se torna possível quando se prioriza práticas e modalidades que privilegiam a partilha de ideias entre os atores, a construção de espaços e momentos em que os formadores e os outros atores possam refletir e trabalhar juntos em seu projeto de formação” (BOFF, 2011, p. 179).

Com o objetivo de constituir e analisar um processo formativo, e na perspectiva do desenvolvimento de trabalho em equipe que visa à educação alimentar e nutricional dos sujeitos envolvidos na comunidade escolar, foram realizados três encontros de formação, conforme já explicitado na metodologia.

### **Processo Formativo de EAN na Escola**

Apresento neste item os resultados obtidos da análise das transcrições de três encontros de formação que compuseram o *corpus* da pesquisa, com posterior entrevista com algumas professoras que participaram das formações. A partir da análise do *corpus* da pesquisa emergiram três categorias: a) alimentação escolar; b) a imitação como modo de aprendizagem; e c) formação de conceitos de educação alimentar e nutricional.

#### **Categoria a: Alimentação escolar**

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) tem o objetivo de “contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições” (BRASIL, 2013, p. 3) que atendam às necessidades nutricionais durante o período de aulas.

Art. 11. A responsabilidade técnica pela alimentação escolar nos Estados, no Distrito Federal, nos Municípios e nas escolas federais caberá ao nutricionista responsável, que deverá respeitar as diretrizes previstas nesta Lei e na legislação pertinente, no que couber, dentro das suas atribuições específicas.

Art. 12. 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 e a tradição alimentar da localidade, pautando-se na sustentabilidade e diversificação agrícola da região, na alimentação saudável e adequada.

Parágrafo único. Para efeito desta Lei, gêneros alimentícios básicos são aqueles indispensáveis à promoção de uma alimentação saudável, observada a regulamentação aplicável.

Art. 15. Compete ao Ministério da Educação propor ações educativas que perpassem pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional (BRASIL, 2009).

Para compreender a importância do PNAE, questionou-se ao grupo sobre o que eles entendiam por alimentação escolar.

A primeira manifestação mencionada pela professora Paula é que a alimentação escolar precisa ser uma *“alimentação saudável para as crianças”*. Nesta breve frase da professora pode-se considerar duas situações: a primeira remete à *“alimentação saudável”*, quando a professora tem claro em sua percepção que a alimentação escolar é saudável. Não foi questionado o porquê de ela fazer essa associação, mas se enfatizou que na escola o cardápio é desenvolvido pela nutricionista do município, que está em constante contato com a escola, professores, merendeiras e alunos, tendo-se a possibilidade de interlocução entre os professores e nutricionista.

Na segunda situação a professora Paula ressalta: *“para as crianças”*, sim, a alimentação escolar é *“para as crianças”*, mas também é um momento propício para o professor dar o exemplo. O professor, comendo junto com as crianças, vai estimulá-las a experimentar e a comer também.

A professora Patrícia complementa que a alimentação tem como importância *“nutrir o corpo, alimentar o cérebro; em partes isso minha mãe sempre dizia. Ela é importante porque na verdade junta tudo o que o corpo da gente precisa, que são minerais, sais, vitaminas. Isso eu compreendo por uma questão de alimentação”*.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira,

A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico, financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis (BRASIL, 2014, p. 7).

As discussões continuaram com foco nas recomendações do PNAE, considerando o porquê determinados alimentos precisam estar incluídos nos cardápios e outros não podem ser ofertados. Foi enfatizada a importância do consumo de frutas e verduras, e ressaltado o fato de a população não ter o hábito de consumir frutas.

*Eles pensam em comprar outras coisas, que vão encher mais do que a fruta né? (Priscila).*

*É meio disseminado isso. E aqui também, a profe mandou um e-mail ontem, pedindo para nós trazer um lanche, que ia ter um lanche coletivo aqui, aí eu cheguei no mercado e nos lugares que eu cheguei só tinha banana. Então também não é ofertado. A gente não tem uma fruteira aqui e isso faz falta né? (Patrícia).*

*Que é aquela coisa assim, eu não vou botar uma fruteira, porque ninguém compra fruta né, mas ninguém tem a iniciativa de vamos tentar, vai que dá (Priscila).*

As pessoas têm a concepção de que as frutas e verduras não alimentam, e não ter a disponibilidade de uma fruteira variada no município dificulta até mesmo para estimular a população a consumir. No município é possível encontrar frutas nos pequenos mercados, mas a variedade é pouca e com valores acentuados, quando comparados aos municípios vizinhos.

Conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira,

Adotar uma alimentação saudável não é meramente questão de escolha individual. Muitos fatores – de natureza física, econômica, política, cultural ou social – podem influenciar positiva ou negativamente o padrão de alimentação das pessoas. Por exemplo, morar em bairros ou territórios onde há feiras e mercados que comercializam frutas, verduras e legumes com boa qualidade torna mais factível a adoção de padrões saudáveis de alimentação. Outros fatores podem dificultar a adoção desses padrões, como o custo mais elevado dos alimentos minimamente processados diante dos ultraprocessados, a necessidade de fazer refeições em locais onde não são oferecidas opções saudáveis de alimentação e a exposição intensa à publicidade de alimentos não saudáveis (BRASIL, 2014, p. 22).

As discussões sobre o cardápio escolar, como é elaborada e realizada a lista de compras dos alimentos, os custos do cardápio, quem são os fornecedores, como é feita a compra desses alimentos, são aspectos que possibilitam articulação dos conteúdos disciplinares, como a matemática no cálculo dos custos, a ciências no estudo dos nutrientes e suas funções no corpo humano e para a saúde, a história e a geografia no que se refere à origem e evolução dos tipos de alimentação, entre outros. Ainda, o debate permite a interlocução com questões do cotidiano dos alunos, como alimentos fornecidos pela agricultura familiar e dificuldades encontradas com os fornecedores para trazer os alimentos corretos.

A professora Priscila mostrou um vídeo feito durante o almoço das crianças que ficam em turno integral na escola, para analisar os pontos positivos e negativos do que acontece na hora do almoço. Durante o vídeo era possível ir conversando sobre o que estava acontecendo e pensando em melhorias para este momento. Algumas questões sobre a alimentação das crianças foram debatidas na perspectiva de encontrar soluções no coletivo. Outro ponto do debate foi sobre a importância do consumo de frutas e verduras pelas crianças.

É necessário que os professores tenham conhecimento dos processos pelos quais passam os alimentos que vêm para a escola, conforme expresso a seguir:

*Quanto a agricultura familiar, o PNAE pede que 30% do recurso que vem para a merenda escolar seja destinado à compra de produtos da agricultura familiar, por isso que a gente compra da agricultura familiar, por isso que vem o suco de uva, vem a laranja, batata-doce, mandioca, verduras e panificados (Nutricionista).*

Nas escolas municipais a alimentação é farta em variedade. Segue-se as recomendações do PNAE para a elaboração dos cardápios e o consumo de frutas e verduras é sempre estimulado. Para as crianças que ficam o turno integral é oferecido, na escola, 70% das recomendações nutricionais diárias, e para as crianças que ficam em turno único precisa-se oferecer 30% das recomendações nutricionais diárias.

*Sempre quando a Nutricionista monta o cardápio, ela vem conversar com nós, até pela questão da quantidade, um semestre tem tantas crianças, depois diminui... a gente sempre vai tendo um controle semanal para evitar o desperdício. Esses dias estava sobrando bastante banana, aí a gente fez um suco de frutas, teve crianças que tomaram, teve crianças que não tomaram (Priscila).*

*Até pode acontecer, às vezes acontece de ter uma criança que come só banana; chegou na quinta-feira e acabou a banana; oferecer outra fruta. Aí vem aquela questão: bom a criança não quer comer, tudo bem, ela não vai comer, mas ela vai ficar com fome e, então, ela vai comer, ela vai experimentar, daí a gente vai abrir também precedente para ela experimentar também as outras frutas, porque às vezes a criança, ela não come porque ela não conhece (Nutricionista).*

O diálogo frequente entre nutricionista, merendeiras e professores é muito importante para a adequada execução do trabalho. Um estudo de Longo-Silva *et al.* (2013) ressalta que as educadoras de creches têm dificuldades em lidar com a rejeição das crianças a certos tipos de alimentos e com a demanda de tempo necessária para a introdução destes. Elas enfatizam a necessidade de orientação por um/a nutricionista para que possam compreender as mudanças e o porquê da necessidade de consumo de determinados alimentos em detrimento de outros. Além disso, é importante o conhecimento em relação às quantidades que se coloca no prato que é oferecido à criança. Ainda neste estudo, as professoras destacam trazer bolachas, salgadinhos e pipocas de casa e oferecer escondido para as crianças quando estas não gostam da comida. Neste caso, após a realização de um treinamento com duração de 40 horas sobre nutrição e saúde de lactentes, as autoras observaram indícios de pequenas mudanças ou o reconhecimento de que é preciso e é possível mudar (LONGO-SILVA *et al.*, 2013).

As professoras estão com as crianças todos os dias, experimentam, comem junto com elas; se não está bom, conversam com a nutricionista para melhor adequar o cardápio.



*Que nem a pera; a pera estava vindo, mas ninguém estava comendo pera, estava indo toda fora, aí cancelamos a pera, não vem mais pera porque ninguém está comendo, a pera não estava de boa qualidade, não está bom, cancela (Priscila).*

*Estava horrível aquela pera, porque eu experimentei, eu não sou muito da pera, mas eu tive que experimentar porque as crianças não estavam comendo, não tinha gosto de nada, era uma coisa aguada e dura ainda (Poliana).*

O grupo também discutiu a respeito das birras das crianças na hora das refeições, exemplificando com o Cristiano, que fazia “*um gritado*” (Maria) na hora do almoço:

*Ele só queria comer pão puro, daí se embuchava de pão, se trancava, depois não conseguia fazer coco e só queria pão, daí a gente não queria deixar sem comer e dava o que ele queria: só pão (Priscila).*

*E o que a nutri falou para nós, que não é para colocar o pão no lugar da comida? E não é para dar muito arroz. É para servir o prato variado para todas as crianças, para estimulá-las (Mariana).*

*Eu acho que o Cristiano evoluiu bastante desde que está aqui (Maria).*

A professora Poliana lembrou que “*na época do César, para não deixar ele ficar sem comer, nós dava o pão ou bolacha Maria se ele não queria comer*”, e complementa: “*Porque precisávamos adaptar ele na escola e ele só queria comer pão e bolacha Maria, aí tínhamos que ir aos poucos trocando.*

*O melhor exemplo é o Carlos, que só comia arroz e pão puro, eu chamei a família, para conversar. Precisamos trabalhar com a educação alimentar e nutricional da família. A mãe me disse que tinham o hábito em casa de comer muita bolacha recheada, salgadinho e tomar refrigerante, eles não tomavam água, só coca. E tem muitas famílias que não tomam água, só refrigerante. Por isso também é preciso mudar em casa (Nutricionista).*

*Sim, o Carlos me pedia coca; ele não queria tomar água (Palma).*

Muitas vezes as opiniões e condutas dos educadores divergem, mas eles têm claramente a compreensão de que cada criança é um indivíduo único, com gostos e hábitos diferentes.

Durante uma formação em um ambiente escolar muitas vezes a conversa acaba tomando outros rumos, e, por isso, é importante a roda de discussão; não necessariamente é preciso conversar exatamente aquilo que a nutricionista pensou, mas, sim, nortear as discussões e abrir para ver quais são realmente as necessidades dos educadores, quais são suas dúvidas e aflições, para, com o apoio do grande grupo, pensar em conjunto soluções para resolução de problemas.

Para auxiliar na resolução ou tentativa de melhora do caso descrito anteriormente, foi trabalhado o livro “*Socorro! Meu filho come mal*”, de autoria de Gabriela Kapim e Ana Abreu, com a montagem do prato das crianças seguindo as recomendações do PNAE, discutindo-se a higiene dos alimentos e das crianças.

## **Categoria b: A imitação como modo de aprendizagem**

O grupo conversou sobre ser exemplo. Os professores, as merendeiras, a nutricionista, as famílias, são os exemplos para as crianças. É difícil pensar em EAN se os adultos responsáveis pelas crianças não derem o exemplo. A criança, ao ver o professor comendo a merenda escolar, experimentando as frutas, será estimulada a experimentar também. Comer em conjunto com as crianças constitui-se uma atividade educativa e estimulante de alimentação saudável.

As professoras relatam que o exemplo delas é seguido pelas crianças, que às imitam constantemente: “*Mas às vezes até de você chegar e dizer: ó a profe vai comer o tomate; aí eles vão lá e comem o tomate só para ver o que é que a profe está comendo*” (Paula).

As próprias crianças estimulam umas às outras:

*É, que nem a Camila hoje, tirou a batata-doce, aí a Maria disse: Vocês experimentaram a batata-doce? Alguém experimentou a batata-doce? Daí eu olhei e disse assim: Não, aqui na mesa ninguém experimentou ainda. Daí a Carolina deu uma mordidinha, a Camila foi lá e comeu a batata-doce* (Poliana).

A fala da professora Poliana refere-se a uma das preparações novas, que era a batata-doce assada, representando que as crianças têm medo de experimentar o que é novo, o que elas não conhecem. De acordo com Vigotsky (2008, p. 129), “para imitar é necessário possuir os meios para se passar de algo que já se conhece para algo novo. Com o auxílio de uma outra pessoa, toda criança pode fazer mais do que faria sozinha – ainda que se restringindo aos limites estabelecidos pelo grau de seu desenvolvimento”. No desenvolvimento da criança,

a imitação e o aprendizado desempenham um papel importante. Trazem à tona as qualidades especificamente humanas da mente e levam a criança a novos níveis de desenvolvimento. Na aprendizagem da fala, assim como na aprendizagem das matérias escolares, a imitação é indispensável. O que a criança é capaz de fazer hoje em cooperação, será capaz de fazer sozinha amanhã. Portanto, o único tipo positivo de aprendizado é aquele que caminha à frente do desenvolvimento, servindo-lhe de guia; deve voltar-se não tanto para as funções já maduras, mas principalmente para as funções em amadurecimento (VIGOTSKY, 2008, p. 129-130).

Do mesmo modo se dá com a alimentação. A criança imita o outro, imita os colegas, ao dizer “eca” para algum alimento que “pensa não gostar” antes mesmo de ter experimentado. Ela também imita o colega que leva à boca, experimenta e come o alimento; imita o professor, adulto de referência no período em que está na escola.

As educadoras destacam, ainda a importância de incentivar e elogiar as crianças quando estas atendem suas expectativas:

*Eu disse, o Carlos hoje vai brigar, não tem arroz. Daí quando eu dei uma observada nele, aí ele começou a comer, daí ele me chamou e ele chamou uma por uma: “Olhem, eu estou comendo massa com carne, e temperos!” E todos elogiaram o Carlos (Maria).*

Carlos é rotulado na escola como o menino do arroz, pois desde que ingressou na escola somente aceitava consumir pão e arroz.

*Porque assim ó, a gente está tentando não dar o pão para ele na frente dos outros, porque se não ninguém mais vai querer lanchar e vão querer só o pão. Aí a gente deixa todos comerem e se é uma coisa que realmente ele não come, aí a gente dá o pão depois. Mas tipo aquele dia de manhã que não tinha o pão, ele comeu os sucrilhos do copo dos colegas. Ele não pediu e cuidava pra quando a gente estava de costas (Paola).*

*Mas o Carlos, depois da formação que a gente fez, ele começou a comer; antes ele comia só pão e arroz (Priscila).*

*Mas aí aconteceu dele ficar um tempo em casa e na volta ele teve a resistência de novo (Maria).*

*Nós encaminhamos ele e a família para conversar com a nutricionista e realmente ele comia só arroz em casa. Aí a família começou a insistir em casa e nós aqui na escola, para ele variar um pouco os alimentos. Ele não tomava água, ele pedia coca e cerveja (Priscila).*

Observa-se a importância do trabalho articulado entre comunidade escolar e nutricionista para que seja possível olhar as crianças integralmente. O cuidado precisa estar voltado também à família, influente e formadora dos primeiros hábitos alimentares das crianças.

Uma das professoras assim contou em razão de algumas crianças não estarem querendo comer feijão:

*Eu estou trabalhando o Beleléu com as sementes, contei a história do João e o pé de feijão. E daí para não só plantar um pé de feijão, eu vou mostrar toda a transformação que o feijão pode ter; que ele vira o pezinho de feijão, mas que ele vira feijão que a gente come no prato, ele vira uma salada de feijão (Paula).*

O exemplo da história do Beleléu foi utilizado pela professora demonstrando uma importante atividade de EAN. Iniciar contando a história do Beleléu, plantar um pé de feijão em conjunto com as crianças e mostrar a transformação que o feijão pode ter para, depois, ser consumido de diversas formas, demonstra o interesse da professora de fazer com que as crianças tenham consciência dos processos do mundo ao seu redor. A educadora não se preocupa em simplesmente fazer com que as crianças comam porque elas tem de comer, mas instiga a que elas visualizem, toquem, sintam e compreendam a origem dos alimentos, que fiquem felizes para aprender e comer com consciência e conhecimento dos alimentos.

Discutiu-se sobre as crianças com dificuldades de se adaptar a novos alimentos e sobre respeitar as particularidades de gostos de cada uma, para não as obrigar a comer o que não gostam, mas estimular a experimentar.

Os professores lembraram a diversidade da população do município, onde se tem pessoas com elevados recursos financeiros e pessoas com muito poucos. Há as crianças que não tomam café da manhã por não sentirem fome e também há aquelas que dizem: “não tinha pão lá em casa hoje”. Independente de qual for o caso, a orientação é de que quem chegar à escola e estiver com fome vá até o refeitório e se sirva de uma fruta, oferecida com muito amor e carinho pelas merendeiras atenciosas, que também se constituem em educadoras ao acolher as crianças e compreender suas necessidades e, muitas vezes, sentimentos. O gesto de atenção dessas profissionais engrandece o início do dia escolar das crianças, pois o alimentar em nada melhor pode se traduzir do que em amor. A primeira refeição do dia é importante para o despertar da atenção da criança em sala de aula.

*As crianças estão abertas para tudo e não se sabe até onde exatamente vai a influência do educador. Mas o que se tem certeza é que trabalhar a educação alimentar e nutricional não pode ser responsabilidade só do nutricionista, mas também das merendeiras, professores, familiares e comunidade. De nada adianta a nutricionista fazer um cardápio adequado, se as merendeiras não o executarem, ou se os professores não estimularem as crianças a comer. Se for permitido que em ambiente escolar as crianças tragam refrigerante, salgadinho, guloseimas, eles não irão comer a merenda (Nutricionista).*

Ao serem incentivadas pelos professores as crianças aprendem, e, ao ser sensibilizadas, passam a ter uma compreensão diferente da história e de seu papel, recusam a acomodar-se e passam a organizar-se para mudar o mundo. Ao incentivar uma alimentação e hábitos de vida mais saudáveis, o educador torna-se importante para a qualidade de vida das crianças, que, muitas vezes, não têm esse exemplo em casa.

### **Categoria c: Formação de conceitos de EAN**

Questionou-se, no grupo de formação, o que é EAN?

*Acredito que seja aquela primeira orientação que se dá aos pequeninhos, então é a primeira noção de como eles deveriam se alimentar. Nutricional é aquele prato colorido que tem acesso a pelo menos a quase todas as vitaminas, os tipos de nutrientes que a criança precisa para se desenvolver. E é na primeira infância que eles vão se acostumando com os sabores e perdendo o medo, digamos assim, dos alimentos diferentes que não tem em casa. Tudo que não tem em casa, quando não tem acesso, é desconhecido, não vou pegar e é na escola que eles podem ter esse acesso. Eu acredito que é essa primeira apresentação; bem-vindos; conheça o teu alimento (Pérola).*

A professora Pérola não tem claro o conceito de EAN, mas tem a vontade de desenvolver em seus alunos o conhecimento sobre os alimentos e as práticas de alimentação saudável, e este é um exemplo da importância do trabalho em equipe.

Sobre a questão o que é alimentação, o grupo respondeu:

*É tudo o que te sacia (Pérola).*

*É o ato de nutrir-se, saciar-se (Poliana).*

*Deleitar-se nas guloseimas, também (Pérola).*

*Satisfazer o meu cérebro (Maria).*

*Mastigar, prazer (Patrícia).*

*Lá em casa a alimentação é bastante a reunião da família (Solange).*

Pode-se observar, pelas respostas das educadoras, que realmente a alimentação significa muito mais do que simplesmente ingestão de alimentos; abrange saciedade, nutrição, deleite, satisfação, prazer, reunião em família. A alimentação envolve a cultura, pois as crianças têm hábitos que trazem de casa e, ao chegarem na escola, deparam-se com uma realidade totalmente diferente. O gosto também é reflexo das diferentes culturas. É complexo o conceito de alimentação. Ele implica até mesmo na adaptação das crianças na escola e, muitas vezes, a alimentação acaba sendo usada como consolo. Pérola destaca: *“a forma de preparo: a minha mãe faz a couve-flor na manteiga, a minha faz só cozida no vapor, a minha mãe bota vinagre, a minha não bota, e assim vai indo... Os hábitos”*.

Sim, os hábitos; as próprias professoras reconhecem os hábitos como definidores das práticas alimentares, que vão envolver desde métodos de preparo aos tipos de temperos utilizados. Quanto ao conceito de nutrição, Pérola argumenta: *“No meu ver, minha cultura de nutrição é pequena, mas eu acredito que é quando tu reforça teu sistema imunológico a partir do que tu ingere”*.

*A nutrição envolve a questão de nutrientes, do processo que o alimento sofre no organismo, digestão, absorção e sendo a alimentação desequilibrada, consequentemente vai desequilibrar o nosso organismo e alguma coisa não vai ficar bem. Então a educação alimentar e nutricional envolve tudo isso, por isso que falamos de educação alimentar e nutricional e nunca só educação alimentar ou educação nutricional, porque é um contexto; a alimentação envolve o ato de se alimentar, de comer, mas envolve a cultura, envolve a vontade, o gosto, enfim, e a nutrição é o processo que esse alimento vai sofrer no nosso organismo; então por isso educação alimentar e nutricional (Nutricionista).*

Também é preciso que os educadores tenham consciência de sua importância na EAN das crianças, pois eles ficam em contato direto com elas quase todos os dias, muitas vezes passando mais tempo do que a própria família. O nutricionista sozinho não consegue alcançar a todos, mas, com a ajuda da escola como um todo, é possível estabelecer uma rede de conhecimentos para educar as crianças. Todas as mudanças não são de um dia para o outro; o importante é que se tenha a vontade de mudar e melhorar.

*Na verdade, se tem, ah é gordo porque come bastante. E muitas vezes a gente diz para a criança come maçã, mas não diz porque tem que comer a maçã; é só pra não engordar? A gente fala para as crianças, mas não diz o motivo do porque não pode comer só gorduras, só frituras ou só doces. Então falta um pouco também do adulto dar mais explicações para as crianças (Pilar).*

O grupo discutiu os conceitos de EAN e as possibilidades de trabalhar o tema na escola. Propôs que os professores, sempre que possível, articulem seus conteúdos disciplinares à EAN, com o objetivo de promoção da alimentação saudável e qualidade de vida no ambiente escolar. Foi sugerido que sempre que tivessem dúvidas procurassem a nutricionista para esclarecê-las.

A partir daí os professores e nutricionista passaram a trabalhar em conjunto sempre que possível, considerando a pouca carga horária disponível para planejamento. Atividades de EAN foram sendo, aos poucos, articuladas aos conteúdos escolares. Rodas de conversa com a nutricionista aconteceram quando os professores solicitaram auxílio para tirar dúvidas e esclarecer conceitos aos seus alunos, com o objetivo de sensibilizá-los da importância de uma alimentação saudável.

Posteriormente foi realizada entrevista, gravada individualmente, com algumas professoras que participaram das formações, questionando: Na sua opinião, os professores conseguiram trazer para a sala de aula alguns conceitos de educação alimentar e nutricional?

*Com as crianças, até a gente conseguiu, mas aqui na escola, acredito que fora da escola, eles continuam com aqueles hábitos que eles tinham antes; a gente vê isso quando a gente faz passeios, que daí vai: quando a gente pede água, vai refri ao invés de água, quando pede lanche é aqueles chips, salgadinho, enfim. Na sala de aula sim, eles sabem, se a gente conversar com eles, eles vão te dar praticamente uma aula do que é uma alimentação saudável, mas na prática não funciona muito bem, com alguns (Petra).*

Observa-se na fala da professora Petra que, na escola, as crianças trabalham a EAN e se alimentam de forma saudável, porém, ao se referir à fora da escola envolve a família, pois não são as crianças que, sozinhas, têm acesso a refrigerantes ou salgadinhos; é necessário que algum adulto, ao menos, lhes dê dinheiro para que possam comprar ou comprar para elas. A professora Petra fala que os alunos possuem os conhecimentos referentes à EAN, porém alguns não os colocam em prática na sua vida.

*Na minha opinião, os professores conseguiram, sim, trazer para a sala de aula alguns conceitos de educação alimentar, principalmente após o fato de nós enquanto escola, conseguimos fazer com que os alunos não trouxessem mais lanche de casa e comecem o alimento que é fornecido pela escola, que é o suficiente. Então, a partir desse momento que eu considero que foi bem significativo para nós enquanto escola nessa questão de educação alimentar. Aos poucos as crianças estão comendo um pouquinho mais também de frutas, que antes eles traziam bolacha recheada, waffer, todinho e acabavam não comendo o lanche que era oferecido pela escola para posteriormente comer este lanche que eles traziam de casa. Após uma conversa com as famílias e com a Nutri também, que abraçou a causa conosco, para as crianças comerem os lanches que a escola fornece, a situação começou a melhorar (Pilar).*

A equipe solicitou a colaboração dos familiares responsáveis pelas crianças de ambas as escolas, primeiramente, por meio de um bilhete colado no caderno de recados das crianças, que deveria, obrigatoriamente, retornar assinado pelos familiares responsáveis, para não permitir que suas crianças levassem para a escola alimentos industrializados (como salgadinhos, balas, refrigerantes), pois estar-se-ia tentando educar as crianças para uma alimentação saudável. Explicou-se que a escola oferece uma variedade de alimentos nas refeições, não sendo necessário trazer de casa, mas, para quem quisesse trazer, que optasse pelas frutas. Para qualquer dúvida, os familiares poderiam entrar em contato com a escola ou com a nutricionista, que estariam disponíveis para esclarecimentos.

Assim, na escola não é permitido o consumo de lanches não saudáveis. Se as crianças realmente quiserem trazer de casa é necessário que seja algum alimento saudável, como frutas, sanduíches, bolos ou biscoitos confeccionados pela família. Produtos ultraprocessados não são permitidos. Pâmela acredita ser possível trazer para aulas conceitos de EAN:

*Eu acredito que sim, vários nós conseguimos, um exemplo, com essa questão do cancelamento dos aniversários, de dizer porque para os pais, de que até não só na questão nutricional, mas também do cuidado, do manejo com o alimento, que a gente não sabia qual vinha para dentro da escola né (a procedência) e dentro da escola tem todo um manejo, toda uma limpeza, toda uma organização para as crianças. Então eu acho que isso nós conseguimos, porque automaticamente a gente trabalha com os pais, automaticamente as crianças também absorvem isso, então é um conteúdo que daqui a pouco não é conteúdo de sala de aula, mas é um conhecimento, é uma aprendizagem que eles têm também. E eu acho também na questão do lanche, o fato das frutas ficarem disponíveis lá e a gente dizer assim: ah, você não quer comer este alimento, mas tu tem uma fruta então durante a manhã. O fato de eles brincarem durante o intervalo e no retorno poder pegar a fruta, então eu acho que diretamente talvez todo esse conteúdo nutricional, de vitaminas e sais minerais, talvez tudo isso, talvez não tão dessa forma tão sistematizada, mas de uma forma de conhecimento amplo sim, eu acredito que sim.*

No momento do lanche, além da preparação do cardápio, as crianças têm a opção da fruta, que é variada e fica disponível também ao decorrer do intervalo. Foi cancelada uma prática que era comum nas escolas do município: as festinhas de aniversário das crianças realizadas em ambiente escolar, com alimentos hipercalóricos e dos quais não se sabia a procedência, questão que já vinha sendo debatida há anos, mas que, durante a formação de professores, veio à tona com a discussão da Lei N° 11.947, de 16 de junho de 2009, que dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos de educação básica:

Art. 1° Para os efeitos desta Lei, entende-se por alimentação escolar todo alimento oferecido no ambiente escolar, independentemente de sua origem, durante o período letivo.

Art. 2° São diretrizes da alimentação escolar:

- I – o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo 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 sua faixa etária e seu estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica;
- II – a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e 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.

Após o envio dos bilhetes aos familiares solicitando a compreensão dos mesmos quanto ao não envio de alimentos não saudáveis para as crianças consumirem na escola e cancelamento de festas de aniversário no ambiente escolar, realizou-se reuniões com os familiares das crianças de ambas as escolas para explicar essas questões, conversar sobre a merenda escolar e seu funcionamento, assim como pedir a colaboração dos familiares para, juntos, tentarmos trabalhar a EAN no ambiente escolar e em casa também, enfatizando a não realização de festas de aniversário no ambiente escolar em razão do excessivo consumo de guloseimas e também por expor desigualdades sociais, que acabavam por ocasionar constrangimentos desnecessários, pois, de acordo com as professoras, muitos alunos não iam na aula no dia que tinha alguma festa de aniversário porque não tinham dinheiro para um presente. Nenhum professor manifestou-se discordando dos assuntos propostos. Entre os familiares, muitos procuraram a direção da escola e a nutricionista, solicitando que fossem abertas exceções, mas em todos os casos foram explicados detalhadamente os motivos da proibição dos aniversários no ambiente escolar.

Também se solicitou aos professores e familiares para terem muita atenção aos alimentos que consomem na frente das crianças, pois dificilmente elas terão uma alimentação saudável se seus professores e familiares comem mal. A primeira coisa a fazer antes de iniciar qualquer mudança de EAN em uma criança é dar um bom exemplo, pois considera-se a família e os professores “espelhos” para as crianças em todos os aspectos, inclusive na alimentação e estilos de vida. As crianças não entendem porque os adultos podem comer mal e elas não. De nada adianta proibir as crianças de beber refrigerantes e consumir alimentos industrializados, não saudáveis, se elas veem os adultos fazendo. Não adianta simplesmente falar para as crianças da necessidade de consumir alimentos saudáveis e praticar exercícios físicos para se ter saúde; é preciso ensinar por meio do exemplo. Palmira argumenta que uma possibilidade de trabalhar em sala de aula a EAN é pela interdisciplinaridade:

*Sim, os professores conseguem trazer para a sala de aula conceitos de educação alimentar e nutricional, trabalhando de forma interdisciplinar, construindo bons hábitos alimentares e readequando o comportamento alimentar. Podendo ser trabalhado de forma lúdica, com músicas, desenhos, mercadinho, feirinha, sistema*



*monetário, exemplos com degustação de adultos, conversa, escrita, confecção de receita e estudo do gênero textual, conceitos de misturas heterogênea e homogênea, pesquisa de alimentos, observando e analisando rótulos, painel de recortes, livros de receitas da turma, piquenique de receitas, estudo de frações, associar as preparações, leitura das frações, quantidades que representam, histórias, conversas, enfim.*

Os Parâmetros Curriculares Nacionais apontam a necessidade de integração dos conteúdos de modo flexível e articulado com situações reais (BRASIL, 1998, p. 36). Do mesmo modo, a BNCC (BRASIL, 2017, p. 16) destaca a importância de ações de organização interdisciplinar por meio do fortalecimento da “competência pedagógica das equipes escolares para adotar estratégias mais dinâmicas, interativas e colaborativas em relação à gestão do ensino e da aprendizagem”. Deste modo, o trabalho de sala de aula, desenvolvido a partir da temática EAN, além de favorecer a construção de conhecimento sobre o tema também favorece a interdisciplinaridade. Já na educação infantil parece ser mais natural a ênfase na EAN, posto que está preconizado como assunto fundamental para este nível de ensino, conforme argumento das professora Poliana:

*Como são crianças pequenas, não que a gente estude o conceito, mas conseguimos através de atividades práticas, através de histórias, de literatura, que envolviam a questão alimentar, principalmente o hábito de comer as frutas, que era uma resistência de eles provar, então eles estão provando mais as frutas, nesse sentido, porque como é educação infantil, é mais complicado o conceito em si, mas a gente trabalha através da prática, trazendo, fazendo com eles atividades.*

A criança é apresentada por Vigotsky (2007, p. 108) “como um teórico, caracterizado pelo nível de desenvolvimento intelectual superior ou inferior, que se desloca de um estágio a outro”, sendo incorreto definir o brincar como uma atividade que sempre dá prazer, pois “muitas atividades dão à criança experiências de prazer muito mais intensas do que o brincar, como, por exemplo, chupar chupeta, mesmo que a criança não se sacie” (p. 107), além de existirem jogos que não são agradáveis dependendo de como ela considera o resultado: ganhar ou perder.

*Se ignorarmos as necessidades da criança e os incentivos que são eficazes para colocá-la em ação, nunca seremos capazes de entender seu avanço de um estágio do desenvolvimento para outro, porque todo avanço está conectado com uma mudança acentuada nas motivações, tendências e incentivos. Aquilo que é de grande interesse para um bebê deixa de interessar uma criança um pouco maior (VIGOTSKY, 2007, p. 108).*

No decorrer das experiências da criança vai desenvolvendo-se a imaginação, quando, segundo Vigotsky (2007, p. 109), o comportamento muda e a criança “envolve-se em um mundo ilusório e imaginário onde os desejos não realizáveis podem ser realizados, e esse mundo é o que chamamos de brincar”.

*Falando sobre conceitos, as crianças, elas aprendem nessa idade; na escolinha de educação infantil elas aprendem tudo através de brincadeiras; com elas tudo praticamente é concreto né. Elas não entendem muito a questão da abstração, então essa fase é uma fase muito sensorial, aonde a criança entende sim tudo o que a gente fala, mas ela não entende toda a nossa linguagem né; você vai dar uma explicação pra ela, de uma frase, ela vai entender duas, três palavras. E toda a questão alimentar que eu percebi, pelo menos todo esse tempo que eu estou na educação infantil, é sensorial. A criança que toca, a criança que amassa, por mais que ela não consuma o alimento, que ela pegue o abacate, que ela sinta a espessura do abacate, a meleca do abacate, que ela veja a cor do abacate, que ela sinta o cheiro, que ela enxergue a fruta, que ela toque a casca, que ela leve à boca; assim ela vai aprendendo comer; então o que eu percebo é que através da brincadeira, com o desenvolvimento sensorial deles, no momento que eles levam à boca eles começam a provar; no momento que eles provam eles começam a desenvolver o paladar; se eles gostam, se eles não gostam, e foi desse modo que eu comecei a trabalhar com eles. A questão das frutas, assim que eu peguei uma turminha que comia muito pouca fruta, eu simplesmente levei as frutas para a sala e descasquei com eles. Eu queria que eles provassem com casca, sem casca, fosse lá como fosse do jeito deles, não do meu jeito, mas do jeito deles. É óbvio que eles não comiam as cascas, mas eles tocavam as frutas com as mãos, passavam as frutas no rosto, alguns mordiam, eram mais ousados, e foi assim que a gente começou o trabalho nas salas; foi descascando junco com eles, foi eles provando, foi eles tocando, foi eles sentindo as frutas nas mãos deles, na pele deles, em contato direto, que eles começaram a consumir mais frutas e consumir todos os tipos de frutas. Então o que eu vejo deles, um dos conceitos seria o que? Educação alimentar e saúde, que foi um fato que aconteceu na salinha, que a Cristiane chegou muito decepcionada porque ela descobriu que a cenoura não fazia bem para os olhos como dizia a música do coelhinho, que não era verdade, que a cenoura era boa pra pele. Aí eu perguntei para ela aonde que ela ouviu isso e ela me disse que tinha ouvido na TV, que a cenoura era boa pra pele, que a repórter tinha dito que a cenoura era boa pra pele. Daí eu expliquei, não deixei de explicar né, que a cenoura tem betacaroteno, que é uma vitamina que faz bem pra pele, que ajuda a escurecer a pele, e daí eles queriam saber onde é que ficava o betacaroteno, aí eu disse para eles que era uma vitamina, e daí como eles são muito inteligentes, olha o que eles me disseram: é que nem o coração, tá dentro do corpinho e a gente não enxerga. De fato a gente não enxerga né, não estava errado e eu disse – está certo, a gente não enxerga, ele está dentro da cenoura, porque se não ia criar uma confusão na cabeça dos pobrezinhos né. Aí alguns perguntaram se era verdade, aí eu disse que sim. Aí eu comecei um trabalhinho com eles que foi uma mesa, com todas as frutas que eu consegui, legumes, folhas e condimentos, para que eles pudessem experienciar (Patrícia).*

Vigotsky (2008, p. 118-119) afirma que “o nível de desenvolvimento da criança não deve ser avaliado por aquilo que ela aprendeu através da instrução, mas sim pelo modo como ela pensa sobre assuntos a respeito dos quais nada lhe foi ensinado”. É o que podemos observar no caso do pensamento das crianças quanto à cenoura, ao associar o betacaroteno ao coração. De acordo com Vigotsky (2008, p. 119), “aqui, a separação – na verdade, a oposição – entre o aprendido e o desenvolvimento é levada ao seu extremo.”

É enorme a influência do brincar no desenvolvimento de uma criança. Para uma criança com menos de três anos de idade, é essencialmente impossível envolver-se numa situação imaginária, uma vez que isso seria uma forma nova de comportamento que liberaria a criança das restrições impostas pelo ambiente imediato. O comportamento de uma criança muito pequena é determinado, de maneira considerável – e o de um bebê, de maneira absoluta –, pelas condições em que a atividade ocorre (VIGOSTZKY, 2007, p. 113).

A investigação de Vigotsky (2008, p. 126) “mostra que o desenvolvimento das bases psicológicas para o aprendizado de matérias básicas não precede esse aprendizado, mas se desenvolve numa interação contínua com as suas contribuições”, descobrindo que “o aprendizado geralmente precede o desenvolvimento”. Para Vigotsky (2008), “a criança adquire certos hábitos e habilidades numa área específica, antes de aprender a aplicá-los consciente e deliberadamente. Nunca há um paralelismo completo entre o curso do aprendizado e o desenvolvimento das funções correspondentes”.

Foi questionado, também, se alguns conteúdos das suas disciplinas foram trabalhados relacionados à educação alimentar e nutricional.

*Eu acho que sim, porque a gente conversava com eles, tanto que a gente fez um passeio ano passado e eles levaram a comida; tinha uns que tinham fruta, tudo bem que tinha uns que tinham chocolate também né, mas a maioria tinha fruta. Como é tudo globalizado, um assunto vai puxando o outro e daí a gente consegue envolver em matemática, português, mas, assim, um projeto específico não foi feito (Petra).*

*Alguns conteúdos das disciplinas também foram trabalhados, tabelas, gráficos, principalmente após a avaliação nutricional, que aí foi possível abordar alguns conteúdos em sala de aula. Alguns alimentos também; a gente abordou com eles a questão da conservação destes alimentos (Pilar).*

*Sim, tem no terceiro ano, depois no quinto também tem, quando trabalha a questão do corpo, formação do corpo, ou quando a gente trabalha a questão desde a fotossíntese, que é a produção do alimento das plantas autótrofas e depois nós que precisamos desses seres que produziram seu alimento pra fornecer pra nós; então a gente faz uma relação entre os conteúdos sim e de que quanto mais saudáveis estiverem esses alimentos, mais nós também, porque a gente vai consumir (Pâmela).*

*Sim, sistema monetário, fração, leitura, escrita, quantidade, gênero textual, misturas heterogênea e homogênea (Palmira).*

Pode-se observar que alguns professores estão conseguindo trabalhar a EAN com as crianças, seja por meio de conversas ou práticas. Os professores conseguem perceber a EAN como um tema amplo, possível de ser trabalhado não como atividade pontual, mas com significado, e que não é necessário trabalhar a EAN somente como um projeto, restrito a um único momento ou conteúdo de uma disciplina. A EAN está em todos os lugares e pode ser trabalhada todos os dias.

No dia em que a professora Palmira trabalhou com as crianças o conteúdo referente a misturas homogêneas e heterogêneas, ela convidou a nutricionista para participar da aula, quando as crianças realizaram a preparação de *cupcakes* de chocolate para compreender, na prática, como se dava o processo das misturas. No decorrer da aula as crianças foram preparando a massa, a professora explicando o conteúdo proposto e a nutricionista solucionando as dúvidas relacionadas que iam surgindo. No final, os *cupcakes* foram assados e degustados por todos.

Para Vigotsky (2008, p. 127), o desenvolvimento intelectual, “não é compartimentado de acordo com os tópicos do aprendizado. O seu percurso é muito mais unitário, e as diferentes matérias escolares interagem, contribuindo com ele”. De acordo com os experimentos de Vigotsky (2008, p. 127-128), “os pré-requisitos psicológicos para o aprendizado de diferentes matérias escolares são, em grande parte, os mesmos; o aprendizado de uma matéria influencia o desenvolvimento das funções superiores para além dos limites dessa matéria específica”. A forma como é realizada a EAN, portanto, precisa ser diferente nas diversas faixas etárias.

De acordo com as professoras de educação infantil:

*Os conteúdos da educação infantil envolvem a questão dos hábitos alimentares, de eles provar, sentir o cheiro, o sabor, tocar, envolve o sentido da gustação, do olfato, o ver, o sentir; trabalhamos mais a questão dos sentidos com eles e também apresentando os alimentos, comendo junto com eles, e mais a questão de conteúdos; é eles aprender a manipular os alimentos e a partir daí ingerir maior número de alimentos diferentes (Poliana).*

*A gente começou a, sempre que íamos comer frutas, discutir: laranja é bom pra que? Daí eu dava a dica: Ó Carlos! O Carlos não está bem, que é que o Carlos tem? Daí eles diziam: Tá engripado! Daí eu dizia: E o que é bom para o Carlos comer? Aí eles ficavam dizendo: a minha mãe diz que suco de laranja! Então eles têm o conhecimento de casa, eles têm muito conhecimento. Aí: Viu Carlos? Daí eles começavam a se policiar para o Carlos comer laranja, bergamota, abacaxi; daí eles ficavam puxando. O que foi muito bom porque o Carlos aprendeu a comer fruta que ele não comia. E o Carlos, preocupado muito em melhorar né, ele comia. Então isso foi muito positivo para a turma (Patrícia).*

As professoras da educação infantil produzem discussões que vão além do consumo alimentar; elas buscam estabelecer relações desde a origem dos alimentos até a importância da conservação ambiental, conforme explicitado a seguir:

*Outra questão foi a questão alimentar e educação ambiental, pois eles se preocupavam muito; estavam em uma fase bem preocupados com as plantinhas, logo que foram plantadas ao redor da escola, porque eles me perguntavam o tempo todo: Profe! Essas arvorezinhas vão dar frutas? Eles queriam saber, aí eu disse que não, que não eram árvores frutíferas, mas que a gente deveria preservar, porque essas árvores também são importantes para o meio ambiente, assim como as árvores frutíferas. Aí levei eles para trás da escola, que lá tem pé de lima, de laranja, de bergamota e mostrei para eles as árvores frutíferas que a gente tinha lá né. A foi uma festa, uma alegria. Para eles entenderem como uma planta se desenvolve, então a gente plantou o feijão; a partir disso, desse desejo deles saber como as plantas nascem, a gente plantou o pé de feijão e acompanhou o desenvolvimento do pé de feijão. Então, veja bem, eles não estavam preocupados só com a questão alimentar, mas de onde vem esse alimento, como ele é plantado, como é cultivado, como chega até a mesa da gente. Fizemos aquela brincadeira do mercado, para eles entenderem que boa parte dos alimentos a gente tem em casa, mas que outra a gente compra no mercado. Tanto que alguns deles disseram: a minha avó planta feijão, o outro mandioca, o outro batata, ah, na minha casa tem laranja, tem bergamota, tem um pé de maçã, mas só deu maçã uma vez. Então tem toda uma conversinha com eles. A Catarina comia muito arroz e nada de feijão, aí eu fiz um trabalhinho para ela e mais um grupo que não comia feijão; eles manusearam e colaram as sementes e depois passaram a comer o feijão, então por isso que eu afirmo que tudo é sensorial (Patrícia).*

Na perspectiva de Vigotsky (2008, p. 107), “o aprendizado é uma das principais fontes de conceitos da criança em idade escolar, e é também uma poderosa força que direciona o seu desenvolvimento, determinando o destino de todo o seu desenvolvimento mental.” Vigotsky (2008, p. 108) afirma que “o estudo dos conceitos científicos como tais tem importantes implicações para a educação e o aprendizado.” Embora a criança não absorva esses conceitos já prontos, “o ensino e a aprendizagem desempenham um importante papel na sua aquisição.

Questionou-se as professoras se os alunos foram estimulados a fazer pesquisas sobre os conteúdos que eles estudaram:

*Sim, em uma das turmas as crianças fizeram uma tabela com a alimentação de uma semana deles: café, almoço, janta, lanches. Pelo que voltou da pesquisa, a maioria se alimentava o normal; era feijão, arroz, salada, carne. Para análise fizeram tabelas com quais os alimentos que a maioria comia. Utilizamos roda dos alimentos e separamos os alimentos em energéticos, reguladores e construtores. Porque o que voltou deles, se eles botaram realmente o que era, eu achei que tinha mais saudáveis do que não, mas vai saber né, no papel (Petra).*

*A grande maioria dos alunos mora no interior, então a importância de se cultivar ainda a alface, o tomate, a melancia. A origem destes alimentos também foi um conteúdo que foi abordado em sala de aula (Pilar).*

*Sim. Nessa linha sim, desde essa questão da evolução, que no último ano eles tinham muito interesse pelos dinossauros, então querendo ou não, essa nuvem de poeira que mata os seres que eram autotróficos; então a gente entrou nas cadeias alimentares também e de que a gente vai precisar de alguém produzindo e de que esses alimentos precisam ser produzidos em ambientes saudáveis pra serem saudáveis pra nós. Diretamente talvez não, mas esse gancho da alimentação saudável, da pesquisa, das plantas, com certeza sim (Pâmela).*

*Sim, foram estimulados a fazer pesquisas em casa, em livros, com a família (Palmira).*

As professoras estimulam seus alunos a fazer pesquisas sobre os conteúdos estudados, e assim trabalhar os conteúdos escolares; levam em conta o meio em que cada um vive, para que as realidades individuais possam ser consideradas minimizando a exclusão e enfatizando a alimentação e estilos de vida saudáveis. Ao compartilhar em sala de aula a importância dos alimentos que são produzidos em sua casa, as crianças podem se sentir valorizadas

Já as professoras da educação infantil responderam:

*Pesquisa em si mesmo não, porque eles são pequenos, mas o que eles conseguiram foi se sentirem estimulados a experimentar coisas diferentes; então essa foi a pesquisa deles; é o experimentar, ver o que é esse diferente, se é bom ou se é ruim, nesse sentido (Poliana).*

*Quando eu fui para a sala dos bebês, um comia banana, o outro comia maçã, o outro comia laranja; eles não provavam todas as frutas, então dentro do potinho ia aquilo que a criança comia; aí a Prímula me dizia: – não eles não comem outras frutas, não adianta dar; contrariando, eu descasquei todas as frutas e colocava uns pedacinhos e colocava na mesa de cada um deles. Deu uns três a quatro dias e praticamente todos eles estavam comendo abacate e manga e a Prímula apavorada, porque eles não comiam, eles jogavam no chão; os primeiros dois dias eles jogaram no chão, no terceiro dia eles levaram a boca, na outra semana eles estavam provando mais da metade das frutas que eu larguei em cima da mesinha deles; eu não botei no pote, simplesmente como quem não quer nada, eu largava em cima da mesa, eles jogavam*

*pro chão, o que é o normal, a criança leva na boca, não gosta, tira da boca e joga pro chão, mas o importante é que ela leve na boca, que ela amasse a fruta; a criança sente na mão primeiro o alimento, depois ela leva na boca, é isso que o professor tem que entender, é isso que o nutricionista tem que entender. É nessa fase, ali no berçário dos bebês de 6 meses a um ano, que a criança aprende a comer de tudo; é nessa fase que tu tem que largar tudo na frente dela pra que ela pegue, pra que ela amasse, pra que ela passe no cabelo, pra que ela bote na boca e que ela coma. Se a criança não passar por essa fase, na vida adulta fica muito difícil ela comer, porque o primeiro contato com a comida é sensorial (Patrícia).*

Ao pesquisar, a criança amplia sua visão de possibilidades de conhecimentos. Ao observar seu cotidiano, suas práticas alimentares e trazê-las para a sala de aula, a criança passa a observar detalhes anteriormente despercebidos, a valorizar os alimentos produzidos por sua família e a entender os processos do alimento no organismo.

Vigotsky (2008, p. 108), com base em sua observação, afirma que “os conceitos se formam e se desenvolvem sob condições internas e externas totalmente diferentes, dependendo do fato de se originarem do aprendizado em sala de aula ou da experiência pessoal da criança”. A mente da criança “se defronta com problemas diferentes quando assimila os conceitos na escola e quando é entregue aos seus próprios recursos”. Quando se transmite um conhecimento sistemático à criança, ensina-se a ela “muitas coisa que ela não pode ver ou vivenciar diretamente.

Os anos escolares são, no todo, o período ótimo para o aprendizado de operações que exigem consciência e controle deliberado; o aprendizado dessas operações favorece enormemente o desenvolvimento das funções psicológicas superiores enquanto ainda estão em fase de amadurecimento. Isso se aplica também ao desenvolvimento dos conceitos científicos que o aprendizado escolar apresenta à criança (VIGOTSKY, 2008, p. 131).

Para Vigotsky (2008), o processo de formação de conceitos normalmente se inicia na infância e desenvolve-se até a adolescência, quando atinge a maturidade. Quando os verdadeiros conceitos estão formados, e se entre eles está a alimentação e esta não está sendo adequada ao indivíduo, há uma maior dificuldade na adoção ou até mesmo modificação de hábitos alimentares e de estilos de vida mais saudáveis. Assim, acredito que uma criança que iniciou sua formação de conceitos aprendendo sobre uma alimentação e estilos de vida saudáveis, terá maior facilidade para desenvolvê-los durante a adolescência e formar os verdadeiros conceitos, seguindo e mantendo o pensamento saudável para a sua vida adulta. A escola apresenta-se como espaço de mediação para este processo de ensino e aprendizagem.

## Consideração quanto ao processo de formação e perspectivas futuras

Nas formações foi combinado, entre o grupo, que os professores iam tentar estimular as crianças a ter uma alimentação saudável e também tentar, aos pouquinhos, ensiná-las a gostar de comer saudável em razão de ser necessário para eles formar os hábitos alimentares saudáveis.

De acordo com a professora Priscila,

*Eu acho que a gente aprendeu bastante; o que a gente fazia antes a gente já modificou, por exemplo, se a criança não quer almoçar tudo bem, a gente guarda pra depois, antes a gente não fazia, a partir daquela formação, daquela conversa, a gente começou e, realmente dá certo. Porque a gente fala, ao mesmo tempo que a criança tem que ter rotina e ao mesmo tempo não, né, então a gente fica batendo nisso, sempre se cruzando, mas a criança tem que dormir, porque se não de tarde ela não vai aguentar a tarde, é muito puxado pra ela, então a gente "obriga" a dormir, mas a gente não quer obrigar a dormir, então a mesma coisa é a alimentação, não quer comer? Tudo bem, não come, mas depois você vai acordar, você vai comer. E a questão das frutas, falando agora como mãe também, a professora Poliana e a Pandora me falaram esses dias que o meu filho não come o café, ele come a fruta, tranquilo, pra mim tá bom, ele tá comendo, ele tá se alimentando e eu sei que ele vai comer a fruta, a fruta não vai ser suficiente, porque ele sente fome mais cedo, então ele vai comer mais o almoço, ele vai comer bem o almoço. Pra mim é tranquilo, eu acho que ao ver tá legal. Foi uma mudança também que a gente fez não faz muito tempo e a gente vai aprendendo.*

A professora Priscila refere-se à mudança que foi realizada recentemente, de a fruta ser ofertada juntamente com o café da manhã em razão de se ter pouco intervalo de tempo entre o café da manhã e o almoço.

*E até não tem tanto desperdício. Pois agora as crianças têm a opção de escolher se querem a fruta ou querem o café. Porque antes a gente chegava: ó, vocês têm que comer essa bandeja de frutas aqui, vamos comer. E às vezes fazia 15 minutos que tinham terminado o café, e às vezes era desperdiçado muita fruta (Paula).*

As professoras sentiam-se “obrigadas” a fazer as crianças comer as frutas e, por ser muito perto do café da manhã, muitas vezes elas estavam saciadas e não sentiam vontade de comer as frutas. Após uma conversa informal entre professoras e nutricionista, chegou-se ao consenso de que seria melhor que o café da manhã fosse ofertado juntamente com a fruta em um único momento, tendo início as 8h30min da manhã e sendo oferecido com calma, respeitando o tempo das crianças. A próxima refeição seria o almoço a partir das 10h30min, para permitir tranquilidade para a refeição, e, logo após, seguir a rotina de escovar os dentes, fazer xixi e tentar dormir para descansar, preparando-se para as atividades do turno da tarde.

O dia todo na escola de educação infantil para as crianças que chegam as 7h30min e são buscadas pelos pais as 17h30min, totalizando 10 horas no ambiente escolar, pode ser maçante para crianças de 6 meses a 4 anos de idade, sendo, portanto, necessário que as atividades sejam

realizadas com calma, respeitando o tempo de cada criança, e é importante e justificada a tentativa de acalmar as crianças e tentar fazê-las dormir pelo menos um pouquinho para restaurar suas energias.

Esta escola é um exemplo. Seus professores têm um cuidado especial com suas crianças, sendo a comunicação escola-família-profissionais da saúde uma constante.

Ao questionar sobre a opinião das professoras quanto ao que ainda podemos fazer referente à EAN, temos:

*Só com crianças? Porque eu acho que além das crianças teria que ser feito reuniões com os pais também, porque geralmente os pais dizem: Ah o que é que tu quer com isso aí? alguns, não todos. Mas é bem complicado, pois, por mais que as crianças fiquem também questionando em casa, os pais também não aceitam, porque eles vêm de uma outra cultura né? Que eles comiam banha e não tinham colesterol alto, comiam torresmo e eram saudáveis, só que eles não relacionam que no tempo do meu pai, por exemplo, quando eu era criança, a gente fazia, ia para a lavoura, para passar aradinho no meio do soja, era a cavalo ou a boi e tu ia atrás; e hoje em dia tu senta num trator, não precisa nem ter ninguém atrás, nem passam mais na verdade né? Só que daí todo mundo trabalhava e isso ninguém relaciona né, que hoje em dia a gente tem uma vida sedentária, a gente, porque até eu tenho né, então o que a gente comer fora do plano a gente vai ganhar peso, vai ter colesterol, vai ter... Então eu acho que, além das crianças, teria que chamar os pais para uma conversa bem séria né, porque a gente pode ver, aqui na escola até que não tem muitos, mas a maioria, ou a minoria... é acima do peso! Porque não é fácil a gente manter né? Porque os menorzinhos é mais fácil porque eles comentam mais, já os maiores já não tão muito preocupados né, já estão também viciados, mas os pequenininhos a gente pode ver, porque tem ali a Cátia e a Cíntia, que eu tenho mais contato com as duas né, do segundo ano, elas fazem um relato completo quando chegam em casa daquilo que foi conversado né. Não é que não comam salgadinho também. Se a educação não vem de casa a gente aqui na escola não consegue fazer nada sozinhos né, por mais que tu está sempre batendo na mesma tecla (Petra).*

Por sugestão das professoras, em data marcada para a entrega de pareceres também se realizou reunião com pais, professores e nutricionista, quando a nutricionista abordou o tema alimentação saudável, com o objetivo de conscientizar os pais sobre a importância de serem os exemplos para as suas crianças, pois a formação de hábitos alimentares tem seu estágio inicial mediado pela família. A ideia é que, sempre que possível, os pais sejam chamados à responsabilidade pelos hábitos alimentares e estilos de vida de seus filhos. A intenção é que essas reuniões ocorram mais frequentemente.

*Eu considero importante nós abordarmos enquanto escola essa questão da autonomia das crianças no momento das refeições. Permitir que elas se sirvam o próprio alimento, desenvolvendo habilidades, evitando desperdício de comida, então que isso ainda nós possamos amadurecer enquanto escola e investir nesta questão da autonomia das crianças ao servirem o próprio alimento no momento das refeições (Pilar).*



Atualmente está-se planejando o próximo encontro de formação a ser realizado com todos os educadores das duas escolas, abordando o tema *autonomia no momento da alimentação*. Este tema emerge da necessidade apontada pelas professoras de desenvolver a autonomia alimentar nas crianças, para que estas possam ter o autoconhecimento de seus gostos e práticas alimentares. Até o momento iniciamos na Escola Municipal de Educação Infantil a prática de colocar as travessas de salada em cima da mesa, para que as crianças possam se servir sozinhas, claro que orientadas pela educadoras. As crianças maiores vão desenvolvendo sua coordenação motora, conhecendo seus gostos e sendo donas de si, e as menores vão observando e aprendendo inicialmente pelo exemplo ou imitação.

*Eu acho que ainda podemos fazer sim, tentar associar as questões de exercícios físicos a uma alimentação saudável, claro, não associado à questão do atleta, mas dessa questão de saúde, de comer direito e sair do sedentarismo; é uma questão de saúde, talvez nem de estética, nem de ficar com um corpo bonito, mas por uma maior questão de saúde, eu acho que a gente desacomodar as crianças um pouco, porque eles já estão em uma geração bem-acomodada já. Depois de uma certa idade eles já querem o computador, a TV, o brincar deles já começa a ficar bem mais reduzido. Então eu acho que associar a questão do alimento com o exercício físico sim, a gente pode pensar. Nós temos as oficinas de educação física, eu acho que ali junto o professor pode puxar e trabalhar de que não vai para o exercício físico às 7h:30min da manhã, não vai fazer brincadeiras se não tiver comido alguma coisa, não tiver alimentado. Porque que muitos, às vezes, ficam ruins, ali pelas 8 horas da manhã eles vêm pedir chá, porque eles estão ruins, porque eles passaram uma noite toda sem comer e vieram para a escola sem comer e mesmo não sendo exercício físico, mesmo que seja o exercício de pensar ali parados eles estão gastando energia, e daí dá aqueles mal-estar, que eu acredito baixar a glicose por fome (Pâmela).*

A professora Palmira acredita que *“ainda podem ser desenvolvidas mais atividades referentes aos conceitos de educação alimentar e nutricional na sala de aula”*.

As professoras enfatizam a necessidade de as atividades de EAN serem realizadas também com os pais, em virtude de serem estes a adquirir os alimentos consumidos pelas crianças. Os pais, assim como os professores, precisam compreender os conceitos de alimentação saudável para poder oferecer em casa alimentos saudáveis, como acontece na escola.

Ainda como escola, é necessário desenvolver a autonomia das crianças, estimulando-as a se servirem sozinhas e a escolherem o que querem comer nas opções de alimentos saudáveis, associando mais a EAN ao currículo escolar, para que se possa realmente formar crianças conscientes do seu corpo e da sua saúde e com hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis. A escola é destacada, por Bourdieu (2014) como o próximo espaço de constituição de *habitus*.

*Eu acho que a gente já está fazendo o que tem que ser feito, de fazer eles provar, de ver a importância da alimentação, eu acho que isso deve continuar a ser trabalhado dentro da sala de aula. É bastante cultural, cada família tem os seus hábitos*

*alimentares e muita coisa a gente não consegue mudar, por mais que a gente continue insistindo todos os dias, dando nosso próprio exemplo como profes, comendo, experimentando, fazendo com que eles experimentem, mas como têm coisas que não são hábito na família, daí se torna um pouco mais complicado; os menores até comem mais, mas os maiores já têm seus hábitos e daí a resistência é grande, mas os bebês, os pequenos, acabam experimentando mais tipos diferentes de alimentos (Poliana). Outro fator é o tempo de alimentação da criança; é 30 minutos para a criança comer; como que uma criança que está aprendendo a comer vai comer em meia hora? Não existe. Se um adulto leva meia hora para comer, então imagina uma criança que está aprendendo a levar o talher à boca; como é que ela vai comer? Então o professor praticamente empurra a comida na boca da criança, pra tirar a criança da sala; a criança vai aprender a comer mesmo com quase três anos, sendo que o pobrezinho poderia aprender a comer bem antes, se na escola não existisse tanta regra, tanto horário pra tudo, se a criança tivesse mais liberdade. Quando a criança tem tempo ela aprende com autonomia, com sabedoria, porque ela escolhe e ela até aprende a variar mais os alimentos porque ela fica mais tempo olhando, porque a criança é muito rápida; pra ela tem que ser tudo naquele momento também e quando ela tem tempo, que ela tem folga, ela prova de tudo, porque ela tem tempo, ela não precisa fazer nada correndo, então o tempo também é uma coisa muito importante, então eu acho que a escola precisa considerar isso (Patrícia).*

A partir da idade escolar ampliam-se os meios de convivência social da criança, e a oferta de alimentos e os estilos de vida tendem a se modificar. Nesse momento, os hábitos alimentares, com a promoção de uma alimentação e estilos de vida saudáveis, também passam a ser de responsabilidade da comunidade escolar.

A evolução da Escola depende não somente da força das coerções externas, mas também da coerência de suas estruturas, isto é, tanto da força de resistência que ela pode opor ao acontecimento, quanto de seu poder de selecionar e reinterpretar os acasos e as influências de acordo com uma lógica cujos princípios gerais são dados desde o momento em que a função de inculcação de uma cultura herdada do passado é assumida por uma instituição especializada que tem a seu serviço um corpo de especialistas (BOURDIEU, 2014, p. 185).

Se considerarmos que a prática é traduzida por Bourdieu (1983, p. 16) como uma “estrutura estruturada predisposta a funcionar como estrutura estruturante, explicita-se que a noção de *habitus* não somente se aplica à interiorização das normas e valores, mas inclui os sistemas de classificações que preexistem (logicamente) as representações sociais.” Para Bourdieu (1983, p. 16), “o *habitus* pressupõem um conjunto de esquemas generativos que presidem a escolha; eles se reportam a um sistema de classificação que é, logicamente, anterior à ação”. Assim, “a estrutura implica, portanto, uma ação estruturante, uma vez que as categorias de classificação presidem a prática do indivíduo que as internalizou” (BOURDIEU, 1983, p. 16).

Nesse contexto, as estruturas de um *habitus* anterior comandam o processo de estruturação de novos *habitus*, que serão produzidos por novas exigências pedagógicas (BOURDIEU, 1983, p. 18). Bourdieu (1983) menciona o *habitus* adquirido na família como o princípio da estruturação das experiências escolares, que, por mais que seja transformado pela

escola, tem como princípio de estruturação as experiências anteriores. Desse modo, os hábitos prévios de alimentação e estilos de vida das crianças, originários da família, precisam ser considerados na escola.

De acordo com Vigotsky (2008), é a cultura que constitui o próprio *lócus* do desenvolvimento, sendo esta uma função da interação do homem com o meio/grupo social em que está inserido e não como uma função individual que seja programada biologicamente. Assim, o ser humano não nasce com sua cultura pronta; ela é moldada pelo convívio em sociedade, que definirá os conceitos a serem formados durante o processo de transformação intelectual.

Vigotsky (2008) afirma que a criança desenvolve uma função por meio de sua utilização e prática inconsciente e espontaneamente, antes de ter consciência e controle sobre ela. As crianças aprendem por imitação e mediação com os outros, pois é o meio, a sociedade em que esta está inserida, que a constituirá como ser humano, como histórico cultural. Em casa, a família é a mediadora; na escola o papel de mediador passa a ser dos professores, que não se restringe a ensinar os conteúdos propostos, mas a auxiliar o aluno a significar seus conhecimentos prévios, facilitando o processo de aprendizagem.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Levando em conta que as crianças aprendem por imitação, dar o exemplo e mediar a EAN é uma estratégia significativamente importante para o professor, que não se restringe a ensinar os conteúdos propostos, mas a auxiliar o aluno a significar seus conhecimentos prévios, facilitando o processo de aprendizagem e promovendo a educação alimentar e nutricional.

O grupo de formação, por sua forma interativa e problematizadora, permitiu aos participantes refletirem sobre seus pontos de vista na mediação de outros. A intenção foi de aprofundar o debate sobre a temática, bem como auxiliar no processo de compreensão das decisões e escolhas alternativas para a prática de ensino nos anos iniciais, incluindo a alimentação saudável e a nutrição humana como constitutiva do currículo escolar. O trabalho em equipe constituiu-se em momento formativo e reflexivo sobre a educação alimentar e nutricional das crianças e demais sujeitos envolvidos no processo.

Este fato demonstra claramente como as ações de EAN precisam ser contínuas, e ressalta a importância do trabalho em equipe para que o processo funcione da forma mais adequada possível.

Consideramos o professor influente para a EAN na Infância, mas entendemos a importância de essa educação ser desenvolvida por meio do trabalho articulado, para que não restem dúvidas quanto ao processo. Para ensinar a comer saudável é preciso compreender o porquê.

## REFERÊNCIAS

ABREU, A.; KAPIM, G. *Socorro, meu filho come mal*. Rio de Janeiro: LeYa, 2014.

AFONSO, L. G. *O professor do 1º ciclo do Ensino Básico como agente fundamental na educação nutricional: análise da sua formação inicial do currículo formal do 1º ciclo*. 2008. Monografia. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10216/54533>. Origem: Repositório Aberto da Universidade do Porto. Acesso em: 28 nov. 2017.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Terceira versão. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: [http://basenacionalcomum.mec.gov.br/imagens/BNCC\\_publicacao.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/imagens/BNCC_publicacao.pdf). Acesso em 16 set. 2017.

BEZERRA, José Arimatea Barros. *Educação alimentar e nutricional: articulação de saberes*. Fortaleza: Edições UFC, 2018.

BOFF, Eva Teresinha de Oliveira. *Processo interativo: uma possibilidade de produção de um currículo integrado e constituição de um docente pesquisador – autor e ator – de seu fazer cotidiano escolar*. 2011. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Ciências Básicas da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Porto Alegre, RS, 2011.

BOURDIEU, P. 1930-2002. *A reprodução: elementos para uma teoria do sistema de ensino*. Pierre Bourdieu/Jean-Claude Passeron. Tradução Reynaldo Bairão. Revisão Pedro Benjamin Garcia e Ana Maria Baeta. 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

BOURDIEU, P. 1930. *Pierre Bourdieu: sociologia I*. Organizadora [da coletânea] Renata Ortiz. Tradução Paula Montero e Alicia Auzmendi. São Paulo: Ática, 1983.

BRASIL. *Lei N° 11.947*, de 16 de junho de 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156p.: il.

BRASIL. *Resolução nº 26 de 17 de junho de 2013*. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE, 2013.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Ciências Naturais*. Brasília: MEC; SEF, 1998.

CAMPOS, A. A. O. *et al.* Aconselhamento nutricional de crianças menores de dois anos de idade: potencialidades e obstáculos como desafio estratégicos. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(2), p. 529-538, 2014. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232014000200529&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000200529&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 3 dez. 2017.

CUNHA, E.; SOUSA, A. A.; MACHADO, N. M. V. A alimentação orgânica e as ações educativas na escola: diagnóstico para a educação em saúde e nutrição. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 15(1), p. 39-49, 2010.

JUZWIAK, C. R. Era uma vez... um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional. *Revista Interface: Comunicação Saúde Educação*, 17(45), p. 473-484, 2013.

LONGO-SILVA, G. *et al.* Percepções de educadores de creches acerca de práticas cotidianas na alimentação de lactentes: impacto de um treinamento. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 18(2), p. 545-552, 2013.

MORAES, R.; GALIAZZI, M. C. *Análise textual discursiva*. Ijuí: Editora Unijuí, 2016.

SILVA, R. P. N. da *et al.* Concepções de professores sobre os processos de educação em saúde no contexto escolar. *Revista Contexto e Educação*, Ijuí: Ed. Unijuí, v. 32, n. 103, p. 146-164, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21527/2179-1309.2017.103.146-164>. Acesso em: 2 maio 2018.

SILVA, Simoni Urbano da *et al.* As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar. *Ciênc. Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 8, p. 2.671-2.681, ago. 2018. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232018000802671&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018000802671&lng=pt&nrm=iso). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232018238.19642016>. Acesso em: 9 nov. 2019.

VYGOTSKY, L. S. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta Tese, meu objetivo foi investigar a influência da família, do professor e dos meios de comunicação na educação alimentar e nutricional (EAN) na infância, porque acredito que a EAN, com a constituição dos hábitos alimentares e de características dos estilos de vida, inicia na infância e se sustentam na juventude, condicionando a vida das pessoas. Pesquisas desenvolvidas em período escolar podem proporcionar reflexões importantes para a formação de conceitos referentes à EAN de crianças, considerando a influência da família, do professor e dos meios de comunicação.

Os argumentos para defesa desta tese foram construídos com a contribuição de autores como Vitolo, Vigotsky, Bourdieu e Boff, e materiais oficiais da área da saúde e educação.

Por meio da psicologia histórico-cultural, Vigotsky destaca o caráter social da psicogênese do desenvolvimento humano. Segundo ele, é a cultura que constitui o próprio *locus* do desenvolvimento, sendo este uma função da interação do homem com o meio/grupo social em que está inserido e não como uma função individual que seja programada biologicamente. Assim, o homem não nasce com sua cultura pronta; ela é constituída pelo convívio em sociedade, que definirá os conceitos a serem formados durante o processo de transformação intelectual.

Vigotsky (2008) afirma que a criança desenvolve uma função mediante sua utilização e prática inconsciente e espontaneamente, antes de ter consciência e controle sobre ela. As crianças aprendem por imitação e mediação com os outros, pois é o meio, a sociedade em que estão inseridas, que as constituirá como seres humanos, como histórico cultural. Em casa, a família é a mediadora; na escola o papel de mediador passa a ser dos professores, que não se restringe a ensinar os conteúdos propostos, mas a auxiliar o aluno a significar seus conhecimentos prévios, facilitando o processo de aprendizagem.

Os estudos de Vigotsky também mostram que a criança desenvolve suas faculdades mentais superiores na interação com o outro, e que o processo de formação de conceitos se inicia na infância e desenvolve-se até a adolescência, sempre em interação com os outros.

Quando os verdadeiros conceitos estão formados, e se entre eles está a alimentação e esta não está sendo adequada ao indivíduo, há uma maior dificuldade na adoção ou até mesmo modificação de hábitos alimentares e de estilos de vida mais saudáveis. Assim, acredito que uma criança que iniciou sua formação de conceitos aprendendo sobre uma alimentação e estilos

de vida saudáveis, terá maior facilidade para desenvolvê-los durante a adolescência e formar os verdadeiros conceitos, seguindo e mantendo o pensamento saudável para a sua vida adulta. Ainda quanto a este aspecto, a escola e a família apresentam-se como espaço de mediação para este processo de ensino e aprendizagem.

Vitolo (2015) afirma que uma complexa rede de influências genéticas e ambientais formam os hábitos alimentares. “Existem predisposições genéticas para se gostar ou não de determinados alimentos e diferenças na sensibilidade para alguns gostos e sabores herdados dos pais”. Apesar disso, “essa influência genética vai sendo moldada ao longo da vida” (p. 202), pois, de acordo com Vigotsky, o ser humano constitui-se em sujeito histórico-cultural, e, sendo assim, o meio em que está inserido será responsável pela constituição de seus hábitos alimentares e estilos de vida.

De acordo com o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), os hábitos adquiridos durante a infância e adolescência “são fáceis de serem mantidos na vida adulta e durante o envelhecimento” (BRASIL, 2018, p. 30). “A comida de que gostamos, os temperos que preferimos, o cheirinho que sentimos e que nos enche a boca de água, tudo se refere aos hábitos que adquirimos quando ainda éramos crianças” (BRASIL, 2018, p. 30). Assim, entendemos porque as práticas alimentares e estilos de vida fazem parte do que Bourdieu denomina de *habitus*, estes que adotamos quando crianças e seguimos por toda nossa vida.

O *habitus*, considerado como estruturas incorporadas, sendo esquemas de percepção, pensamento, prática e ações internalizados pelos agentes, produz os estilos de vida, traduzindo-se em gostos, opiniões e capitais característicos a um grupo. Bourdieu (2007) relaciona o conceito de gosto com o *habitus*, que se origina das experiências individuais e coletivas do sujeito.

O *habitus*, para Bourdieu, é “*princípio gerador* de práticas objetivamente classificáveis e ao mesmo tempo, *sistema de classificação* de tais práticas” (2007, p. 162). O *espaço dos estilos de vida* é o *mundo social representado* e se constitui “na relação entre as duas capacidades que definem o *habitus*, ou seja, capacidade de produzir práticas e obras classificáveis, além da capacidade de diferenciar e de apreciar essas práticas e esses produtos (gosto)” (BOURDIEU, 2007, p. 162).

Assim, consideramos que o gosto se dá pelo contexto de experiências individuais e coletivas, cultural e socialmente construído, sendo que o *habitus* é responsável por um agente ser detentor de um gosto, pois as condições objetivas de existência se associam às preferências (BOURDIEU, 2007).

Se as escolhas dos indivíduos são proporcionadas por seus *habitus* e o estilo de vida resulta das disposições e possibilidades encontradas pelo indivíduo em seu meio, neste contexto é preciso criar o hábito na criança de se alimentar bem, de ter um estilo de vida saudável, simplesmente porque é necessário para a qualidade de sua vida e saúde

O conceito de *habitus*, para Bourdieu (1983), inicia seu desenvolvimento na primeira socialização da criança com a família, que é considerada uma das esferas de socialização mais importantes. Do mesmo modo, o início da formação de hábitos alimentares também tem seu estágio inicial mediado pela família.

Em seguida, Bourdieu (1983) destaca a escola como o próximo espaço de constituição de *habitus*. A partir da idade escolar ampliam-se os meios de convivência social da criança, e a oferta de alimentos e os estilos de vida tendem a se modificar. Nesse momento, os hábitos alimentares, com a promoção de uma alimentação e estilos de vida saudáveis, também passam a ser de responsabilidade da comunidade escolar.

Nesse contexto, as estruturas de um *habitus* anterior comandam o processo de estruturação de novos *habitus*, que serão produzidos por novas exigências pedagógicas (BOURDIEU, 1983, p. 18). Bourdieu destaca o *habitus* adquirido na família como o princípio da estruturação das experiências escolares, que, por mais que seja transformado pela escola, tem como princípio de estruturação as experiências anteriores. Desse modo, os hábitos prévios de alimentação e estilos de vida das crianças, originários da família, precisam ser considerados na escola.

Levando em conta que as crianças aprendem por imitação, dar o exemplo e mediar a EAN é uma estratégia significativamente importante para o professor, que não se restringe a ensinar os conteúdos propostos, mas a auxiliar o aluno a significar seus conhecimentos prévios, facilitando o processo de aprendizagem. O processo de análise das produções bibliográficas que fazem parte do *corpus* de estudo do Artigo 1, fez-me compreender uma parcela dos conhecimentos produzidos e validados sobre a educação alimentar e nutricional na infância. Considerando as categorias que emergiram da análise da pesquisa, identifiquei que a família, a escola, os professores, o nutricionista e os meios de comunicação, têm significativa influência para a educação alimentar e nutricional e a formação dos hábitos alimentares na infância. As pesquisas expressam que a conformação dos hábitos alimentares e as características do estilo de vida se iniciam na infância, são consolidadas na adolescência e, muitas vezes, mantidas na idade adulta. Existem diversos estudos sobre a EAN na Infância, mas, na maioria das vezes, não passam de atividades pontuais.



O Artigo 2 possibilitou-me a investigação da influência da família para a formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância e, conforme resultados obtidos das afirmações das crianças do estudo e dos demais pesquisados, os familiares são reconhecidos exemplos. Todas as ações dos adultos são observadas e imitadas pelas crianças, além de serem os familiares os responsáveis por adquirir os alimentos ofertados.

Mais de um terço das crianças avaliadas apresentaram sobrepeso ou obesidade, assemelhando-se com representação da população brasileira. Identificou-se uma certa relação entre a prática ou não de exercícios físicos entre pais e filhos, e uma correlação moderada e significativa entre o número de refeições das crianças e seus familiares, podendo-se afirmar a influência da família. Crianças e familiares concordaram quanto ao consumo de frutas, verduras e guloseimas, podendo-se afirmar a influência dos familiares nas práticas alimentares das crianças, por serem eles a comprar os alimentos que vão para casa e serem espelhos para elas.

A maioria dos sujeitos referiu ter aprendido sobre alimentação saudável em casa com a família. As crianças afirmaram seguir o exemplo de seus familiares para se alimentar, e a maioria dos familiares indicou incentivar suas crianças a ter uma alimentação saudável. Assim, a família influencia para a formação dos hábitos alimentares e estilos de vida das crianças.

A partir da idade escolar ampliam-se os meios de convivência social da criança, e a oferta de alimentos e os estilos de vida tendem a se modificar. Nesse momento, os hábitos alimentares, com a promoção de uma alimentação e estilos de vida saudáveis, também passam a ser de responsabilidade da comunidade escolar. No Artigo 3, portanto, passamos a investigar a influência do professor na educação alimentar e nutricional na infância, e observamos que os professores não têm clareza sobre os conceitos de EAN e tampouco conseguem trabalhá-los além do que traz o livro didático, porém os próprios professores se reconhecem como espelhos para as crianças e veem suas ações serem imitadas por elas, inclusive na hora de se alimentar.

O exemplo é citado pelos professores até mesmo como estratégia de ensino utilizada para desenvolver os conceitos de alimentação e nutrição humana em sala de aula. Tão importante é a importância do professor, a considerar que, por mais que uma criança tenha crescido em um contexto familiar desprovido de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, ainda é possível modificá-los por meio da educação alimentar e nutricional proporcionada pela compreensão dos conceitos articulados às disciplinas escolares mediadas pelo professor.

Os professores reconhecem a importância dos hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis como essenciais para a qualidade de vida, e se importam que seus alunos tenham uma alimentação saudável, preocupando-se em incentivá-los, pois têm consciência dos benefícios

de uma boa alimentação e prejuízos que uma má alimentação pode causar à saúde. Acreditam ser possível realizar ações de EAN na escola e influenciar na formação de hábitos alimentares e estilos de vida das crianças, trabalhando de forma integrada por meio de atividades práticas, contação de histórias e conversas com a nutricionista, mostrando a importância dos alimentos saudáveis.

Considerando que as crianças aprendem por imitação, dar o exemplo e mediar a EAN é uma atividade significativamente importante para o professor, que não se restringe a ensinar os conteúdos propostos, mas a auxiliar o aluno a significar seus conhecimentos prévios, facilitando o processo de aprendizagem. Assim, os ensinamentos e ações dos professores são formadores de hábitos alimentares e estilos de vida e influenciadores para a EAN na infância.

Ainda considerando que a criança não nasce com hábitos alimentares e estilos de vida prontos, que eles são aprendidos, imitados, por intermédio do seu convívio na sociedade, e a todo momento a criança está aprendendo, e esse aprendizado reflete-se nas suas ações no decorrer da sua vida, observamos no Artigo 4 a influência dos meios de comunicação sobre os hábitos alimentares de crianças, familiares e professores, estando forte nos hábitos desses sujeitos com o uso de mídias eletrônicas intervindo nas escolhas não só das crianças, mas dos familiares e professores.

Somente é possível desenvolver os conceitos e significados se evoluir a consciência mental e, para isso, precisamos da mediação de outros. É preciso desenvolver a função mental de criar relações, e esta pode ser facilitada por meio de um trabalho articulado, não pontual, mas internalizado na vivência do cotidiano. Assim, o Artigo 5 teve como objetivo analisar os diálogos decorrentes de formações de educadores na perspectiva do desenvolvimento de trabalho em equipe, que visa à educação alimentar e nutricional das crianças. O grupo de formação, por sua forma interativa e problematizadora, permitiu aos participantes refletirem sobre seus pontos de vista na mediação de outros. A intenção foi de aprofundar o debate sobre a temática, bem como auxiliar no processo de compreensão das decisões e escolhas alternativas, para a prática de ensino nos Anos Iniciais, incluindo a educação alimentar e nutricional como constitutiva do currículo escolar. Este estudo demonstra como as ações de educação alimentar e nutricional precisam ser contínuas, e ressalta a importância do trabalho em equipe para que o processo funcione da forma mais adequada possível. Considera-se o professor influente para a educação alimentar e nutricional na infância, mas é importante que essa educação seja desenvolvida mediante o trabalho articulado para que não restem dúvidas quanto ao processo. Para ensinar a comer saudável é preciso compreender o porquê.

Alimentação, nutrição, atividade física, entre outros, que não teríamos caracteres suficientes para escrever neste único texto, fazem parte do cotidiano do ser humano, não somente como um ser biológico, mas histórico-cultural e socializado de um modo que, atualmente, chega a causar confusão sobre qual a fonte de informação correta a seguir. É necessário um trabalho articulado entre todos os setores da sociedade para educar alimentar e nutricionalmente nossas crianças, pois elas aprendem conosco, aprendem por suas vivências, por seus exemplos, imitando suas famílias, seus professores e também podem ser influenciadas pelo que veem nos meios de comunicação.

A criança não nasce com hábitos alimentares e estilos de vida prontos; eles são aprendidos, imitados, por meio do seu convívio na sociedade. A todo momento a criança está aprendendo, e esse aprendizado reflete-se nas suas ações no decorrer da sua vida.

Embora o saber seja fundamental para a adoção e manutenção de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, não significa que seja motivo de mudanças. O momento de maior significado no curso do desenvolvimento dos hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, que dão origem às práticas puramente humanas de se alimentar e conviver em ambiente social com qualidade de vida e saúde, acontece quando o saber e o fazer pela conscientização/compreensão convergem.

A nutrição vem sendo objeto de estudo há muitos séculos, tanto na área clínica para a prevenção e tratamento de doenças quanto na área da educação, como objetivo de EAN. Fundamentalmente precisa-se de alimentos por razões básicas; eles fornecem energia, macronutrientes e micronutrientes essenciais para o crescimento, reparação e manutenção dos tecidos, sendo necessários para os processos vitais. Quando o ser humano se alimenta, porém, não necessariamente está pensando nestas funções dos alimentos. O que é consumido tem influência da cultura, dos alimentos disponíveis em casa e na escola, de valores ou orientação religiosa, do preço dos alimentos, da aparência, de seu sabor e assim sucessivamente.

Em vários momentos do estudo observo as falas tanto das crianças quando de seus familiares se referindo à alimentação como fonte de saúde ou ausência de doenças. Também destacam a importância social e afetiva que compõe o aparentemente simples, mas não, gesto de se alimentar.

A alimentação não se restringe ao ato de se alimentar; ela envolve também sensações, emoções, carinho, amor, afeto, companheirismo ou parceria, desabafos e até mesmo afogamento de mágoas, ou moeda de troca para a obediência dos filhos. Ela representa parte importante da cultura de todas as sociedades, seja por diversidade de componentes, métodos de

preparo ou, “simplesmente”, jeitos de consumir. Reuniões, festas, campo ou cidade, onde estiver qualquer ser vivo, lá também está a alimentação, seja como convenção, seja como essencial para a manutenção da vida ou promoção da saúde.

Segundo a abordagem de Vigotsky (2007), a cultura e o meio social são considerados essenciais para que o homem se transforme de ser biológico em histórico-social. Considero, nesta Tese, a família, os professores e os meios de comunicação como influências para a EAN na infância. Pelo exemplo deles, a cultura alimentar e estilos de vida tornam-se parte da natureza de cada criança/pessoa. Mudanças históricas na sociedade e na vida material, considerando a família e o professor e os meios de comunicação como influência, produzem mudanças na natureza humana, na consciência e no comportamento alimentar e de estilos de vida das crianças.

A tomada de consciência precisa ser dos familiares responsáveis pelas crianças e dos professores, pois as crianças aprendem por imitação. Os meios de comunicação e as empresas de alimentos devem, sim, ser proibidos de disseminar a propaganda de alimentos ultraprocessados.

Na minha opinião, como nutricionista, para se modificar hábitos alimentares e estilos de vida ou para, simplesmente, viver saudável, é de fundamental importância que se modifique também a sociedade, pois o meio em que o indivíduo está inserido caracteriza suas práticas de alimentação e seu estilo de vida, tendo direta influência em seu estado de saúde ou doença.

Detalho no decorrer destas páginas a influência da família, do professor e dos meios de comunicação na EAN na infância e, após a investigação, chego à conclusão de que a constituição dos hábitos alimentares e dos estilos de vida ocorrem por intermédio das interações dos indivíduos com o meio em que estes estão inseridos, e a família, o professor e os meios de comunicação podem influenciar na educação alimentar e nutricional na infância.

Com a conclusão desta Tese findamos apenas uma etapa de um extenso caminho para a EAN de uma pequena amostra da população de um município. Temos consciência de que é necessário cada vez mais informar e sensibilizar as pessoas sobre a importância de uma alimentação e estilos de vida adequados e saudáveis. É preciso empoderar as pessoas, possibilitar que tenham autonomia para fazer as escolhas saudáveis para a sua vida, compreendendo a importância e as consequências de suas decisões, pois na EAN não se trata somente de aprender a comer para ser saudável ou evitar doenças; ela consiste em um equilíbrio perfeito entre bem-estar físico, mental, social e, porque não dizer, espiritual. A EAN consiste em tomada de consciência que possibilite uma harmonia em todos os sentidos da vida,

considerando que o ato de se alimentar envolve muito mais do que simplesmente levar o alimento à boca; trata-se de identificar a fome de que se tem, se é fome de comida, realmente, ou se é fome de amor, fome de carinho, fome de atenção, fome de felicidade ou fome de paz.

Semeadas algumas sementes, agora é preciso “regá-las e cuidá-las” para que cresçam, se desenvolvam e produzam frutos, ou seja, não se pode dar simplesmente o estudo por encerrado; agora que se sabe da realidade dessa população é preciso agir ativamente para educá-los alimentar e nutricionalmente, para que seus conceitos referentes à alimentação e estilos de vida evoluam, visando à qualidade de vida e saúde. Mas esse será outro estudo...

## REFERÊNCIAS

BOFF, Eva Teresinha de Oliveira. *Processo interativo: uma possibilidade de produção de um currículo integrado e constituição de um docente pesquisador – autor e ator – de seu fazer cotidiano escolar*. 2011. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Ciências Básicas da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Porto Alegre, RS, 2011.

BOURDIEU, Pierre, 1930. *Pierre Bourdieu: sociologia I*. Organizadora [da coletânea] Renata Ortiz. Tradução Paula Montero e Alicia Auzmendi. São Paulo: Ática, 1983.

BOURDIEU, Pierre. 1930-2002. *A distinção: crítica social do julgamento*. Tradução Daniela Kern e Guilherme F. Teixeira. São Paulo: Edusp; Porto Alegre, RS: Zouk, 2007.

BOURDIEU, Pierre. 1930-2002. *A reprodução: elementos para uma teoria do sistema de ensino*. Pierre Bourdieu/Jean-Claude Passeron. Tradução Reynaldo Bairão. Revisão Pedro Benjamin Garcia e Ana Maria Baeta. 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. *Jornada de educação alimentar e nutricional*. Programa Nacional de Alimentação Escolar. Brasília: FNDE, 2018.

VYGOTSKY, L. S. *Pensamento e linguagem*. Tradução Jefferson Luiz Camargo. Revisão técnica José Cipolla Neto. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

VIGOTSKY, L. S. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

VIGOTSKY, L. S. 1896-1934. *A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores*. Organizadores Michel Cole *et al.* Tradução José Cipolla Neto, Luís Silveira Menna Barreto e Solange Castro Afeche. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

VITOLO, M. R. *Nutrição: da gestação ao envelhecimento*. 2. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.

**ANEXOS****UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS****INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE****Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde –****Doutorado****TERMO DE CONFIDENCIALIDADE****Título do projeto: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: a Influência da Família, do Professor e de Meios de Comunicação****Pesquisador responsável: Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki****Orientadora responsável: Eva Teresinha de Oliveira Boff****Instituição/Departamento: UFRGS****Telefone para contato: (55) 9 9119-2501****Local da coleta de dados:** Escola Municipal Fundamental Pedro Costa Beber e Escola Municipal de Educação Infantil Bozano, município de Bozano/RS.

Os pesquisadores do presente projeto comprometem-se a preservar a privacidade dos sujeitos cujos dados serão coletados por meio de falas, questionários e entrevistas, reuniões e gravações. A Prefeitura e a Coordenadoria Municipal de Educação de Bozano, localizadas no município de Bozano/RS, concordam, igualmente, que estas informações serão utilizadas única e exclusivamente para execução do presente projeto. As informações somente poderão ser divulgadas de forma anônima e serão mantidas pela pesquisadora Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki em seu domínio por um período de cinco anos, sob sua responsabilidade. Após este período, os dados serão destruídos. Este projeto de pesquisa foi revisado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS em ...../...../....., com o número do CAAE .....

Bozano, .....de .....de 2017

---

Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki, CPF: 021.371.440-00

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS**  
**INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE**  
**Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde –**  
**Doutorado**

**CARTA DE AUTORIZAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DE PESQUISA**

Prezado Senhor

Estamos desenvolvendo uma pesquisa cujo título é **“EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: a Influência da Família, do Professor e de Meios de Comunicação”**. Esta pesquisa tem como objetivos analisar e compreender a influência da Família, do Professor e do Livro Didático para a Educação Alimentar e Nutricional na Infância. Trata-se de uma pesquisa de abordagem quantitativa e qualitativa com delineamento descritivo e transversal. A mesma será desenvolvida em uma Escola Municipal de Educação Básica e em uma Escola Municipal de Educação Infantil no município de Bozano/RS, que atende, em média, 120 alunos na Educação Básica e 20 alunos na Educação Infantil. Os profissionais que trabalham diretamente com estes alunos são, em média, 13 professores e auxiliares na Educação Básica e 8 professores e auxiliares na Educação Infantil. Os instrumentos da pesquisa constarão de documentos oficiais da educação básica sobre o tema em pesquisa, questionários estruturados e entrevistas e livros didáticos mais utilizados pelos professores.

Assim, vimos, por meio deste, pedir autorização para realização da pesquisa.

Bozano, ..... de ..... de 2017.

---

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS**  
**INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE**  
**Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde –**  
**Doutorado**

**TERMO DE CIÊNCIA DA ORIENTADORA**

**Natureza da pesquisa:**

( X ) PTe – Projeto de trabalho de conclusão de curso de  
Doutorado/Pós-Doutorado (Tese)

Eu, **Eva Teresinha de Oliveira Boff**, na condição de professora orientadora, declaro estar ciente do projeto de pesquisa apresentado pela aluna **Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki**, regularmente matriculada no **Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde – Doutorado** – da Instituição **Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS** –, para elaboração do seu trabalho de Tese de Doutorado.

Declaro que o projeto intitulado **EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: a Influência da Família, do Professor e de Meios de Comunicação**, ora submetido à apreciação ética pelo CEP/UFRGS, está de acordo com a Resolução CNS 466/2012, segue a metodologia científica, atende às exigências normativas da ABNT, bem como o Regulamento da Normalização de Trabalhos Acadêmicos da Instituição proponente.

Ijuí, RS, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2017.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Aluna

Professora Orientadora



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS****INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE**

**Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde –  
Doutorado**

**TERMO DE ASSENTIMENTO**

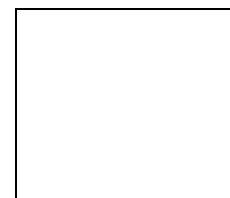
Você está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar da pesquisa **“EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: a Influência da Família, do Professor e de Meios de Comunicação”**.

Neste estudo pretendemos analisar e compreender a influência da Família, do Professor, do Livro Didático e dos Meios de Comunicação na Educação Alimentar e Nutricional na Infância. Para participar deste estudo, o responsável por você autorizou e assinou um termo de consentimento.

Eu, \_\_\_\_\_, fui informado(a) dos objetivos do presente estudo de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações e o meu responsável poderá modificar a decisão de participar se assim o desejar. Tendo o consentimento do meu responsável já assinado, declaro que concordo em participar deste estudo. Recebi uma cópia deste termo de assentimento e me foi dada a oportunidade de esclarecer as minhas dúvidas.

\_\_\_\_\_  
Assinatura

(Se for alfabetizado)



Impressão dactiloscópica

(Se for analfabeto)

\_\_\_\_\_  
Eva Teresinha de Oliveira Boff  
CPF 028.091.090-87

\_\_\_\_\_  
Claudia Thomé da Rosa Piassetzki  
CPF 021.371.440-00

Data: local/RS, \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS****INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE****Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde –  
Doutorado****TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA MENORES DE  
18 ANOS**

Prezado(a) Senhor(a)

Estamos desenvolvendo uma pesquisa cujo título é **“EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: a Influência da Família, do Professor e de Meios de Comunicação”**.

Este estudo busca analisar e compreender a influência da Família, do Professor, do Livro Didático e dos Meios de Comunicação na Educação Alimentar e Nutricional na Infância. A metodologia utilizada para a realização da pesquisa é de abordagem quantitativa e qualitativa com delineamento descritivo e transversal.

Os instrumentos do estudo constarão de documentos oficiais da educação básica sobre o tema em pesquisa: avaliação nutricional, questionários estruturados e entrevistas e livros didáticos mais utilizados pelos professores.

Os dados desta pesquisa são de nossa responsabilidade e serão empregados apenas para fins científicos vinculados ao presente projeto de pesquisa.

Nós, pesquisadores, garantimos que as informações obtidas serão utilizadas apenas para fins desta pesquisa, podendo você ter acesso as suas informações e realizar qualquer modificação no seu conteúdo se julgar necessário.

Seu nome e o material que indique sua participação não serão divulgados. Você não será identificado(a) em qualquer publicação que possa resultar deste estudo. Você tem liberdade para se recusar a participar da pesquisa ou desistir dela a qualquer momento, podendo solicitar que suas informações sejam desconsideradas no estudo, sem constrangimento. Mesmo concordando em participar da pesquisa, poderá recusar-se a responder às perguntas ou a quaisquer outros procedimentos. Como sua participação é voluntária e gratuita, está garantido que você não terá qualquer tipo de despesa ou compensação financeira durante o desenvolvimento da pesquisa.

A pesquisa não apresenta riscos aos participantes e nem à instituição de ensino.

Eu, **doutora Eva Teresinha de Oliveira Boff**, orientadora, e a **doutoranda-nutricionista, Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki**, assumimos a responsabilidade na condução da pesquisa e garantimos que suas informações somente serão utilizadas para ela, podendo os resultados vir a ser publicados.

Caso ainda haja dúvidas, você poderá pedir esclarecimentos a qualquer uma de nós nos endereços e telefones a seguir:

Eva Teresinha de Oliveira Boff – Rua do Comércio, 3000 – Unijuí – Ijuí/RS – Fone: 3332 0461.

Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki – Linha 8 Leste, Vila Floresta, Ijuí/RS – claudiapiasetzki@hotmail.com Fone: 55 9 91192501.

Eu, \_\_\_\_\_ (nome da criança), CPF \_\_\_\_\_, ciente das informações recebidas, concordo em participar da pesquisa, autorizando a utilização das informações por mim concedidas e/ou os resultados alcançados.

Eu, \_\_\_\_\_ (nome do pai, mãe ou responsável), CPF \_\_\_\_\_, ciente das informações recebidas, concordo que meu/minha filho/filha/\_\_\_\_\_ participe da pesquisa, autorizando a utilização das informações por mim concedidas e/ou os resultados alcançados.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do entrevistado

\_\_\_\_\_  
Assinatura do pai/mãe e/ou responsável (menores de 18 anos)

\_\_\_\_\_  
Eva Teresinha de Oliveira Boff  
CPF 028.091.090-87

\_\_\_\_\_  
Claudia Thomé Da Rosa Piassetzki  
CPF 021.371.440-00

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS****INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE****Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde –  
Doutorado****TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA MAIORES DE 18  
ANOS**

Prezado (a) Senhor (a)

Estamos desenvolvendo uma pesquisa cujo título é **“EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: A Influência da Família, do Professor e de Meios de Comunicação”**.

Este estudo busca analisar e compreender a influência da Família, do Professor, do Livro Didático e dos Meios de Comunicação na Educação Alimentar e Nutricional na Infância. A metodologia utilizada para a realização da pesquisa é de abordagem quantitativa e qualitativa com delineamento descritivo e transversal.

Os instrumentos da pesquisa constarão de documentos oficiais da educação básica sobre o tema em pesquisa: avaliação nutricional, questionários estruturados e entrevistas e livros didáticos mais utilizados pelos professores.

Os dados desta pesquisa são de nossa responsabilidade e serão empregados apenas para fins científicos vinculados ao presente projeto de pesquisa.

Nós, pesquisadores, garantimos que as informações obtidas serão utilizadas apenas para fins desta pesquisa, podendo você ter acesso as suas informações e realizar qualquer modificação no seu conteúdo se julgar necessário.

Seu nome e o material que indique sua participação não serão divulgados. Você não será identificado(a) em qualquer publicação que possa resultar deste estudo. Você tem liberdade para se recusar a participar da pesquisa ou desistir dela a qualquer momento, podendo solicitar que suas informações sejam desconsideradas no estudo, sem constrangimento. Mesmo concordando em participar da pesquisa, poderá recusar-se a responder às perguntas ou a quaisquer outros procedimentos. Como sua participação é voluntária e gratuita, está garantido que você não terá qualquer tipo de despesa ou compensação financeira durante o desenvolvimento da pesquisa.

A pesquisa não apresenta riscos aos participantes e nem à instituição de ensino.

Eu, **doutora Eva Teresinha de Oliveira Boff**, orientadora e a **doutoranda-nutricionista, Cláudia Thomé da Rosa Piassetzki**, assumimos a responsabilidade na condução da pesquisa e garantimos que suas informações somente serão utilizadas para esta pesquisa, podendo os resultados vir a ser publicados.

Caso ainda haja dúvidas você poderá pedir esclarecimentos a qualquer uma de nós nos endereços e telefones a seguir:

Eva Teresinha de Oliveira Boff – Rua do Comércio, 3000 – Unijuí – Ijuí/RS – Fone: 3332 0461.

Cláudia Thomé da Rosa Piassetzki – Linha 8 Leste, Vila Floresta, Ijuí/RS – claudiapiassetzki@hotmail.com Fone: 55 9 91192501.

Eu, \_\_\_\_\_ (nome), CPF \_\_\_\_\_,  
ciente das informações recebidas, concordo em participar da pesquisa, autorizando a utilização  
das informações por mim concedidas e/ou os resultados alcançados.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do entrevistado (maior de 18 anos)

\_\_\_\_\_  
Eva Teresinha de Oliveira Boff  
CPF 028.091.090-87

\_\_\_\_\_  
Claudia Thomé da Rosa Piassetzki  
CPF 021.371.440-00

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS****INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE****Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde –  
Doutorado****TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PROFESSORES**

Prezado(a) Senhor(a)

Estamos desenvolvendo uma pesquisa cujo título é **“EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA INFÂNCIA: a Influência da Família, do Professor e de Meios de Comunicação”**.

Este estudo busca analisar e compreender a influência da Família, do Professor, do Livro Didático e dos Meios de Comunicação na Educação Alimentar e Nutricional na Infância. A metodologia utilizada para a realização da pesquisa é de abordagem quantitativa e qualitativa com delineamento descritivo e transversal.

Os instrumentos da pesquisa constarão de documentos oficiais da educação básica sobre o tema em pesquisa: avaliação nutricional, questionários estruturados e entrevistas e livros didáticos mais utilizados pelos professores.

Os dados desta pesquisa são de nossa responsabilidade e serão empregados apenas para fins científicos vinculados ao presente projeto de pesquisa.

Nós, pesquisadores, garantimos que as informações obtidas serão utilizadas apenas para fins desta pesquisa, podendo você ter acesso as suas informações e realizar qualquer modificação no seu conteúdo se julgar necessário.

Seu nome e o material que indique sua participação não serão divulgados. Você não será identificado(a) em qualquer publicação que possa resultar deste estudo. Você tem liberdade para se recusar a participar da pesquisa ou desistir dela a qualquer momento, podendo solicitar que suas informações sejam desconsideradas no estudo, sem constrangimento. Mesmo concordando em participar da pesquisa, poderá recusar-se a responder às perguntas ou a quaisquer outros procedimentos. Como sua participação é voluntária e gratuita, está garantido que você não terá qualquer tipo de despesa ou compensação financeira durante o desenvolvimento da pesquisa.

A pesquisa não apresenta riscos aos participantes e nem à instituição de ensino.

Eu, **doutora Eva Teresinha de Oliveira Boff**, orientadora e a **doutoranda-nutricionista, Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki**, assumimos a responsabilidade na condução da pesquisa e garantimos que suas informações somente serão utilizadas para esta pesquisa, podendo os resultados vir a ser publicados.

Caso ainda haja dúvidas você poderá pedir esclarecimentos a qualquer uma de nós nos endereços e telefones a seguir:

Eva Teresinha de Oliveira Boff – Rua do Comércio, 3000 – Unijuí – Ijuí/RS – Fone: 3332 0461.  
Cláudia Thomé da Rosa Piasetzki – Linha 8 Leste, Vila Floresta, Ijuí/RS – claudiapiasetzki@hotmail.com Fone: 55 9 91192501.

Eu, \_\_\_\_\_ (nome) CPF \_\_\_\_\_,  
ciente das informações recebidas, concordo em participar da pesquisa, autorizando a utilização  
das informações por mim concedidas e/ou os resultados alcançados.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do entrevistado (professor)

\_\_\_\_\_  
Eva Teresinha de Oliveira Boff  
CPF 028.091.090-87

\_\_\_\_\_  
Claudia Thomé da Rosa Piasetzki  
CPF 021.371.440-00

## QUESTIONÁRIO CRIANÇAS

### 1. Dados pessoais

Nome da criança: \_\_\_\_\_  
 Escola: \_\_\_\_\_  
 Série/ano: \_\_\_\_\_  
 Data de Nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
 Idade: \_\_\_\_\_  
 Sexo: ( ) masculino ( ) feminino  
 Nome do responsável: \_\_\_\_\_  
 Endereço: \_\_\_\_\_  
 Bairro: \_\_\_\_\_  
 Cidade: \_\_\_\_\_  
 Telefone para contato: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_  
 Nome de quem ajudou a criança a responder o questionário (pai, mãe, irmãos, tios, avós ...):  
 \_\_\_\_\_

### 2. Avaliação Nutricional (será realizada pela Nutricionista na escola)

Peso \_\_\_\_ Altura \_\_\_\_ IMC: \_\_\_\_ Estado Nutricional: \_\_\_\_

### 3. Hábitos da criança

#### **3.1. Quantas horas você assiste televisão, joga *video game* ou fica na frente do computador?**

\_\_\_\_\_ horas por dia

\_\_\_\_\_ horas por semana

\_\_\_\_\_ horas no sábado

\_\_\_\_\_ horas do domingo

( ) não assiste televisão, joga *video game* ou fica na frente do computador

#### **3.2. Pratica alguma atividade física?**

( ) sim ( ) não

Qual? \_\_\_\_\_

#### **3.3. Você acha importante praticar exercícios? ( ) sim ( ) não**

Por quê?

#### **3.4. Você tem tempo suficiente para se alimentar? ( ) Sim ( ) Não**

Por quê?

#### **3.5. Costuma ingerir líquidos durante as refeições? ( ) Sim ( ) Não**

Por quê?

Tipo e Quantidade:

#### **3.6. Onde costuma fazer suas refeições? ( ) Em casa ( ) Fora**

Quem prepara as refeições na sua casa?

#### **3.7. Pense na sua rotina semanal: Quais refeições você costuma fazer habitualmente no dia?**

( ) Desjejum

( ) Colação

( ) Almoço

( ) Lanche

( ) Jantar

( ) Ceia

Total de refeições: \_\_\_\_\_

Você considera esse número adequado? ( ) sim ( ) não

Por quê?



**3.8. Qual a sua refeição mais saudável?**

- ( ) Café da manhã  
 ( ) Lanche da manhã  
 ( ) Almoço  
 ( ) Lanche da tarde  
 ( ) Jantar  
 ( ) Ceia

Por que você considera essa refeição saudável?

**3.9. Quais alimentos que você não gosta?**

Por quê?

Como você sabe que não gosta?

Você já experimentou estes alimentos?

**3.10 Quais são seus alimentos preferidos? Por quê?****3.11 O que você sente quando come os alimentos que você gosta?****3.12 Você come frutas? Por quê?****3.13 Você come verduras? Por quê?****3.14 Você come sorvetes, doces, chocolates, salgadinhos e frituras?**

Por quê?

**3.15 Quais alimentos você mais consome em casa?**

Por quê?

**3.16 Quem compra ou produz estes alimentos?****3.17 Você come o que quer ou o que seus pais mandam?****3.18 O que geralmente seus pais lhe mandam comer?**

Por quê?

**3.19 Com relação a você e aos seus pais como você classifica?**

- |     |                 |           |            |           |                 |
|-----|-----------------|-----------|------------|-----------|-----------------|
| Pai | ( ) muito gordo | ( ) gordo | ( ) normal | ( ) magro | ( ) muito magro |
| Mãe | ( ) muito gordo | ( ) gordo | ( ) normal | ( ) magro | ( ) muito magro |
| Eu  | ( ) muito gordo | ( ) gordo | ( ) normal | ( ) magro | ( ) muito magro |

**3.20 Você acha que você come**

- ( ) Em excesso ( ) Muito ( ) Normal ( ) Pouco ( ) Muito Pouco

**3.21 Você acha que sua família come**

- ( ) Em excesso ( ) Muito ( ) Normal ( ) Pouco ( ) Muito Pouco

Justifique

**3.22 Qual é o motivo/razão pela qual você come?****3.23 Quais os meios de comunicação, programas de TV, rádio, jornal, que você e sua família acompanham em casa?****3.24 Quais os programas que assistem/ouvem, relacionados à alimentação e saúde?****3.25 As propagandas sobre alimento te auxiliam na escolha para a compra dos alimentos?**

- ( ) Sim ( ) não

Como?

**3.26 O que você entende por Alimentação?****3.27 O que você entende por Nutrição?****3.28 Para você, o que é uma alimentação saudável?****3.29 Como você aprendeu o que é uma boa alimentação (quem te ensinou)?****3.30 Qual o significado e a importância dos alimentos na sua vida?****3.31 Você segue o exemplo de seus pais, familiares ou professores para se alimentar?**

Por quê?

**3.32 Você acredita que seus pais, familiares e professores se alimentam bem? Por quê?**

## QUESTÕES PARA OS FAMILIARES

### **1. Dados pessoais**

Nome do aluno: \_\_\_\_\_

Escola: \_\_\_\_\_

Série/ano: \_\_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_

Sexo: ( ) masculino ( ) feminino

Nome do responsável: \_\_\_\_\_

Endereço: \_\_\_\_\_

Bairro: \_\_\_\_\_

Cidade: \_\_\_\_\_

Telefone para contato: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

Nome de quem respondeu o questionário (pai, mãe, irmãos, tios, avós...):

### **2. Hábitos da família**

#### **2.1. Quantas horas você assiste televisão, joga *video game* ou fica na frente do computador?**

\_\_\_\_\_ horas por dia

\_\_\_\_\_ horas por semana

\_\_\_\_\_ horas no sábado

\_\_\_\_\_ horas do domingo

( ) não assiste televisão, joga *video game* ou fica na frente do computador

#### **2.2. Você pratica alguma atividade física?**

( ) sim ( ) não

Qual? \_\_\_\_\_

#### **2.3. Você acha importante praticar exercícios? ( ) sim ( ) não**

Por quê?

#### **2.4. Você tem tempo suficiente para se alimentar? ( ) Sim ( ) Não**

Por quê?

#### **2.5. Costuma ingerir líquidos durante as refeições? ( ) Sim ( ) Não**

Por quê?

Tipo e Quantidade:

#### **2.6. Onde costuma fazer suas refeições? ( ) Em casa ( ) Fora**

Quem prepara as refeições na sua casa?

#### **2.7. Pense na sua rotina semanal: Quais as refeições você costuma fazer habitualmente no dia?**

( ) Desjejum

( ) Colação

( ) Almoço

( ) Lanche

( ) Jantar

( ) Ceia

Total de refeições: \_\_\_\_\_

Você considera esse número adequado? ( ) sim ( ) não

Por quê?

**2.8. Qual a sua refeição mais saudável?**

- ( ) Café da manhã  
 ( ) Lanche da manhã  
 ( ) Almoço  
 ( ) Lanche da tarde  
 ( ) Jantar  
 ( ) Ceia

Por que você considera essa refeição saudável?

**2.9. Quais alimentos que você não gosta?**

Por quê?

Como você sabe que não gosta?

Você já experimentou estes alimentos?

**2.10 Quais são seus alimentos preferidos? Por quê?**

**2.11** O que você sente quando come os alimentos que você gosta?

**2.12** Você come frutas? Por quê?

**2.13** Você come verduras? Por quê?

**2.14** Você come sorvetes, doces, chocolates, salgadinhos e frituras? Por quê?

**2.15 Quais alimentos você mais consome em casa?**

Por quê?

**2.16 Quem compra ou produz estes alimentos?****2.17 Você acha que sua família come**

( ) Em excesso ( ) Muito ( ) Normal ( ) Pouco ( ) Muito Pouco

Justifique

**2.18** Qual é o motivo/razão pela qual você come?

**2.19** Quais os meios de comunicação, programas de TV, rádio, jornal, que você e sua família acompanham em casa?

**2.20** Quais os programas que assistem/ouvem, relacionados à alimentação e saúde?

**2.21** As propagandas sobre alimento te auxiliam na escolha para a compra dos alimentos?

( ) Sim ( ) não

Como?

**2.22** O que você entende por Alimentação?

**2.23** O que você entende por Nutrição?

**2.24 Para você, o que é uma alimentação saudável?****2.25 Como você aprendeu o que é uma boa alimentação (quem te ensinou)?**

**2.26** Qual o significado e a importância dos alimentos na sua vida?

**2.27** Você incentiva seus filhos a ter uma alimentação saudável?

Por quê?

## QUESTIONÁRIO PROFESSORES

### **1. Dados pessoais**

Nome: \_\_\_\_\_

Escola: \_\_\_\_\_

Série/ano: \_\_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_

Sexo: ( ) masculino ( ) feminino

Endereço: \_\_\_\_\_

Bairro: \_\_\_\_\_

Cidade: \_\_\_\_\_

Telefone para contato: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

### **2. Hábitos do Professor:**

**2.1.** Quais os meios de comunicação, programas de TV, rádio, jornal, que você e sua família acompanham em casa?

**2.2.** Quais os programas que assistem/ouvem, relacionados à alimentação e saúde?

**2.3.** As propagandas sobre alimento te auxiliam na escolha para a compra dos alimentos?

( ) Sim ( ) não

Como?

**2.4.** O que você entende por Alimentação?

**2.5.** O que você entende por Nutrição?

**2.6. Para você, o que é uma alimentação saudável?**

**2.7. Como você aprendeu o que é uma boa alimentação (quem te ensinou)?**

**2.8.** Qual o significado e a importância dos alimentos na sua vida?

**2.9.** Você segue o exemplo de seus pais, familiares ou professores para se alimentar? Por quê?

**2. 10.** Você acredita que você e familiares se alimentam bem?

Por quê?

**2.11.** Para você, quais são as emoções e sensações causadas pelos alimentos?

**2.12.** Qual a abordagem que você faz ao tema da alimentação?

**2.13.** Quais as estratégias de ensino que você utiliza para desenvolver os conceitos de alimentação e nutrição humana em sala de aula?

**2.14.** Como você significa estes conceitos na sua vida?

**2.15.** Como você significa estes conceitos no ensino de seus alunos?

**2.16.** Você incentiva seus filhos a ter uma alimentação saudável? Por quê?

**2.17.** Você incentiva seus alunos a ter uma alimentação saudável? Por quê?

**QUESTIONÁRIO: CONCEPÇÕES DE PROFESSORES SOBRE  
EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

1. Professor de qual área? Quais turmas?
2. Qual sua formação? Em que ano concluiu sua Graduação?
3. Há quantos anos leciona?
4. Realizou alguma especialização?
5. Você trabalha em sua disciplina temas relacionados à alimentação ou nutrição?  
( ) sim ( ) não  
Por quê?
6. Quais atividades já desenvolveu e quais temas já discutiu com os alunos?
7. Fale o que você pensa sobre a promoção da saúde e sobre a alimentação e nutrição.
8. Na escola em que você trabalha quais dos três itens abordados anteriormente você já vivenciou?
9. Qual você acredita ser o mais eficaz para a formação dos hábitos alimentares saudáveis? Por quê?
10. Você acredita que é possível realizar ações de Educação Alimentar e Nutricional em sua escola?  
( ) sim ( ) não Por quê?  
Como?
11. Como você faz o planejamento de suas aulas? Segue algum roteiro, protocolo...?
12. Você utiliza o livro didático?  
( ) sim ( ) não  
Por quê?  
Quais livros?
13. Quais as outras ferramentas que você utiliza para o planejamento de suas aulas?
14. Você já observou se no livro didático há temas relacionados à alimentação e à nutrição?
15. Você acredita que o professor possa influenciar na formação de hábitos alimentares e estilo de vida das crianças?  
( ) sim ( ) não  
Por quê?
16. Na sua opinião, o que o professor pode fazer para promover a Educação Alimentar e Nutricional para as crianças da sua escola?
17. Você acredita ser possível trabalhar em conjunto com o nutricionista temas referentes à alimentação e à nutrição na sala de aula, articulados aos conteúdos escolares?
18. De que forma o professor e o nutricionista podem trabalhar juntos?