

RELATO DE EXPERIÊNCIA

A escola como locus privilegiado para ações de educação alimentar e nutricional: um relato de experiências com pré-escolares

*The school as privileged locus for actions of food and nutritional education: An account of
experiences with preschoolers*

Larissa Pinheiro Costa

Graduada em Nutrição pela Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, E-mail: larissapnutri@gmail.com

Larissa Grace Nogueira Serafim de Melo

Doutora em Saúde Coletiva. Professora do curso de Graduação em Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, E-mail: larissagrace.nutricionista@gmail.com

Rebekka Fernandes Dantas

Graduada em Nutrição, com mestrado pelo Programa de Pós-graduação em Ciências Sociais da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, E-mail: rebekkafernandes@hotmail.com

Mariana Silva Bezerra

Graduada em Nutrição e Mestra em Saúde Coletiva. Atualmente é Professora Substituta da pela Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, E-mail: marianabezerran@gmail.com

Resumo: O artigo apresenta um relato de uma experiência de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com pré-escolares a partir de metodologias dialógicas em uma creche da rede municipal de Santa Cruz - RN. Trata-se de um relato de experiências de ações de EAN desenvolvido em uma creche da rede municipal do município de Santa Cruz/RN durante o ano de 2017, e contou com a participação de 23 pré-escolares, de ambos os sexos, da faixa etária de 4 a 5 anos de idade. Em cada encontro empregou-se uma metodologia dialógica a partir de atividades lúdicas, que duraram aproximadamente 40 minutos em cada dinâmica, em um período de dois dias e os temas abordados foram os grupos alimentares e os alimentos saudáveis. Utilizaram-se cartazes, vídeos, jogos e atividades de recorte e colagem. Os pré-escolares mostraram que conheciam bem os grupos alimentares, principalmente, dos cereais, frutas e carnes e ovos. No entanto houve confusões na identificação dos gêneros do grupo das leguminosas. Pode se observar que os alunos apresentavam grande interesse em expressar suas opiniões, gostos, hábitos, preferências e experiências alimentares, interagindo com todas as atividades. Enfim, acredita-se que a riqueza das práticas educativas implementadas pode promover a formação, e consequentemente a adoção de hábitos de alimentação saudáveis para as crianças da fase pré-escolar participantes deste estudo.

Palavras-chave: Educação em saúde; Creche; Hábitos alimentares saudáveis.

Abstract: The article presents an account of a Food and Nutrition Education (EAN) experience with preschool children from using dialogic methodologies at a nursery school in the municipal network of Santa Cruz - RN. This is an account of experiences of EAN actions developed in a nursery of the municipal network of the small town of Santa Cruz / RN during the year 2017 and was attended by 23 preschoolers of both sexes in the age group from 4 to 5 years of age. At each meeting, a dialogic methodology was used based on play activities, which lasted approximately 40 minutes in each dynamics, over a period of two days, and the themes addressed were the food groups and healthy foods. Posters, videos, games, and cutouts and collages were used. The preschoolers show that they know well the food groups, especially cereals, fruits and meat and eggs. It can be observed that the students showed great interest in expressing their opinions, tastes, habits, preferences and food experiences, interacting with all the activities. Finally, it is believed that the wealth of the educational practices implemented can promote the formation, and consequently the adoption of healthy eating habits for the pre-school children participating in this study.

Key words: Health education; Child day care centers; Healthy eating habits.

Recebido em 12/12/2018

Aprovado em: 17/04/2019



INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) está interligado a um processo de formação que sirva de apoio para as tomadas de decisão posteriores, assim, auxiliando o direito de se tornar autônomo das suas próprias escolhas. É exatamente isto que a EAN busca propagar, que cada indivíduo seja capaz de se submeter a conhecimentos sobre a alimentação saudável e escolher os alimentos que tragam benefícios para a sua saúde. A importância das atividades educativas é justamente estimular a autonomia dos indivíduos, seguindo os princípios da heterogeneidade regional, a história local e respeito à cultura (BARBOSA et al., 2013).

A formação dos hábitos alimentares se inicia na infância, com isso, é imprescindível que se tenha a introdução de conceitos sobre a alimentação no período escolar. Tendo em vista, que os comportamentos referentes à alimentação estão sendo adquiridos nesta etapa e os erros alimentares podem ocorrer; como o consumo demasiado de doces e gorduras e o baixo consumo de hortaliças, legumes e frutas. Então, para um melhor entendimento de fatores internos e externos do aluno, essa fase é o melhor momento para intervenções de educação alimentar e nutricional, visando à garantia do crescimento e desenvolvimento normal da criança, aliado a construção de processos educativos que sejam eficazes na mudança do padrão alimentar dessas, repercutindo até a vida adulta (NUNES; BREDA, 2010; BENTO; ESTEVES; FRANÇA, 2015).

Além do mais, a escola tem a função de “oferecer condições para que a criança compreenda o mundo em que vive, assumindo, assim, uma atitude crítica e construtiva, principalmente nas etapas iniciais que são muito marcantes no desenvolvimento humano” (PINTO et al., 2010, p.146).

No tocante da promoção da alimentação saudável, a escola é um lugar fundamental, tanto em relação a fatores como o tempo de permanência dos alunos na escola, como a representação dos alunos como agente de modificações alimentares da família e comunidade (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2012). A promoção da alimentação saudável durante a infância ajuda o processo de desenvolvimento intelectual e garante o crescimento adequado para idade, e ainda previne uma série de patologias relacionadas à alimentação, como a anemia, obesidade, desnutrição, entre outras (CUNHA, 2014). Quando a educação alimentar e nutricional é executada na fase pré-escolar, esta busca promover o conhecimento e os bons hábitos alimentares nas crianças (PINEZI; ABOURIHAN, 2011).

Em uma abordagem ampla o principal objetivo da EAN é a promoção da alimentação saudável e adequada, seguindo os princípios do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), uma vez que este busca o direito da alimentação adequada, com alimentos seguros e saudáveis, em qualidade e quantidade suficiente para todo ser humano, como também a garantia da segurança alimentar e nutricional (BURITY et al., 2010; BRASIL, 2012).

O governo brasileiro no ano 2006 lançou a Portaria Interministerial nº 1.010, que traz diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de rede pública ou privada, que atenda ensino infantil, fundamental e médio. Esta tem o propósito de melhorar as condições de alimentação, nutrição e saúde nas redes de ensino. E as suas diretrizes abordam estratégias de como se obter uma alimentação saudável no ambiente escolar (BRASIL, 2006).

Visualiza-se então uma imprescindível ação dentro desta portaria, que é a implantação do tema alimentação saudável no plano pedagógico das escolas, caracterizado como uma dentre as várias formas de EAN dentro do ambiente escolar. Desde modo, metodologias ativas de inclusão de nutrição e alimentação no currículo escolar facilitam que os alunos comecem a praticar e a introduzir ou criar novos hábitos alimentares saudáveis à sua vida, tornando-se uma importante forma de promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis (BRASIL, 2006).

Diante disto, este estudo tem como objetivo relatar uma experiência de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com pré-escolares a partir de metodologias dialógicas em uma creche da rede municipal de Santa Cruz - RN.

MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo é de natureza qualitativa, caráter exploratório e intervencional. Trata-se de um relato de experiências de ações de EAN desenvolvido em uma creche da rede municipal do município de Santa Cruz/RN durante o ano de 2017, e contou com a participação de 23 pré-escolares, de ambos os sexos, da faixa etária de 4 a 5 anos de idade.

As ideias de pesquisa-formação de Marie-Christine Josso guiaram o trabalho, baseado em que “os nossos conhecimentos são frutos das nossas próprias experiências”, ou seja, a vivência presenciada na pesquisa ajudou a construir as capacidades de escutar e compartilhar, assim gerando atos importantes para a formação das experiências e os processos formativos (JOSSO, 2010, p. 49). Em uma maior compreensão sobre a construção das experiências temos que se considerou a existência de três modalidades, ditas a seguir:

Ter experiências é viver situações e acontecimentos, durante a vida, que se tornaram significativos, mas sem tê-los provocado (modalidade a); Fazer experiências são as vivências de situações e acontecimentos que nós próprios provocamos, isto é, somos nós mesmos criamos de propósito, as situações para fazer experiências (modalidade b); Pensar sobre as experiências, tantas aquelas que tivemos sem procurá-las (modalidade a), quanto as que nós mesmos criamos (modalidade b) (JOSSO, 2010, p. 51).

O estudo foi caracterizado por uma continuidade de um estudo de Medeiros (2016) e de Azevedo (2016) realizados anteriormente na creche. Medeiros (2016) avaliou o estado nutricional dos pré-escolares a partir de aferição de peso, estatura e circunferência do braço, onde para a classificação do perfil nutricional utilizou-

se E/I, P/I, IMC/I e P/E, de acordo com o Z-escore baseados nas curvas de crescimento da Organização Mundial da Saúde (OMS), e observou-se que em sua maioria as crianças obtiveram um estado nutricional dentro dos padrões recomendados, e, uma minoria apresentou risco para sobrepeso e obesidade.

Já Azevedo (2016) estudou o consumo alimentar, através de uma entrevista com os pré-escolares, utilizando um instrumento composto de fotos de alimentos, no qual estes escolhiam os alimentos de sua preferência para levar de lanche, realizou-se também uma pergunta aberta para as crianças sobre quais alimentos levariam na sua lancheira. Em relação à ingestão alimentar, os pré-escolares caracterizaram-se por consumo aumentado de alimentos industrializados.

Então, dados como estes são bastante relevantes para se trabalhar intervenções de EAN, principalmente, quando a população alvo é o ensino infantil. Posteriormente foi realizado um acompanhamento do projeto pedagógico da escola com a coordenação e com os professores que é baseada no fundamento teórico construtivista, assim, foi possibilitando uma importante inserção das dinâmicas lúdicas interativas, auxiliando no processo de ensino-aprendizagem que está englobado no cotidiano escolar.

O construtivismo é baseado nas teorias de Jean Piaget, no qual na perspectiva do processo de alfabetização a criança é o foco principal no processo da aprendizagem. Assim, a partir de agora o professor se representa como um facilitador o qual respeita os erros, mas acaba por não encaminhar o processo de aprendizagem dos alunos (ALMEIDA, 2008).

Por meio das avaliações supracitadas no estudo de Azevedo (2016) e Medeiros (2016) foi colocada em prática estratégia de intervenção, na qual em cada encontro buscou-se englobar temas que envolvessem tanto o perfil nutricional, como também o consumo alimentar dos pré-escolares. Então, a partir disto traçaram-se ações que trabalhassem os grupos alimentares, assim auxiliando os alunos a conhecerem os alimentos e sua importância no organismo, favorecendo o abandono de alimentos industrializados. Como também se abordou o tema dos alimentos saudáveis, dessa maneira incentivando a introdução de uma alimentação saudável, de tal forma a auxiliar a

mudança do perfil nutricional encontrado nessas crianças.

Por fim, realizaram-se as intervenções (duração de dois dias), e concomitantemente, a observação dos conhecimentos das crianças. Em cada encontro empregou-se uma metodologia dialógica a partir de atividades lúdicas relacionadas ao tema abordado, que duraram aproximadamente 40 minutos em cada dinâmica. Para tanto, utilizou-se cartazes, vídeos, jogos e atividades de recorte e colagem. Os cartazes, jogos e atividades de recorte e colagem foram confeccionados pela pesquisadora principal, sendo cuidadosamente produzidos manualmente. Ao iniciar o primeiro encontro, realizou-se uma dinâmica introdutória intitulada de “quebra-gelo”.

Foram incluídas no estudo somente as crianças cujos pais ou responsáveis legais autorizaram a participação da pesquisa voluntariamente, mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e do Termo de Assentimento. Aos participantes garantiu-se anonimato e todos os responsáveis pelos mesmos estavam cientes dos objetivos desta pesquisa. Assegurou-se o direito de desistência durante a intervenção sem a necessidade de aviso-prévio ou justificativa, e ainda não foi permitido, em hipótese alguma, qualquer constrangimento, físico, intelectual ou moral ao participante. A pesquisa foi registrada junto ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), pela resolução 466/2012 que trata das diretrizes e normas de pesquisa em seres humanos do Conselho Nacional de Saúde sob o número CAAE: 64386117.1.0000.5568.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os temas, objetivos e atividades realizadas estão descritos na tabela 1. Dessa forma, para cada tema abordado, foram descritas a importância, dos grupos alimentares, os alimentos saudáveis e suas funções, bem como as origens dos alimentos fonte alimentar, com uma abordagem sempre feita por meio de atividades lúdicas.

Tabela 1. Descrição dos temas, objetivos e atividades lúdica trabalhado nos encontros de educação alimentar e nutricional. Santa Cruz - RN, 2017.

| Temas dos encontros | Objetivos | Atividades |
|---|---|---|
| 1º Encontro Grupos Alimentares | -Favorecer o reconhecimento dos grupos alimentares e alguns alimentos que o compõem; - Estimular o interesse pela alimentação saudável; | - Ligar os grupos alimentares com as cores e montagem do prato saudável |
| 2º Encontro Alimentos saudáveis e suas funções e origens dos alimentos | - Promover a reflexão sobre a importância dos alimentos e suas funções no organismo; - Incentivar o pré-escolar a memorizar visualmente os alimentos e seus nomes. | - Estimular o interesse pela descoberta da origem dos alimentos; - Vídeo sobre os alimentos saudáveis, jogo da memória das frutas e legumes e confecção de uma bananeira |

O ambiente escolar é favorável para a promoção da implantação de EAN, principalmente na primeira infância, uma vez que é o local que os pré-escolares permanecem maior parte seu tempo, influenciando significativamente formação de hábitos, de conceitos e opiniões (RAMOS; SANTOS; REIS, 2013).

As atividades lúdicas podem ser entendidas como recursos metodológicos caracterizados por uma abordagem efetiva buscando abranger atividades que trabalhem, reflitam, discutam e aliem o ato de brincar que toda criança carrega consigo (ARAÚJO, 2010). Costa et al. (2016) em seu estudo mostraram que o uso das atividades de intervenção utilizando forma lúdica, melhora a aprendizagem sobre alimentação entre as crianças e adolescentes, comprovando a efetividade das ações como um plano para o incremento de uma vida mais saudável desde a infância.

Ao iniciar a primeira atividade foi introduzida uma dinâmica de quebra-gelo, permitindo a criação de um vínculo afetivo entre os pré-escolares, nesta foi possível conhecer e visualizar o perfil de cada aluno, além da identificação dos mesmos através do seu nome. As crianças foram bem receptivas e acolhedoras no momento da dinâmica, propiciando a interação entre grupo e o mediador. Em alusão feita por Azeredo e Sá (2013) sobre as trocas de experiências, que propicia um mesclado de ideias entre os pré-escolares e os pesquisadores envolvidos nas atividades de EAN, sendo essencial para as interações da criança com os membros.

No primeiro encontro sobre os “Grupos Alimentares” ministrou-se a atividade que apresentou os grupos de alimentos (verduras, legumes, frutas, leite e derivados, carnes e ovos, e leguminosas) e explicou-se o porquê que estes estão em cada grupo, posteriormente, fez-se uma legenda de cores para cada grupo. Em seguida, após os identificarem, os alunos foram estimulados a montar o seu prato saudável. Para tanto, os participantes tinham que recortar e colar no prato os alimentos dos grupos trabalhados na atividade anterior, assim como, pintarem os desenhos que estavam em branco com a cor da legenda de cores correspondente ao grupo.

Os pré-escolares mostraram que conheciam bem os grupos alimentares, principalmente, dos cereais, frutas e carnes e ovos. Já em relação ao grupo dos leites e derivados não foram identificados por questões de baixo conhecimento e a falta de associação com o grupo houve, também, confusões na identificação dos gêneros do grupo das leguminosas, com outros alimentos. A realização da montagem do prato saudável foi composta de muito entusiasmo e competência das crianças, cumprindo com eficácia a proposta. Foi perceptível a interação das crianças com a atividade, demonstrando interesse conforme a explicação dos grupos dos alimentos, além da participação ativa do reconhecimento da maioria dos alimentos.

Em estudo semelhante, realizou-se atividades em educação nutricional com 25 pré-escolares entre 3 e 5 anos de idade, de ambos os sexos, e concluiu que as ações de caráter lúdico no público de pré-escolares auxilia na construção de conhecimento sobre nutrição e

alimentação, com uma importante atuação na formação dos hábitos saudáveis, assim revertendo-se em benefícios na saúde do grupo. Desde modo, vindo de encontro com a proposta do atual trabalho, e comprovando a existência de diversas vantagens nas intervenções de EAN com as crianças na fase escolar (AZEREDO; SÁ, 2013).

Em outro estudo que analisou as intervenções nutricionais com escolares, foram obtidos resultados que revelaram as ações de EAN como uma estratégia praticável e adequada no aperfeiçoamento do conhecimento sobre hábitos alimentares saudáveis. Infelizmente é necessário desenvolver mais trabalhos sobre consumo alimentar para uma avaliação do conhecimento adquirido, ou seja, para saber se o que está sendo ensinado vem sendo praticado (OLIVEIRA et al., 2011).

No segundo e último encontro, que abordou os temas “Alimentos saudáveis e suas funções e a origem dos alimentos”, foi empregado um vídeo educativo como metodologia dialógica, uma vez que, buscou-se apreender a atenção dos pré-escolares. O vídeo continha músicas e personagens em formato de alimentos; sendo explicado as suas funções, foi ressaltado a necessidade de hábitos alimentares saudáveis por meio do consumo de alimentos variados. Semelhantemente, França e Carvalho (2017) relatam em sua revisão de literatura experiência positiva no uso de vídeo como recurso problematizador e importante estratégia para trabalhar educação alimentar e nutricional.

Atualmente existem evidências que trabalhos produzidos através da educação nutricional conferem em uma melhoria do estado nutricional dos pré-escolares pesquisados (CARMO et al., 2013). Significativa razão pelas quais se buscou saber o perfil das crianças pesquisadas para que as intervenções fossem baseadas nas necessidades dos indivíduos objetivando se obter efeito benéfico nestes.

Portanto, é de extrema importância identificar e conhecer a situação da população a ser estudada, a partir da avaliação de um diagnóstico, desta forma delineando as intervenções das atividades de educação nutricional e alimentar (ARAÚJO, 2010).

Foi realizada também a atividade da montagem de uma bananeira, que foi organizada da seguinte forma: as crianças foram subdivididas em grupos, que recebiam uma imagem da planta; cada um dos grupos tinha que pintar, recortar e colar bananas no caule, e posteriormente colorir a bananeira. Ao final do encontro aplicou-se a dinâmica do jogo da memória, na qual os pré-escolares tinham que memorizar as peças com as ilustrações de frutas e legumes e encontrar os pares.

Autores relatam que um importante instrumento de EAN para as práticas educativas são as atividades lúdicas para os escolares, uma vez que estas possibilitam a obtenção de novos conceitos e conhecimentos sobre alimentação saudável. Além do mais, esta propicia uma forma fácil, didática e prazerosa de aprender sobre a alimentação (OLIVEIRA, 2014).

As estratégias metodológicas desenvolvidas nos estudos revisados mostraram a predominância de atividades lúdicas, que compreendem: pinturas, desenhos, histórias contadas com fantoches, dinâmicas, brincadeiras e jogos, materiais educativos sobre alimentação e nutrição, teatro infantil, atividades de recorte e colagem, cartazes, vídeos, materiais de comunicação, seguidas de apresentações, encontros e palestras (ARAÚJO, 2017).

Ressalta-se que a brincadeira é um ato natural desta fase da vida, então o lúdico tem um papel fundamental, pois permite explorar o “aprender brincando”. A brincadeira estimula o desenvolvimento infantil e facilita a aprendizagem, pois a própria motivação da criança é aproveitada, tornando a tarefa mais atrativa, enquanto o conhecimento vai sendo construído a partir de: estímulo dos sentidos, valorização da cultura, desenvolvimento motor, socialização e interação, exercício da imaginação e criatividade, e sistematização das experiências (JUZWIAK, 2013).

Neste tocante, ao término das dinâmicas, as crianças eram instruídas a realizar uma atividade de fixação que continha a associação da nutrição com o projeto-pedagógico, através de tarefas que envolvessem a contagem de frutas, prática de escrita dos nomes dos alimentos e da pintura de desenhos de legumes e verduras, bem como, o exercício de desenhar uma árvore e seus frutos.

A aliança entre o profissional nutricionista e o professor é de grande relevância para a escola, uma vez que ocorrem as trocas de experiências de caráter prático, pois o educador se fundamenta da ciência da nutrição, e o nutricionista adquire uma proximidade com a didática que é necessária para as abordagens educacionais. A fusão do (conhecimento científico e prática pedagógica) é essencial na execução dos objetivos propostos e nas estratégias de educação alimentar e nutricional, para uma maior conscientização e adesão das crianças às práticas adequadas de alimentação saudável (SILVA et al., 2018).

Ao final, pode-se observar que os alunos apresentavam grande interesse em expressar suas opiniões, gostos, hábitos, preferências e experiências alimentares, interagindo com as todas as atividades, especialmente, na montagem do prato saudável e no jogo da memória. Desse modo, os jogos e as brincadeiras foram os mais aceitos pelos pré-escolares. As atividades que envolveram montagem, colagem e recortes foram confeccionadas pelos participantes, assim favorecendo uma maior interação destes com o tema proposto.

Bernart e Zanardo (2011) esboçam muito bem o interesse de crianças avaliadas em seu projeto, sendo possível visualizar o manifesto das vontades, interações, exposição das suas experiências sobre os hábitos alimentares, além do grande interesse e curiosidade sobre os temas, propiciando aos participantes aquisição de conceitos sobre alimentação saudável, prontamente, transferindo até os familiares e a comunidade. Neste mesmo aspecto, Prado et al.

(2016) observaram uma importante participação e interesse das crianças nas ações de EAN, uma vez que houve o despertar do grupo participante para a adoção de hábitos alimentares saudáveis, desse modo cumprindo a objetivo de promover o conhecimento apurado sobre o tema.

Durante a realização destas tarefas os alunos participaram de forma ativa, interagindo o tempo todo com os mediadores. Ficou evidente o empenho e o sentimento de alegria e satisfação, e a todo o momento os pré-escolares demonstravam muito carinho com o interventor, oferecendo abraços. Assim, manifestando que as atividades lúdicas floresceram emoções concretas nas crianças, e possibilitam resultados muito proeminentes em relação às atividades desta natureza.

Considerando que a EAN consiste em um processo, que como toda ação educativa exige continuidade e permanência, pode-se observar nesta pesquisa que a duração das ações foi relativamente curta. Mesmo estratégias de intervenção aplicadas em curto espaço de tempo, como no presente artigo, já podem surtir efeitos positivos na alimentação dos escolares. Em estudo semelhante, a partir da comparação do efeito positivo da intervenção antes e após sua realização, utilizando-se como instrumento de coleta de dados um questionário sobre o consumo da merenda escolar, alimentos oferecidos pela cantina escolar, vendas perto da escola e trazidos de casa; foi possível perceber os seguintes resultados do trabalho: após as intervenções foram observados aumento no consumo semanal de alimentos trazidos de casa para o ambiente escolar, aumento da preferência por frutas e salada de frutas oferecidas pela merenda escolar e redução na aquisição de balas, pirulitos e chicletes na cantina escolar (PRADO, 2012).

Barbosa et al. (2016) defendem que intervenções de educação EAN desenvolvidas mesmo que em prazos relativamente pequenos, podem apresentar alterações positivas na qualidade do consumo dos alunos. Apesar disso, em ações em longo prazo evidenciam-se ainda maior significância relacionada ao progresso da melhoria da qualidade dos alimentos consumidos e na vida dessa população.

Para tanto, o presente apresenta algumas limitações, por questões de ser uma atividade pontual, fato de não se ter trabalhado com a comunidade escolar, principalmente os pais, que são um importante modelo social na formação dos hábitos alimentares das crianças. Além disso, é essencial que as estratégias de EAN sejam fruto de uma construção contínua e, sobretudo, privilegiem o cunho lúdico e a adequação às especificidades do público alvo, assim como as atividades permanentes no projeto pedagógico já que os conhecimentos adequados sobre nutrição desde a infância são essenciais para o promoção de hábitos alimentares saudáveis.

CONCLUSÕES

Destaca-se que os resultados deste estudo são considerados favoráveis, embora apresentem limitações, uma vez que o entendimento, interesse,

participação e relatos positivos dos escolares quanto às atividades propostas, além da elevada satisfação das crianças com as intervenções de educação alimentar e nutricional realizadas indica o empenho na aprendizagem de temas relativos à alimentação e nutrição, tal como reforça a aplicabilidade desta temática no âmbito escolar. Verifica-se que a utilização de jogos e dinâmicas causou a interação das crianças e maior adesão às atividades propostas.

Enfim, acredita-se as práticas educativas implementadas podem promover a formação e, conseqüentemente, a adoção de hábitos de alimentação saudáveis para as crianças da fase pré-escolar participantes deste estudo, caracterizando-se como uma estratégia importante de promoção da saúde.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, M. A. P. Métodos alfabetizadores: reflexões acerca da prática pedagógica de uma professora de 1ª série do ensino fundamental. Educere. **Anais do II Congresso Nacional de Educação**. Curitiba - Paraná, 2008. p. 4232-4244.
- ARAÚJO, A.; FERREIRA, V.; NEUMANN, D.; MIRANDA, L.; PIRES, I. O impacto da educação alimentar e nutricional na prevenção do excesso de peso em escolares: uma revisão bibliográfica. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 11, n. 62, p. 94–105, 2017.
- ARAÚJO, S. M. L. Desenvolvimento de atividades para crianças e adolescentes em educação nutricional: realização de dinâmicas educativas. **Encontro de Ensino, Pesquisa e Extensão da Faculdade SENAC**. São Paulo. 2010. p. 1–6.
- AZEREDO, E. A.; SÁ, S. P. C. Educação nutricional com pré-escolares em creche baseado no pensamento sociointeracionista: relato de experiência. **Revista de Enfermagem**, v. 7, n. 12, p. 7247-7253, 2013.
- AZEVEDO, A. C. **Caracterização do consumo alimentar de pré-escolares de uma escola pública no município de Santa Cruz-RN**. 2016. 46f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Santa Cruz. 2016.
- BARBOSA, M. O.; OLIVEIRA, B.; CARVALHO, N.; MARTINS, K. Educação Alimentar e Nutricional: influência no comportamento alimentar e no estado nutricional de estudantes. **O mundo da Saúde**, v. 40, n. 4, p. 399–409, 2016.
- BARBOSA, N. V. S.; MACHADO, N. M. V.; SOARES, M. C. V.; PINTO, A. R. R. Alimentação na escola – desafios e possibilidades. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 4, p. 937-945, 2013.
- 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. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 8, p. 2389-2400, 2015.
- BERNART, A.; ZANARDO, V. P. S. Educação nutricional para crianças em escolas públicas de Erechim/RS. **Revista Eletrônica de Extensão Vivências**, v. 7, n. 13, p.71–9, 2011.
- BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, 2012.
- BRASIL. **Portaria interministerial no 1.010, de 8 de maio de 2006**. Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Diário Oficial da União; Poder Executivo, 2006.
- BURITY, V.; FRANCESCHINI T.; VALENTE, F., RECINE, E.; LEÃO, M.; CARVALHO, M. Direito Humano à Alimentação Adequada no Contexto da Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília: **ABRANDH**; 2010. 204p.
- CARMO, M. C. L.; CASTRO, L. C. V.; NOVAES, J. F. Educação nutricional para pré-escolares: uma ferramenta de intervenção. **Revista em Extensão**, v.12, n.2, p.64–74, 2013.
- COSTA, M. C.; SAMPAIO, E. V.; ZANIRATI, V. F.; LOPES, A. C. S.; SANTOS, L. C. Experiência lúdica de promoção de alimentação saudável no ambiente escolar: satisfação e aprendizado dos estudantes. **O mundo da Saúde**, v. 40, n. 1, p. 38–50, 2016.
- CUNHA, L. F. **A importância de uma alimentação adequada na educação infantil**. 2014. 32p. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências). Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2013.
- FRANÇA, C. J.; CARVALHO, V. C. H. S. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. **Saúde em debate**. Rio de Janeiro, v. 41, n. 114, p. 932-948, Jul-Set, 2017.
- JOSSO, M. C. **Experiências de vida e formação**. São Paulo: Paulus; 2010. 49-51p.
- JUZWIACK, C. R. Era uma vez... Um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional. **Interface: comunicação, saúde e educação**, v.17, n.45, p.473-84, abr./jun. 2013.
- MEDEIROS, M. S. **Avaliação do estado nutricional dos pré-escolares de uma creche no município de Santa Cruz-RN**. 2016. 40f. Trabalho de Conclusão de

Curso (Graduação em Nutrição). Universidade Federal do Rio do Grande do Norte, Santa Cruz. 2016.

NUNES, E.; BREDA, J. **Manual para uma alimentação saudável em jardins de infância**. Lisboa: Direção Geral de Saúde, 2010. 61p.

OLIVEIRA, J. C.; COSTA, S. D.; ROCHA, S. Educação nutricional com atividade lúdica para escolares. **Cadernos Saúde na Escola**, v. 2, p.100-116, 2011.

OLIVEIRA, M. N.; SAMPAIO, T. M. T.; COSTA, E. A. Educação nutricional de pré-escolares – um estudo de caso. **Revista Brasileira de Economia Doméstica**, v. 25, n. 1, p. 93-113, 2014.

PINEZI, F. G.; ABOURIHAN, C.L.S. **Formação e desenvolvimento de hábitos alimentares na pré-escola**. 2011. 15f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição). Centro Universitário Autônomo do Brasil. 2011.

PINTO, V. L. X.; ARAÚJO, M. F.; MEDEIROS, M.; BEZERRA, I. W. L. **É de pequeno que se aprende?** Promoção da alimentação saudável na educação infantil. Natal: EDUFRN, 2010. 146p.

PRADO, B. G.; FORTES, E. N. S.; LOPES, M. A. L.; GUIMARÃES, L. Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência. **Demetra Alimentação, Nutrição e Saúde**, v. 11, n. 2, p.369–82, 2016.

PRADO, B. G.; GUIMARÃES, L. V.; LOPES, M. A. L.; BERGAMASCHI, D. Efeito de ações educativas no consumo de alimentos no ambiente escolar. **Nutrire**, v. 37, n. 3, p. 281-292, 2012.

RAMOS, F. P.; SANTOS, L. A. S.; REIS, A. B. C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 11, p. 2147-2161, nov., 2013.

SILVA, S. U.; MONEGO, E. T.; SOUSA, L. M.; ALMEIDA, G. M. As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 8, p. 2671-2681, 2018.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). **Manual de orientação para a alimentação do lactente, do pré-escolar, do escolar, do adolescente e na escola**. 3a ed. Rio de Janeiro: Departamento de Nutrologia, 2012. 148p.