



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ASUNCIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y LA
COMUNICACIÓN
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

COLABORAÇÃO DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO
JANELAS PARA O MUNDO NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DOS
ESTUDANTES EM PARAUAPEBAS-PA

LEONICE DA SILVA SANTOS

Asunción, Paraguay

2022

LEONICE DA SILVA SANTOS

**COLABORAÇÃO DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO
JANELAS PARA O MUNDO NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DOS
ESTUDANTES EM PARAUAPEBAS-PA**

Tese apresentada, defendida e aprovada para curso de Pós-Graduação em Educação da Faculdade de Ciências da Educação e da Comunicação da Universidade Autônoma de Assunção como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Educação.

Orientadora: Dr^a Olga Aydee Gonzales Giubi

Asunción, Paraguay

2022

Leonice da Silva Santos, 2022.

**COLABORAÇÃO DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO JANELA PARA O MUNDO
NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DOS ESTUDANTES EM PARAUAPEBAS-PA**

Tese de Mestrado em Ciências da Educação. p.95.

Tutor: Prof. Dr^a Olga Aydee Gonzales Giubi

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y LA COMUNICACIÓN
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN. 2002.

LEONICE DA SILVA SANTOS

**COLABORAÇÃO DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO
JANELAS PARA O MUNDO NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DOS
ESTUDANTES EM PARAUAPEBAS-PA**

Esta tese foi avaliada e aprovada para obtenção do título de Mestre em Educação, pela
Universidade Autónoma de Asunción- UAA

Meu eterno agradecimento ao Deus único e Verdadeiro Deus.

AGRADECIMENTO

Agradeço imensamente a contribuição para o desenvolvimento desta tese a: Deus, pela minha existência e por ter projetado a trajetória da minha vida.

À minha família, por tudo que fazem por mim.

Aos professores, que souberam ensinar com sabedoria.

Aos colegas do Curso de Mestrado em Educação, pela ajuda mútua durante a realização do curso.

À minha orientadora, Doutora Olga Aydee Gonzales Giubi, por sua sábia orientação.

Às autoridades da Universidade Autónoma, pela atenção dispensada aos estudantes estrangeiros, de modo particular para com os brasileiros.

A todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho.

Uma escola que não respeita a diversidade de seus funcionários, jamais respeitará a
diferença de suas crianças.

(Leme, 2015, p. 23)

SUMÁRIO

Lista de figuras	ix
Resumem	x
Abstract.....	xi
Resumo	xii
INTRODUÇÃO A INVESTIGAÇÃO	1
1 A RELEVÂNCIA PRIMORDIAL DA EDUCAÇÃO	11
1.1 O aprendizado como modelador do comportamento	13
1.2. ADOLESCÊNCIA.....	15
1.3. OBESIDADE.....	16
1.3.1. Hábitos alimentares	18
1.4. A SITUAÇÃO ALIMENTAR NO BRASIL.....	24
1.4.1. Alimentação no espaço escolar.....	25
1.5. PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.....	29
1.6. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL	36
1.6.1. Alimentação sustentável	38
2. MARCO METODOLÓGICO	43
2.1. Justificativa da Investigação	44
2.2. Problema da Investigação	46
2.3. Objetivos da Pesquisa	47
2.3.1. Objetivo Geral.....	47
2.3.2. Objetivos Específicos.....	47
2.4. Desenho da pesquisa	48
2.5. Contexto da pesquisa.....	50
2.6. Participantes da Pesquisa	56
2.6.1. Processo de Seleção dos Participantes.....	57

2.7. Técnicas e instrumentos da coleta de dados	58
2.7.1. Validação dos instrumentos	60
2.8. Procedimentos para Coleta dos Dados	60
ANÁLISE DOS DADOS	62
CONCLUSÃO.....	73
SUGESTÕES.....	76
REFERÊNCIAS	77
ANEXOS	81

LISTA DE FIGURAS

FIGURA Nº 1: Pirâmide Alimentar	19
FIGURA Nº 2: Aprendizagem x alimentação	20
FIGURA Nº 3: Desenho da pesquisa	50
FIGURA Nº 4: Layout da Escola	52
FIGURA Nº 5: Entrada da Escola	53
FIGURA Nº 6: Corredor da escola.....	53
FIGURA Nº 7: Lanchonete da escola	54
FIGURA Nº 08: Corredor da escola.....	55
FIGURA Nº 09: Sala de aula.....	55
FIGURA Nº 10: Participantes da pesquisa.....	57

RESUMEM

Esta tesis analiza la relevancia de la colaboración de la Escuela Secundaria Estatal Janelas Para o Mundo en la educación nutricional de los estudiantes de Parauapebas-PA. Se estructuró y se basó en la siguiente pregunta problema: ¿Cómo puede el Colegio Estatal Janelas para o Mundo colaborar con la concientización de los estudiantes de secundaria para una alimentación saludable? El trabajo se justifica por la importancia de concientizar que una dieta pobre en nutrientes contribuye a la baja inmunidad del organismo, aumentando la susceptibilidad a las enfermedades, además de perjudicar el desarrollo físico y mental, resultando en una reducción de la productividad intelectual. Considerando que los adolescentes adoptan prácticas alimentarias inadecuadas, lo que se debe al consumo excesivo de productos químicamente procesados, se decidió en la presente investigación analizar cómo se produce la educación alimentaria para los estudiantes de secundaria del turno matutino de la E.E.E.M- Janelas para o Mundo de la Municipio de Parauapebas-PA/Brasil. El objetivo general de la investigación es analizar la colaboración del Colegio Estatal Janelas para o Mundo en la concientización sobre alimentación saludable de los estudiantes del 3° año de secundaria. Para dar respuesta a este propósito, se plantearon los siguientes objetivos específicos: 1. Describir el nivel de conocimiento de los alumnos sobre alimentación saludable. 2. Identificar si las prácticas pedagógicas contribuyen a la concientización sobre alimentación saludable. 3. Discutir el papel de la escuela como un espacio que crea conciencia para una alimentación saludable. 4. Analizar las acciones escolares para mejorar la alimentación de los estudiantes. Participaron de la investigación: docentes del 3° año de la Enseñanza Media y estudiantes del 3° año de la Enseñanza Media. Para la realización de este trabajo se adoptó una investigación descriptiva, con enfoque cualitativo, no experimental. Para la recolección de datos se utilizaron como instrumentos la entrevista en profundidad a los docentes y la observación participante a los estudiantes, dentro de cada objetivo específico correspondiente a las preguntas, con base en el marco teórico. La presente investigación trae como aportes subsidios a problematizaciones que permitan la formulación de nuevos interrogantes, enfoques teórico-metodológicos, así como nuevos diseños de programas que brinden elementos de apoyo al desempeño y accionar de la escuela con el fin de sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de comida sana para toda la vida. Al final de la investigación se puede inferir que se necesita mejorar la colaboración de la escuela, pues según la respuesta ha faltado el problema en relación a este enfoque.

Palabras clave: Alimentación saludable; estudiantes; Colegio; maestros; Colaboración.

ABSTRACT

This thesis analyzes the relevance of the collaboration of the Janelas Para o Mundo State High School in the nutritional education of students in Parauapebas-PA. It was structured and based on the following problem question: How can the Janelas para o Mundo State School collaborate with the awareness of high school students for healthy eating? The work is justified by the importance of raising awareness that a diet poor in nutrients contributes to the body's low immunity, increasing susceptibility to diseases, in addition to impairing physical and mental development, resulting in reduced intellectual productivity. Considering that adolescents adopt inappropriate eating practices, which is due to the excessive consumption of chemically processed products, it was decided in the present investigation to analyze how food education occurs for high school students in the morning shift at E.E.E.M- Janelas para o Mundo in the Municipality of Parauapebas-PA/Brazil. The general objective of the research is to analyze the collaboration of the Janelas para o Mundo State School in the awareness of healthy eating for students of the 3rd year of high school. To respond to this purpose, the following specific objectives were outlined: 1. To describe the students' level of knowledge about healthy eating. 2. Identify if the pedagogical practices contribute to the awareness of healthy eating. 3. Discuss the role of the school as a space that builds awareness for healthy eating. 4. Analyze school actions in order to improve students' nutrition. Participated in the investigation: teachers of the 3rd year of High School and students of the 3rd year of High School. In order to carry out this work, a descriptive research was adopted, with a qualitative, non-experimental approach. For data collection, in-depth interviews for teachers and participant observation for students were used as instruments, within each specific objective corresponding to the questions, based on the theoretical framework. The present investigation brings as contributions subsidies to problematizations that allow the formulation of new questions, theoretical-methodological approaches, as well as new program designs that provide elements to support the performance and actions of the school in order to make students aware of the importance of food. healthy for life. At the end of the research, it can be inferred that the school's collaboration needs to be improved, because according to the answer, the problem has been lacking in relation to this approach.

Keywords: Healthy eating; students; School; teachers; Collaboration.

RESUMO

A presente tese analisa relevância da colaboração da Escola Estadual de Ensino Médio Janelas Para o Mundo na educação nutricional dos estudantes em Parauapebas-PA. Foi estruturada e embasada na seguinte questão problema: De qual forma a Escola Estadual Janelas para o Mundo pode colaborar com a conscientização dos alunos do Ensino Médio para uma alimentação saudável? O trabalho é justificado diante da importância de conscientizar que uma alimentação pobre em nutrientes contribui para a baixa imunidade do organismo elevando à suscetibilidade a doenças, além de prejudicar o desenvolvimento físico e mental, acarretando na redução da produtividade intelectual. Considerando que os adolescentes adotam práticas alimentares inadequadas, o que se dá pelo consumo excessivo de produtos processados quimicamente, optou-se na presente investigação, analisar como ocorre a educação alimentar para os alunos do ensino médio do turno matutino na E.E.E.M-Janelas para o Mundo no Município de Parauapebas-PA/Brasil. O objetivo geral da pesquisa é analisar a colaboração da Escola Estadual Janelas para o Mundo na conscientização de uma alimentação saudável para os alunos do 3º ano do Ensino Médio. Para responder a esse propósito, foram traçados os seguintes objetivos específicos: 1. Descrever o nível de conhecimento dos alunos sobre alimentação saudável. 2. Identificar se as práticas pedagógicas contribuem para a conscientização de uma alimentação saudável. 3. Discutir o papel da escola como espaço construtor da conscientização para uma alimentação saudável. 4. Analisar as ações escolares em função de melhorar a alimentação dos alunos. Participaram da investigação: os professores do 3º ano do Ensino Médio e os alunos também do 3º ano do Ensino Médio. Para a realização deste trabalho adotou-se a pesquisa descritiva, com enfoque qualitativo, não experimental. Para coleta de dados foram utilizados como instrumentos, entrevistas em profundidade para os professores e observação participante para os alunos, dentro de cada objetivo específico correspondente as questões, com base no referencial teórico. A presente investigação traz como contribuições subsídios a problematizações que permitam a formulação de novas perguntas, abordagens teórico-metodológicas, assim como novos desenhos de programas que propiciem elementos para dar suporte a atuação e ações da escola em prol de conscientizar os alunos da importância da alimentação saudável para toda vida. Ao término da pesquisa pode-se inferir que a colaboração da escola precisa ser melhorada, pois de acordo com a resposta a problemática essa vem deixando a desajar com relação a essa abordagem.

Palavras Chave: Alimentação saudável; alunos; Escola; Professores; Colaboração.

INTRODUÇÃO À INVESTIGAÇÃO

A presente dissertação aborda a “*COLABORAÇÃO DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO JANELAS PARA O MUNDO NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DOS ESTUDANTES EM PARAUAPEBAS-PA*”. Visa demonstrar a importância de uma alimentação saudável na escola para contribuir com a aprendizagem.

Registros narram que os hábitos alimentares da humanidade evoluíram lado a lado com a própria espécie, que ao longo do tempo foram se aprimorando e adequando-se as transformações e influências econômicas, sociais, políticas, biológicas, geográficas e culturais de um povo, ou seja, “a escolha dos alimentos é um dos momentos mais fortemente influenciados pelos fatores econômicos e sociais que rodeiam o indivíduo e sua família” (Brasil, 2009, p. 15). Todavia não se pode contestar que do homem das cavernas ao homem contemporâneo, alimentar-se é uma necessidade crucial e indispensável de sobrevivência e de saúde no sentido mais amplo.

Porém, uma alimentação adequada contribui para a promoção e a proteção da saúde em todas as fases da vida e é na adolescência que é percebida maior transformação do corpo e também a necessidade do corpo receber os nutrientes necessário para o desenvolvimento corporal.

A adolescência é uma etapa da vida, que compreende mudanças físicas e psicológicas importantes, se presume um duelo pela perda de criança em adultos, as crises de identidade, além do mais, de tudo o que leva a enfrentar, uma vida responsável, de tomar decisões, de busca de uma vida social, igualar-se ao grupo para uma boa aceitação e participação nesse grupo. Nesse sentido, o adolescente passa por diversas circunstâncias para ser aceito por outros como a exigência de começar a fumar, provar o álcool, ou incluir algumas substâncias ilícitas (Peza, 2013, p. 13).

Assim, “é importante a vigilância dos sujeitos que vivem a adolescência por parte dos pais, professores, amigos, antes que se inicie um estilo de vida de risco para a saúde, é permanecer alertas para conduzi-los até uma adolescência o mais saudável possível” (Peza, 2013, p. 45).

Para Arruda (1994, p. 51) “é preciso insistir no relevante papel da Nutrição no desenvolvimento dos recursos e, conseqüentemente, na preservação desse capital, considerando uma variável-chave da modernização e da competitividade”.

Nesse patamar, surge a escola como um local privilegiado para se poder efetuar uma educação alimentar eficiente, abrangente e com resultados duradouros. Para Jesus (2017, p. 19) “a escola é um espaço ideal para o desenvolvimento de ações voltadas à promoção da alimentação saudável”.

É na escola que os alunos passam boa parte de suas vidas, ao longo de vários anos, assim a escola torna-se uma esfera importante para contribuição dos conhecimentos teóricos e práticos para construção de bons hábitos alimentares nesses jovens. É na escola que muitas crianças realizam suas refeições, fazendo escolhas que revelam suas preferências e hábitos alimentares (Zancul, 2004).

A escola é espaço de promoção da saúde, pelo papel destacado na formação cidadã, estimulando a autonomia, o exercício dos direitos e deveres, o controle das condições de saúde e qualidade de vida, bem como na obtenção de comportamentos e atitudes considerados como saudáveis (Camozzi, 2015, p.03).

A promoção de hábitos alimentares contempla estratégias educacionais que estejam voltadas para a conscientização dos problemas de saúde existentes em decorrência de uma má alimentação. As atividades desenvolvidas na escola através da promoção alimentação saudável (PAS) representam uma possibilidade efetiva da produção para uma boa saúde, autoestima, comportamentos entre outros. Para Camozzi, (2015, p. 25) “tais atividades devem ser implementadas por meio de ações intersetoriais e transversais, com inclusão do tema no projeto pedagógico das escolas”.

Nesse contexto, a alimentação escolar, que nas escolas públicas tem interface com o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), além de proporcionar assistência alimentar suplementar aos escolares, deve promover a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino-aprendizagem.

Os educadores e a escola devem ajudar a criança a reconhecer suas necessidades e identificar suas preferências alimentares, conduzindo-as de forma prazerosa para a conquista da autonomia, estimulando-as em suas iniciativas, para consigam promover a conscientização da prática de uma boa alimentação. O processo educativo, com ajuda da

escola, será fundamental também para que a criança tenha ferramentas para fazer suas próprias escolhas. Este aprendizado alimentar será à base das escolhas futuras, sobretudo na adolescência, quando se inicia o processo de maior independência (Cunha, 2014).

As instituições escolares são reconhecidas como construtoras do conhecimento em diversos campos de estudo, sendo assim que essas práticas sejam delineadas para a conscientização e colaboração de uma alimentação saudável. “Os hábitos alimentares refletem, além de suas preferências alimentares, as características culturais de cada indivíduo, associado ao seu estilo de vida” (Accioly, 2009, p. 12).

Sabe-se que as escolas oferecem alimentos para os alunos, partindo daí o primeiro passo para apresentar um cardápio variado e saudável que contribua com a saúde dos alunos e com a conscientização de que uma boa alimentação contribui com uma boa saúde. No entanto, assim como define Accioly (2009, p. 10):

Outras ofertas de alimentos no ambiente escolar podem ocorrer e sem compromisso com os princípios da alimentação saudável. Cantinas no interior das próprias escolas e o comércio ambulante nos arredores das instituições oferecem, por vezes, alimentos de baixo valor nutricional, geralmente ricos em energia, gorduras, açúcar e sal e pobres em vitaminas e sais minerais.

Considerando a escola como espaço de convivência e de troca de vivências a experiência alimentar na escola pode ser levada ao núcleo familiar e, nesse aspecto, destaca-se o papel da merenda escolar. Uma escola promotora de saúde estimula, através do programa de alimentação escolar, boas práticas de alimentação e estimula na comunidade, a busca por escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis.

Justificativa da Investigação

Considerando que os adolescentes adotam práticas alimentares inadequadas, o que se dá pelo consumo excessivo de produtos processados quimicamente, optou-se na presente investigação, analisar como ocorre a educação alimentar para os alunos do ensino médio do turno matutino na E.E.E.M- Janelas para o Mundo no Município de Parauapebas-PA/Brasil.

Pesquisas apontam que o meio também exerce influência nos hábitos alimentares dos adolescentes e que uma alimentação inadequada interfere na qualidade da aprendizagem,

além disso poucas iniciativas visando implantar ou avaliar esse propósito são desenvolvidas, observando-se um hiato entre as disposições legais e as vivências observadas.

Na literatura estudada sobre o tema em questão verifica-se, de maneira geral que os discentes têm adotado uma rotina alimentar que contribui para o avanço de doenças do seu organismo, por optarem por uma dieta pobre em produtos naturais, como por exemplo, frutas e hortaliças.

Neste sentido observa-se que uma alimentação pobre em nutrientes contribui para a baixa imunidade do organismo elevando à suscetibilidade a doenças, além de prejudicar o desenvolvimento físico e mental, acarretando na redução da produtividade intelectual. Já dizia Hipócrates, (460 a.C) “que seu remédio seja seu alimento, e que seu alimento seja seu remédio”. Portanto, uma boa saúde está relacionada a uma boa alimentação.

Assim, recorre-se à educação como um forte aliado para a promoção de conhecimentos e habilidades pertinentes à orientação dos hábitos alimentares dos escolares do ensino médio no turno da manhã da E.E.E.M - Janelas para o Mundo.

Problemática da pesquisa

A sociedade contemporânea vive uma disfunção nutricional significativa em virtude do avanço das novas tecnologias, a mídia detém forte influência nos hábitos alimentares da população mundial, fazendo com que a população seja influenciada a se alimentar incorretamente. Essa influência, na maioria das vezes, está direcionada ao consumo de produtos industrializados que não fazem nada bem a saúde, sendo os jovens os mais atingidos por estarem especialmente ligados as novas tecnologias. Assim surge o meio educacional como uma esfera capaz de conscientizar os jovens e colaborar a implementação de uma prática alimentar saudável.

A ingestão de produtos industrializados colabora para o desenvolvimento de uma série de doenças, piorando a qualidade de vida do indivíduo. Segundo o Ministério da Saúde, jovens que apresentam quadro de obesidade aos 19 anos, por exemplo, têm 89% de chance de serem obesos aos 35 anos – daí a importância, segundo o governo federal, de se investir em uma alimentação saudável e adequada ainda na infância e na adolescência.

Em meio ao problema observado com relação a essa temática surge alguns questionamentos que são: Quais os benefícios e a importância de manter uma alimentação saudável na escola? Quais as consequências de uma má alimentação? Quais são os hábitos alimentares dos estudantes na escola e quais podem ser considerados saudáveis? Como os funcionários que trabalham na escola podem ajudar os estudantes a adquirir hábitos saudáveis? Qual o papel da escola na construção de bons hábitos alimentares? Como os professores podem ajudar na construção de boas práticas alimentares? Quais as ações podem desenvolver nos alunos a conscientização de uma alimentação saudável?

Mediante esses questionamentos, surge uma pergunta que norteará toda essa investigação que visa saber: **De qual forma a Escola Estadual Janelas para o Mundo pode colaborar com a conscientização dos alunos do Ensino Médio para uma alimentação saudável?**

Para responder à essa problemática, com o intuito final de fazer propostas ou recomendações acerca do fenômeno estudado, estabeleceram-se os objetivos desta pesquisa que, de acordo com Campoy (2018) funcionam como guias que orientam e definem os rumos da pesquisa. O objetivo geral e os específicos desta pesquisa propõem uma busca de respostas para a problemática abordada, que poderão contribuir para a área de investigação no sentido de se aprofundar a realidade dentro do contexto pesquisado. O presente estudo possui como objetivo geral: Analisar a colaboração da Escola Estadual Janelas para o Mundo na conscientização de uma alimentação saudável para os alunos do 3º ano do Ensino Médio. E possui como objetivos específicos: 1. Descrever o nível de conhecimento dos alunos sobre alimentação saudável. 2. Identificar se as práticas pedagógicas contribuem para a conscientização de uma alimentação saudável. 3. Discutir o papel da escola como espaço construtor da conscientização para uma alimentação saudável. 4. Analisar as ações escolares em função de melhorar a alimentação dos alunos.

Desenho geral da Investigação

O conhecimento científico nada mais é do que um conhecimento diferente dos demais porque possui características de verificabilidade. E para se chegar a esse conhecimento é necessário um método que permita ao investigador chegar a esse determinado conhecimento científico. Gil (2008, p. 02) define o que seria método “como o

caminho para se chegar a determinado fim. E método científico como o conjunto de procedimentos intelectuais e técnicos adotados para se atingir o conhecimento”.

Portanto, o método escolhido deve estar coerente com o problema da pesquisa para assim responder satisfatoriamente as exigências da investigação.

Marconi e Lakatos (2003, p. 83) seguem a mesma linha e define método científico como: “O conjunto das atividades sistemáticas e racionais que, com maior segurança e economia, permite alcançar o objetivo – conhecimentos válidos e verdadeiros -, traçando o caminho a ser seguido, detectando erros e auxiliando as decisões do cientista”.

Diante da abordagem teórica desses autores, definir o método de pesquisa é justamente encontrar um meio de responder o problema central da pesquisa, assim, o método utilizado necessita ser condizente com o que se pretende investigar.

Dito isso, de acordo com Campoy (2018, p. 41), em sentido geral, método significa “um caminho, um procedimento, caminho a seguir para alcançar um fim proposto de antemão”. Assim um método científico é um processo organizado, lógico e sistemático de pesquisa.

A pesquisa foi realizada na Escola Estadual de Ensino Médio Janelas para o Mundo, sediada na cidade de Parauapebas-PA/Brasil. A escola oferta curso de nível médio nos turnos matutino, vespertino e noturno. É classificada quanto ao tipo, como uma investigação descritiva, pois busca analisar, observar, registrar e descrever a colaboração da escola para uma conscientização de uma alimentação saudável e seus benefícios a saúde. Esses fenômenos não serão manipulados, pois não haverá interferência da pesquisadora que apenas procurará descobrir, com a precisão possível, a frequência com que um fenômeno ocorre, sua relação e conexão com outros, sua natureza e características.

Segundo Gil (2008, p.56), as pesquisas descritivas “têm como finalidade principal a descrição das características de determinada população ou fenômeno, ou o estabelecimento de relações entre variáveis”. Assim, esta investigação utilizará técnicas padronizadas (Entrevistas e Observação) de coleta de dados, descrevendo o fenômeno ou a situação da teoria e da prática com relação a uma conscientização de alimentação saudável, permitindo examinar com exatidão as concepções da docência, direção e alunos.

Portanto, a pesquisa de cunho descritivo na visão Triviños (2015, p.110), serve para “obter informações, confrontando com as já existentes, de maneira a compreender seus

detalhes e aspectos particulares”; apontando assim, subsídios para criar e elaborar algumas generalizações, o que nos servirá muito bem.

Por sua vez, o modelo adotado será o de uma pesquisa de transversal descritiva porque as mediações são feitas num período breve e fixo, ou seja, analisando cada variável apenas uma vez, pois segundo Sampieri, Collado e Lúcio (2006, p.228) “os modelos transversais descritivos têm como objetivo indagar a incidência e os valores em que se manifestam uma ou mais variáveis, ou situar, categorizar, e proporcionar uma visão de uma comunidade, um evento, um contexto, um fenômeno ou uma situação”.

Ao considerar os objetivos da pesquisa, adotou o enfoque qualitativo, baseado na necessidade de privilegiar aspectos qualitativos e descritivos do fenômeno percebido, de maneira a construção de uma efetiva conscientização de uma alimentação saudável. A pesquisa busca compreender, a partir das peculiaridades, as várias dimensões e determinações envolvidas no fenômeno pesquisado.

Nesse contexto, essa pesquisa preconizará o enfoque qualitativo, onde Lüdke e André (2014, p.105) fazem uma analogia quanto a esse processo, quando dizem que “o desenvolvimento de um estudo assemelha-se a um funil, pois no início, há focos de interesses mais específicos e diretos”. Assim, a preocupação com o procedimento deverá ser maior que o produto final, pois a investigação nessa pesquisa ocorrerá nas interações realizadas, a partir da análise da entrevista e observação e observação participante.

Nesta perspectiva, a metodologia qualitativa representa o caminho ideal para compreensão e valorização do papel reflexivo da escola para a construção de uma conscientização que a alimentação saudável traz benefícios a saúde.

A pesquisa será realizada com os professores do Ensino Médio, direção escolar e alunos do 3º ano do Ensino Médio da Escola Janelas para o Mundo. Atualmente, a escola funciona em três períodos (matutino, vespertino e noturno), disponibilizando apenas o Ensino Médio. Por sua vez, para delimitar os participantes, será escolhido de forma intencional não probabilística os professores e alunos do 3º ano do ensino Médio do turno da manhã e diretor.

A seleção dos participantes acontecerá de forma intencional não probabilística atendendo alguns critérios de seleção estabelecidos pela relevância da temática pesquisada. O critério de seleção dos participantes, professores e alunos do 3º ano do ensino Médio e

diretor, promoverá melhor conhecimento sobre as práticas de alimentação saudável na escola pelo fato de estarem frequentando a escola a mais tempo de que os demais alunos.

No entanto, os participantes poderão ser delineados da seguinte forma:

a) Professores do 3º ano do Ensino Médio do turno da manhã – as abordagens dos professores para essa pesquisa estão relacionadas por serem esferas importantes para estudo dessa temática, pois a conscientização dos alunos estão ligada diretamente a metodologia e estratégias empregadas diariamente em sua prática pedagógica.

b) Direção Escolar - se faz importante no momento em que esse grupo técnico traça estratégias juntamente com os professores para aprimoramento das práticas colaborativas em função da conscientização de boas práticas alimentares.

c) Alunos – a participação dos alunos para essa pesquisa é muito importante no sentido de observar como os alunos reagem a adequação de novas práticas alimentares. Dessa forma, para que a pesquisa atenda prontamente a todos os objetivos propostos necessitamos recorrer a técnicas que nos permitam analisar o papel da Escola Janelas para o Mundo na colaboração da conscientização e adequação de boas práticas alimentares. Por sua vez, as técnicas necessitam estar coerentes e correspondentes ao método de estudo.

Entretanto, quanto ao procedimento de coleta dos dados a pesquisa por ser considerada como descritiva, qualitativa e corte transversal seguirá a seguinte linha para recolhimento dos dados: Entrevistas aberta e Observação Participante.

1 - Entrevistas aberta – para Campoy (2018, p. 346) “faz referência uma técnica qualitativa de recolhimento de informações, que se caracteriza por não ser diretiva, nem estruturada, nem estandardizada e sim aberta”. As entrevistas serão aplicadas aos professores, ao diretor.

2 – Observação Participante - Segundo Campoy (2018, p. 330) “a observação participante estabelece uma comunicação intencionada entre o observador e o fenômeno observado de forma planejada”. A observação será realizada com os alunos das turmas da manhã do 3º ano do Ensino Médio.

Validação dos instrumentos: o intuito dessa pesquisa é apresentar dados confiáveis e válidos, com isso, os instrumentos de pesquisa após elaborados serão enviados a 3 professores doutores, especialistas na área dessa temática, e solicitados a esses especialistas que analise a clareza e coerência quanto aos objetivos e problema em estudo no intuito de

que esses instrumentos se tornem relevantes para os resultados da investigação. Campoy (2018, p. 199), que diz que: “avaliar as propriedades psicométricas de um instrumento resulta basicamente determinar a qualidade de sua medição. Existem duas características métricas essenciais para valorizar a precisão de um instrumento são: a validade e a confiabilidade”. Assim obteremos credibilidade e confiança em realizar as alterações devidas.

Procedimentos para coleta dos dados: é importante que seja delineado um trajeto para execução dessa pesquisa. Estabelecer critérios permitirá a nós investigadores realizar as tarefas no tempo bem cronometrado e assim otimizar as tarefas a serem realizadas. Segundo Minayo (2001, p. 55) “trata-se de estabelecer uma situação de troca. Os grupos devem ser esclarecidos sobre aquilo que pretendemos investigar e as possíveis repercussões favoráveis advindas do processo investigativo”.

A pesquisa terá início na abordagem do levantamento teórico bibliográfico, será feito o estudo de autores renomados na temática e assim estabelecermos ideias teóricas que poderão ser relacionadas a prática para estudos futuros. Para essa parte da pesquisa utilizaremos os meses de julho a setembro.

Para a segunda parte da pesquisa em que abordaremos a segunda parte, ou seja, a parte metodológica, teremos como meses para esse trabalho, os meses de outubro e novembro.

Para a análise dos dados os meses de fevereiro a março serão suficientes para conclusão do trabalho.

Técnicas de análise e interpretação dos dados: Após recolhimento dos dados o próximo passo é partir para análise de modo a apresentar resultados que sejam relevantes para essa pesquisa e para estudos futuros, visto que, todos os questionamentos propostos devam ser respondidos coerentemente. Segundo Gil (2008, p. 156):

A análise tem como objetivo organizar e resumir os dados de forma tal que possibilitem o fornecimento de respostas ao problema proposto para investigação. Já a interpretação tem como objetivo a procura do sentido mais amplo das respostas, o que é feito mediante sua ligação a outros conhecimentos anteriores obtidos.

Assim seguindo orientações de Gil, a análise dessa pesquisa permitirá a nós investigadores responder aos objetivos e problema central da investigação já que será possível interpretar os dados obtidos e assim propor sugestões que se tornem importante para

estudos futuros que abordem a alimentação saudável como uma prática para uma melhora de vida em todos os sentidos.

1. A RELEVÂNCIA PRIMORDIAL DA EDUCAÇÃO

A educação é um dos fatores que constituem a base a partir da qual se constrói um país desenvolvido. É o instrumento que tem um papel fundamental a cumprir na alteração do modelo social, uma vez que a difusão do novo paradigma produtivo requer boa educação em todos os níveis, ou seja, educar para a cidadania, oferecendo uma boa formação acadêmica, que seja abrangente, multidisciplinar e generalista.

Deve haver preocupação com o ensino de qualidade, considerando-se que ensino e educação são conceitos distintos. No ensino há uma série de atividades didáticas para auxiliar os educandos a aprenderem áreas específicas do saber. A educação, além de ensinar, ajuda a integrar ensino e vida, conhecimento e ética, reflexão e ação, a ter uma visão da totalidade. Em geral, não se tem educação de qualidade, têm-se cursos, faculdades, universidades com áreas de relativa excelência (Moran, 2007).

A sociedade necessita de profissionais com bons conhecimentos, capacidade de adaptar-se a situações diversas, saber tomar decisões, ser criativo, ter habilidade de encontrar soluções práticas e decisivas.

O entendimento de qualidade difere de forma limitada ou ampliada, de acordo com as concepções de escola, mundo e sociedade de quem analisa. Ouso dizer, que qualidade em educação é algo a ser buscado com persistência perene e é muito mais complexo do que os indicadores eleitos pelo IDEB. Para ir ao encontro do que afirmo foi necessário realizar uma pesquisa exploratória, com sujeitos de diferentes segmentos que compõem a comunidade escolar (Calliari, 2018, p. 12).

Nas sociedades tradicionais, as organizações produtivas, educacionais, sociais e políticas sofreram mudanças muito lentamente, porém o rápido desenvolvimento científico e tecnológico atual e sua crescente presença nos processos produtivos e sociais tornam o conhecimento rapidamente superado, exigindo atualização constante. Os educadores estão nas salas de aula, porém sem o devido conhecimento de sua importância no desenvolvimento do educando que está a sua frente, ávido por adquirir conhecimentos, para poder transformar-se num profissional de sucesso.

Já nos primórdios da cultura grega, o educador encontrava-se em uma posição de importância vital para o amadurecimento da sociedade e a difusão da cultura. As escolas de

Sócrates, Platão e Aristóteles demonstraram a habilidade dos pensadores para discutir os elementos mais fundamentais da natureza humana. Não perdiam tempo com conteúdos engessados. Discutiam o que era essencial. Sabiam o que era essencial porque viviam da reflexão, e a aula era o resultado de um profundo processo de preparação (Chalita, 2001).

O ensino deve ser visto sob a ótica da troca de informações e da construção de conhecimentos. Deve-se capacitar esses profissionais para que percebam as grandes oportunidades que têm apenas “olhando para os lados”, respeitando a individualidade de cada um e promovendo a percepção da realidade.

O que se questiona é a possibilidade de ensinar alguém a ser empreendedor, ou seja, ensinar no sentido de encorajar e estimular o desenvolvimento de habilidades através da alteração da postura docente, da apresentação de novas formas de trabalhar conteúdos, proporcionar ambientes favoráveis para pensar e criar o futuro e, ao mesmo tempo, comprometer-se com a solução de problemas presentes.

Dessa maneira, é possível formar pessoas que serão verdadeiros visionários, focados no gerenciamento, execução de processos e observação tecnológica, com postura pró-ativa, ousados e com velocidade de implementação (Agostini, 2000).

Percebe-se, hoje, uma revolução propiciada pelas novas tecnologias de registro e difusão de dados. A criação de redes internacionais de comunicação implica mudanças significativas nas práticas sociais de apropriação e produção do conhecimento. Acrescida à situação, a velocidade do desenvolvimento tecnológico faz a economia e práticas sociais caminharem rapidamente, demandando uma educação permanente, contínua e a formação de indivíduos mais versáteis e adaptáveis às mudanças.

No mundo atual, cada vez mais interligado, competitivo e globalizado, são claramente perceptíveis as necessidades de compartilhamento do conhecimento, dos saberes. Assim, percebe-se a crise no modelo de ensino em que a maioria dos profissionais de hoje foram formados e há necessidade de novos modelos para preparar o indivíduo para o que a sociedade atual necessita (Chalita, 2001).

Trata-se, portanto, de efetuar mudanças no modelo de pensamento e atitudes de toda a comunidade envolvida. Para que isto ocorra, é necessário que haja um processo de aprendizagem, que, via de regra, leva tempo, mas que realmente é possível.

Ante as dificuldades de transformar atitudes pedagógicas enraizadas dentro de um ambiente tradicional, torna-se conveniente, talvez até necessária, a transformação de

ambientes de ensino. Os recursos tecnológicos disponíveis poderiam facilitar a adoção de uma nova postura, mais de acordo com a formação de indivíduos capazes de criar valores, de buscar e processar informações, de argumentar seus pontos de vista alternativos e, desse modo, prontos para enfrentar o mercado.

Essa é uma maneira de se utilizar um novo modelo de ensino, centrado no educando, na interação e colaboração dos participantes, o que envolve pontos relacionados com o controle do processo educativo, com a definição do espaço escolar e com as concepções de aprendizagem. Ou seja, a questão primordial no processo educativo é a interação humana entre educandos e educadores, havendo o estabelecimento de relações de parceria na aprendizagem e quebra nas estruturas que induzem ao autoritarismo ou à submissão.

1.1. O aprendizado como modelador do comportamento

Aprender não é memorizar, armazenar informações e sim reestruturar seu sistema de compreensão do mundo (Perrenoud, 2000). A aprendizagem procura fazer com que as pessoas deixem de lado velhos hábitos que hoje já não são úteis para o crescimento pessoal. Aprender a aprender, bem como aprender a transformar velhos paradigmas em conceitos mais fortes e mais competitivos.

O aprendizado precisa ter um modelo simples que consiga fazer a combinação entre o que precisa ser aprendido (desafio da mudança) e quem precisa aprender (desafio do aprendizado). Deve-se estimular o aprendizado, seja pela curiosidade, pela circunstância ou pela experiência diária. É importante considerar a aprendizagem dinâmica que é simples: aprender mais sobre o trabalho na prática.

Aprender é tarefa complexa e requer intencionalidade, prontidão, além de um contexto sócio-afetivo propenso a essa empreitada. A aprendizagem dá-se em uma situação de vínculo tanto entre o aprendiz e seu ensinante como entre o aprendiz e o conhecimento.

Portanto, ela é um processo de inúmeros e contínuos episódios de ordem objetiva e subjetiva, estruturados e não estruturados, em uma dinâmica de construções e reconstruções do conhecimento, cujos aprendizes e ensinantes são os protagonistas das aprendizagens. Essa protagonização é o cenário que dá continente a um sujeito que deseja aprender e ensinar, que

desempenha um papel ativo na construção de suas aprendizagens, que se conhece, que sabe pensar e que traça seus próprios caminhos (Parolin, 2007).

O processo de aprendizagem envolve tanto os aspectos relativos ao estágio cognitivo que um educando consegue operar quanto às condições de enfrentar os problemas relacionados com a aprendizagem, baseado nos mecanismos de emissão e recepção do sistema nervoso central.

Como esse sistema se comporta diferentemente de pessoa para pessoa, para melhor aprender é interessante que cada indivíduo conheça melhor seu sistema de recepção. O educador ensinará melhor se conseguir identificar os sistemas de recepção preferidos de seus educandos, da mesma maneira que compreende e administra melhor seu sistema de transmissão.

Segundo Miranda (1997, p. 112): “[...] o aprendizado é muito mais uma questão de recepção do que de transmissão. Por isso, basicamente, aprender não depende de como lhe transmitem as informações, mas, sim, de como você as recebe”.

Grande parte dos professores já reconhece a importância de se conhecer os sistemas de recepção de seus educandos; outros, porém, permanecem na antiga receita didática válida para todo um povo, mas que se demonstram um fiasco para certa parcela dos aprendizes. Além disso, acresce-se que aprender fazendo reforça o domínio de qualquer disciplina (Miranda, 1997).

O atual modelo de ensino predominante no Brasil não valoriza os instrumentos de acesso ao conhecimento e nem facilita a comunicação; fragmenta o conhecimento, estimulando a memorização, resultando em massificação do educando e transformando o educador em mero repassador de informações (Friedlaender; Lapolli, 2001).

Diante dessa realidade, depara-se um momento propício para desenvolver ações que transformem esse contexto. Devem-se vivenciar processos participativos de compartilhamento no ensinar e aprender através da comunicação mais ampla e confiante, de motivação constante, de integração de todas as possibilidades da aula, como a pesquisa participativa, com dramatizações ou vivências. Essas ações devem estar focadas na interatividade entre os participantes do processo.

As sociedades tradicionais sofreram mudanças muito lentamente, porém, o rápido desenvolvimento científico e tecnológico dos dias de hoje e sua crescente presença nos

processos produtivos e sociais tornam o conhecimento rapidamente superado, exigindo constante atualização.

A História mostra que as idéias dominantes em cada época sobre educação raramente coincidem com a educação efetivamente praticada no sistema escolar; isso porque as condições reais são muito diferentes das idealizadas. A concretização de uma proposta depende não apenas de seu ideal, mas também da história anterior e dos meios empregados para efetivá-la. As novas propostas – oficiais ou não – são o começo de um processo de transformação no qual se pretende reverter a atual situação, em que se aprende mais fora da escola do que dentro dela.

A burocracia retarda a implantação de novas metodologias que visam à atualização do ensino em todos os níveis. Esse, talvez, seja o grande empecilho a que inovações cheguem às salas de aula em tempo hábil, fazendo com que a realidade nem sempre esteja presente no dia-a-dia do professor e educando.

1.2. ADOLESCÊNCIA

A Organização Mundial de Saúde considera a adolescência como o período compreendido entre 10 e 19 anos de idade. Sob a ótica de Rodrigues (2014), é marcado por um desenvolvimento físico e psicossocial acentuado em que as necessidades nutricionais encontram-se aumentadas, bem como os adolescentes são expostos a condições que podem influenciar o comportamento e os hábitos alimentares.

Corroborando de ideia semelhante, Rodrigues (2014) defende que a adolescência consiste em um período propício para que nos hábitos alimentares sejam introduzidos em virtude da curiosidade e interesse por ideias novas, deixando os adolescentes passíveis a adoção de novas práticas alimentares.

As transformações sociais ocorridas na contemporaneidade têm cooperado para que a educação tome espaços antes ocupados somente por outros profissionais. As demandas são crescentes, e em muitos casos, urgentes. A sociedade adentra o século XXI enfrentando a acelerada mudança paradigmática nas diferentes instituições sociais, em todos os níveis e contextos, levando a ponderar sobre a necessidade de buscar uma educação planetária, mundial e globalizante, mais humanizada (Behrens, 2011, p. 28).

Permitir e assegurar ao adolescente o direito a educação de qualidade, possibilitando que o ritmo e continuidade do aprendizado ocorram sem interrupções, bem como nutrir e potencializar a capacidade cognitiva, emocional e social, mediante as atividades pedagógicas desenvolvidas por profissionais comprometidos com a educação e a cidadania é um dos objetivos propostos.

O papel da educação tem se tornado cada vez mais importante em virtude da multiplicidade das demandas sociais emergentes, motivo pelo qual esta, uma vez que funciona como mediadora das transformações sociais, deva contribuir com mais rapidez e eficiência no sentido de uma sociedade mais justa, humana e consciente.

1.3. OBESIDADE

A obesidade, segundo Condão et al (2009), pode colaborar para que surjam diversas co-morbidade em virtude do exagero de peso corporal, do padrão alimentar impróprio. Entre os fatores que envolvem a obesidade, estão os sociais e culturais, estabelecendo um modelo de beleza magro que contradiz com suas necessidades nutricionais.

Tanto o excesso de peso quanto a insatisfação com o corpo tendem a motivar à realização de restrições alimentares e também são fatores nutricionais que influenciam no comportamento alimentar do indivíduo. A renda demarca as escolhas alimentares, uma vez que sua falta limita o acesso a aquisição variada em termos de nutrientes, que pode ser considerado um fator de risco para a obesidade (Contão et al, 2009, p. 20).

Nesse sentido, Prado et al (2012) ressaltam que o excesso de peso encontra-se nitidamente relacionado a mudanças do estilo de vida como modernização, sedentarismo, êxodo rural, urbanização, industrialização e estresse. Sendo também considerada como síndrome na qual múltiplos fatores etiológicos, inclusive genéticos, podem atuar de forma isolada ou conjuntamente.

Amaral (2013) coloca que a globalização exige que a vida pessoa seja adequada às condições dispostas pelo indivíduo, como situação financeira, flexibilidade de horários, periodicidade das compras de necessidade básica, bem como a diversidade de produtos ofertados, novas técnicas de conservação, entre outros.

Conforme Araújo et al (2013), os meios de comunicação em massa desempenham um papel de influenciar na maneira como os indivíduos vêem seu corpo, divulgando estratégias para perda de peso com utilização de modelos magros, incentivando a insatisfação com a imagem corporal e comportamento alimentar restritivo.

Sob a ótica de Farias et al (2014) a obesidade prevalece tanto nos países desenvolvidos como nos em desenvolvimento. Indivíduos com sobrepeso ou obesidade precisam aderir aos tratamentos convencionais, sendo necessárias força de vontade e motivação para alcançar um bom resultado.

O hábito alimentar de um indivíduo é de natureza bastante complexa e o seu estabelecimento implica numerosos fatores; porém, de um modo geral, o tipo de alimentação baseia-se na disponibilidade de alimentos, nos recursos econômicos e na capacidade de escolha das pessoas (Zancul, 2008, p. 12).

O sobrepeso e obesidade são resultado da ação de fatores ambientais, como os hábitos alimentares, atividade física e condição psicológica, sobre indivíduos geneticamente predisposto a apresentar excesso de tecido adiposo. Duquia (2008) comenta que o sobrepeso e a obesidade consistem, atualmente, em um importante problema de Saúde Pública.

Compartilhando de ideia semelhante, Contão et al (2009) ressalta que o sobrepeso e o excesso de gordura eram vistos como garantia de bem-estar, saúde e prosperidade, pois nos períodos de intenso trabalho e ausência de alimentos, a garantia da ingestão energética apropriada para o sustento das necessidades básicas foi imprescindível para que a humanidade se desenvolvesse. Entretanto, nos dias atuais, o maior acesso a alimentos por parte da população e a prática de um estilo de vida menos ativos, têm colaborado para o aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade a nível mundial.

De acordo com Araújo et al (2013) o sobrepeso representa um problema de saúde pública que atinge países desenvolvidos e em desenvolvimento. Como fatores predisponentes do desenvolvimento de sobrepeso podem ser citados: inatividade física, tabagismo, hábitos alimentares inadequados, etilismo, entre outros.

1.3.1. Hábitos Alimentares

A carência de nutrientes essenciais para o desenvolvimento humano, traz grandes consequências como a desnutrição infantil, que vem ser decorrente da má alimentação. A baixa ingestão de nutrientes na alimentação, o desmame precoce, faz com que o sistema imunológico decaia e esteja vulnerável às infecções.

Inferem Cervato-Mancuso et al (2018) que a sociedade vai adquirindo normas e hábitos alimentares ao longo dos anos, incorporando um processo de experimentação social de maneira a propiciar um desenvolvimento de saber nutricional. Logo, a alteração dos hábitos alimentares de determinada população constituem um grande desafio para as políticas públicas e para educação em nutrição.

A desnutrição não é só um fator decorrente da falta de alimentos saudáveis, também está relacionada a doenças oportunistas, como a diarreia, que muitas vezes leva a morte, por outro lado, ela se agrava devido esse organismo estar carente em nutrientes essenciais para o bom funcionamento do corpo.

Para Santos (2011, p. 01):

Desnutrição é o resultado final da somatória de fatores negativos de uma sociedade da qual destacamos: falta de interesse governamental para a área social e educação: falta de interesse e muitas vezes total alienação da elite da sociedade para os problemas resultantes das condições subumanas de importante parcela da nossa população.

Para Santana et al (2013), torna-se imprescindível que uma dieta contemple todos os nutrientes necessários à manutenção da saúde física e mental. Nesse contexto, a manutenção do peso corpóreo estável pressupõe uma ingestão energética equilibrada de todos os componentes. A Figura 1 traz a pirâmide dos alimentos, composta por carboidratos, lipídios, proteínas.

FIGURA Nº 01 – Pirâmide Alimentar



Fonte: Freitas, (2014)

Os carboidratos, de acordo com Santana et al (2013), desempenham funções metabólicas importantes, considerados como fonte primária de energia em virtude de fornecerem combustível para o cérebro, medula, nervos periféricos e células vermelhas do sangue. Assim sendo, a ingestão alimentar insuficiente deste pode acarretar prejuízos ao sistema nervoso central, bem como a produção concomitante de corpos cetônicos.

Já os lipídios consistem em nutrientes que também desempenham funções energéticas, estruturais e hormonais no organismo. No entanto, Santana et al (2013) expõem que dietas ricas em gorduras contribuem para o surgimento de doenças crônicas como o obesidade, diabetes, colesterol e doenças cardiovasculares.

As proteínas são nutrientes indispensáveis à formação e manutenção dos tecidos e também para o metabolismo. Importante evidenciar que o excesso de proteína pode

causar sobrecarga renal e hepática, desidratação e perda de tecido magro (Santana et al, 2013).

Nesse sentido, Farias et al (2014) ressaltam que uma boa dieta deve oferecer todos os nutrientes necessários para que se mantenha uma saúde física e mental a partir da utilização de alimentos formados essencialmente por macronutrientes (carboidratos, proteínas e lipídios), fibras alimentares, micronutrientes (vitaminas e sais minerais) e outros compostos bioativos. Uma dieta equilibrada precisa de harmonia entre macronutrientes, micronutrientes e fibras alimentares para que garanta um estado nutricional adequado.

FIGURA N° 02 – Aprendizagem x alimentação



Fonte: Freitas, (2014)

Na visão de Tavares et al (2014), hábitos alimentares inadequados constituem fator de risco para desenvolver doenças crônicas não transmissíveis. Tal fato vem sendo observado em países diversos, inclusive no Brasil, onde os adolescentes têm consumido de forma exagerado produtos ultraprocessados, ricos em gorduras, açúcares e sódio, bem como baixo consumo de frutas e hortaliças.

Cardoso et al (2015) inferem que a escolha alimentar pode ser influenciada fatores diversos: fisiológicos, psicológicos, sociais, econômicos e culturais. Assim sendo, as escolhas alimentares podem influenciar de maneira significativa o estado de saúde ao longo dos anos. Os autores acrescentam que o papel da educação é importante na aquisição de preferências alimentares em adolescentes.

Com o crescimento, e sobretudo na adolescência, em que as interações sociais não parentais se intensificam, a construção de escolha torna-se mais complexa e dependente da interação com/entre múltiplos elementos psicossociais, culturais e econômicos. A globalização e o contexto social em que o adolescente se integra afetam as escolhas alimentares de modo ainda mais pronunciado do que no período da infância (Cardoso et al, 2015, p. 130).

Frente ao exposto, importante evidenciar que o consumo alimentar na adolescência tem sido caracterizado por baixa ingestão de frutas, verduras, legumes e produtos lácteos, fontes de vitaminas, minerais e fibras e consumo acentuado de alimentos processados, bebidas com adição de açúcar, ricos em gorduras saturadas, açúcar de adição e sódio.

Hábitos alimentares de adolescentes brasileiros, têm sido caracterizados como de risco para o desenvolvimento de enfermidades crônicas por apresentarem elevado consumo de alimentos marcadores de alimentação não saudável, tais como alimentos processados, bebidas com adição de açúcar, ricos em gorduras saturadas, açúcar de adição e sódio e baixo consumo de alimentos marcadores de alimentação saudável, como frutas, verduras, feijão e produtos lácteos (Rodrigues, 2014, p. 14-15).

O Inquérito Nacional de Alimentação desenvolvido pelo IBGE apontou que os adolescentes são os maiores consumidores de refrigerantes, biscoitos, e sanduíche, conseqüentemente com um baixo consumo de produtos saudáveis como feijão, salada, verduras.

Desde a infância, a pessoa necessita de diversos nutrientes para desenvolver-se de forma saudável, como proteínas, cálcio, ferro, zinco, vitaminas e outros. Estes

nutrientes são encontrados em diferentes alimentos, por isso a necessidade de se variar o máximo na alimentação diária, pois mediante essa variação em quantidades adequadas, pode-se chegar a uma dieta que proporcione nutrientes necessários ao bom funcionamento do organismo.

Sob a ótica de Souto e Ferro-Bucher (2006, p.701):

O padrão de beleza vigente, que apresenta como silhueta ideal uma forma muito mais esbelta que a mediana, faz com que a maioria das mulheres sintam-se gordas e desejem emagrecer. A dieta, vendida como solução, reforça a ideia de que com ela será possível emagrecer e, caso isso não ocorra, é porque a dieta não foi seguida corretamente, ou seja, a pessoa não tem auto-controle e é incapaz, assumindo toda a responsabilidade pelo próprio fracasso. Isso não significa que a modificação do comportamento alimentar não seja necessária para alguns, em especial para aqueles que correm risco de morte pelo excesso de peso.

Diante disso, o indivíduo com a carência de nutrientes, ou seja, uma alimentação inadequada pode chegar a desnutrição e provocar danos ao desenvolvimento cognitivo do indivíduo podendo comprometer o intelecto e até levar à morte “os sobreviventes serão portadores de evidentes desvantagens físicas e mentais” (De Angelis, 2007, p. 225).

Além do que, o consumo inadequado de alimentos pode aumentar doenças no sentido de: perda de peso, crescimento deficiente, baixa imunidade, danos na mucosa gastrointestinal, perda de apetite, má absorção do alimento, alterações importantes no metabolismo. A qualidade de vida do ser humano depende do que ele sente e do significado que atribui às coisas, e ambos estão associados ao seu estado fisiológico.

As crianças e adolescentes que, devido ao baixo grau de acesso de sua família aos bens essenciais a uma vida com dignidade, mal se alimentam em casa, apresentam um quadro de desnutrição e fome incompatíveis com os direitos humanos que lhe são inerentes. A desnutrição, que resulta de uma alimentação inadequada é, como regra geral, determinada pela falta de recursos financeiros para a aquisição de alimentos na quantidade ou com a qualidade necessária ao desenvolvimento do organismo humano (Lima, 2009, p. 97).

Muitos estudiosos do assunto têm se preocupado com o aumento do índice de obesidade na população, especialmente entre adolescentes e jovens, por isso a necessidade de se buscar soluções já que a obesidade na infância e adolescência é um importante fator de risco para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares na vida futura, sendo necessárias medidas intervencionistas para combater esse distúrbio nutricional (Oliveira et al, 2004).

O colesterol encontra-se em todas as células do organismo humano. Se, por um lado é vital, por exemplo, para construção de novas células, por outro, pode acumular-se no nosso organismo levando a deposição de gordura na parede das artérias. Encontra-se bem fundamentada a relação entre o aumento drástico de mortes por doença cardiovascular, nos países desenvolvidos, e o elevado nível de colesterol que se verifica em parte substancial da sua população (Ribeiro, 2011).

De acordo com Ribeiro (2011,) uma substância lipídica, necessita de transportadores específicos para circular no plasma, as lipoproteínas. Estas partículas designam-se de acordo com sua densidade. As duas mais importantes são as lipoproteínas de alta densidade (HDL) e as lipoproteínas de baixa densidade (LDL). As primeiras têm como principal função remover o excesso de colesterol para o fígado. Pelo contrário, as segundas transportam o colesterol do fígado para as células.

Um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares é a dislipidemia, dado que 96% do material lipídico que se encontra nas placas ateroscleróticas corresponde ao colesterol. Existem evidências que a formação da placa aterosclerótica se inicia na infância e se prolonga lentamente até a vida adulta, podendo ocorrer nesta altura manifestações clínicas. A dislipidemia pode ser causada por diversos fatores, tais como obesidade, má alimentação, hipertensão arterial, diabetes mellitus, sedentarismo e fatores genéticos. (Silva, *et al apud* Ribeiro, 2007).

Para a realização do tratamento da dislipidemia é necessário alterações do estilo de vida, modificações dos hábitos alimentares, aumento da atividade física e diminuição de bebida alcoólica e tabagismo. Visando a diminuição das gorduras saturadas e o colesterol. Outro método de tratamento da dislipidemia é o uso de medicamentos, sob prescrição médica (Fernandes, 2012).

O alto índice do colesterol LDL afeta cada vez mais a população, incluindo em especial os idosos que é um grupo mais propício a adquirir esta patologia devido a uma vida

de sedentarismo, e de consumo de alimentos inadequados, tais como: carnes vermelhas, carnes suínas, embutidos, bacon, banha de porco, manteiga, leites e queijos amarelos.

Com o aumento do consumo desses alimentos, há uma maior probabilidade de complicações cardiovasculares; assim, são necessárias mudanças na alimentação e no estilo de vida, objetivando a prevenção ou tratamento da dislipidemia. Nesse sentido destacam-se os alimentos ricos em fibras solúveis que tem um importante papel na diminuição do colesterol total, priorizando os alimentos de baixo custo e com boa disponibilidade (Eufrasio e Barcelos et al, 2009).

Nesse sentido, Ramos et al (2013, p. 2148) acrescentam que: “no contexto escolar, a ausência de referências teórico-metodológicas que subsidiem as práticas de EAN também prevale. Compreende-se que a formação dos hábitos alimentares é influenciada por fatores fisiológicos, psicológicos, socio-culturais e econômicos e que têm sua formação na infância” (Ramos et al, 2013, p. 2148).

Argumentam Leite, Mól (2017) que as políticas públicas relacionadas às questões alimentares recomendam que o assunto seja abordado no contexto escolar, tendo em vista que a escola se configura como um espaço importante para o favorecimento do pensamento crítico e reflexivo dos adolescentes.

1.4. A SITUAÇÃO ALIMENTAR NO BRASIL

De acordo com Costa (2009), aponta que a pobreza é um dos fatores primordiais para a ocorrência de um número tão significativo de casos de desnutrição, pois infelizmente a renda é mal distribuída e há tanto nas mãos de poucos enquanto muitos passam fome, pois, muitas famílias vivem com uma renda bem inferior, sem falar que muitas famílias às vezes são sustentadas por suas mães que são os chefes de casa, que saem de manhã para ganhar o sustento e tem que deixar os filhos cuidando um dos outros, atribuindo às crianças maiores a responsabilidade das menores.

De acordo com a Vigilância Sanitária (Brasil, 2003), nos últimos anos houve uma redução da queda da desnutrição infantil, pois o governo está preocupado em ampliar redes de atenção básica criando várias equipes de saúde da família, onde essas crianças têm um melhor acompanhamento que contribuem bastante para diminuição da desnutrição. Além disso, o Ministério da Saúde disponibiliza a distribuição de frascos de xaropes de sulfato

ferroso e outros suplementos alimentares que possam garantir um nível adequado de nutrientes para o seu crescimento saudável.

Costa (2009) abrange que se a população tivesse uma moradia digna, onde houvesse vias pavimentadas, rede de esgoto, água potável e recolhimento de lixo, elas estariam evitando a proliferação de muitas outras doenças e assim sua saúde estaria mais estável evitando as consequências da desnutrição.

1.4.1. Alimentação no espaço escolar

Na história da humanidade o homem sobreviveu a necessidades subumanas, a partir da pré-história o homem evoluiu buscando suprir suas necessidades como proteger-se do frio, do próprio homem, da fome com isso passou a caçar e alimentar-se de folhas, frutos, raízes e da caça até mesmo sem cozimento.

O Brasil é um dos países que ao longo de décadas houve mortes devido a ausência de uma alimentação adequada para muitas famílias pobres, sem condição nenhuma de suprir os nutrientes que o organismo precisa para manter-se em funcionamento. As crianças foram e ainda são vitimadas devido à falta de alimentação que é um direito de qualquer ser humano ter três refeições diárias com lanches no intervalo das principais do dia.

A educação compreende um meio responsável pela construção de conhecimentos capazes de potencializar práticas sociais. Assim, o educador em EAN, seja ele o professor ou o nutricionista, deve ser um mediador, que primeiramente precisa compreender a alimentação enquanto estratégia pedagógica na escola, para então promover a construção destes conhecimentos junto aos educandos (Borsoi et al, 2016, p. 1448).

Tirapegui (2006) comenta que, uma das principais causas da desnutrição infantil é a ingestão inadequada ou a deficiência de alimentos protéico-calóricos, causando grande perda de peso que retarda o crescimento, comprometendo o desenvolvimento da criança, tendo influência de fatores sociais, psicológicos ou patológicos, acontecendo principalmente entre indivíduos de baixa renda, onde esses indivíduos possuem mais dificuldade para obter uma alimentação que favoreça uma vida saudável, sem falar que as crianças desnutridas sofrem também deficiência de várias vitaminas e minerais, como ferro, vitamina A, iodo, zinco, vitamina D e ácido fólico.

Angelis (1977) enfatiza que, as crianças que sofrem de desnutrição infantil requerem um cuidado maior do que os próprios adultos, pois estão mais vulneráveis a adquirir infecções de repetições devido à baixa imunidade. Sem falar que suas famílias, às vezes, são mal informadas sobre a importância de está em dias com o calendário vacinal, principalmente nessa faixa etária de 0 a 5 anos, e sobre a higienização dos alimentos, sua manipulação e conservação. Estes são passos importantes para que a mãe possa estar evitando uma porta de entrada desse microorganismo (vírus, bactérias e fungos).

Sabe-se que a desnutrição pode iniciar já na vida intra-uterina. Isso devido a vários fatores, um deles é a não busca, das gestantes menores de idade pelas consultas pré-natais, que são de suma importância para a mãe e o bebê, bem como a orientação nutricional, pois a não realização de um pré-natal adequado pode desencadear consequências mais graves. (Lacerda, 2002, p. 54).

Monte (2002) comenta que o baixo peso ao nascer é um importante fator de risco para doenças e morte neonatal e infantil, quando não associado à prematuridade, expressa o retardo do crescimento intra-uterino e está relacionado à baixa condição socioeconômica da família, quanto menor o peso ao nascer, maior é a mortalidade.

Angelis (1977) aponta que o desmame precoce também é uma das grandes causas da desnutrição infantil, uma vez que a criança é retirada do peito de sua mãe antes do tempo ideal, perde grande parte dos nutrientes, vitaminas e sais minerais, pois o aleitamento materno exclusivo é essencial para um crescimento saudável, para a formação do vínculo afetivo mãe-filho.

Sizer (2003) ressalta-que os hábitos alimentares também são considerados fatores para desencadear uma desnutrição. Na faixa etária de 2 a 5 anos quando a criança está formando seus hábitos alimentares e começando a impor seus limites, é essencial a educação nutricional para que elas possam chegar à vida adulta com mais saúde. A tarefa é difícil, já que os meios de comunicação têm uma forte influência, muitas vezes negativa, na formação dos hábitos alimentares.

Peixoto (2004) identifica que quando a mulher engravida o corpo dela muda ocorrendo várias transformações e sua alimentação também deve ser diferenciada, pois durante a gestação é de fundamental importância ter uma alimentação equilibrada e ingerir alimentos saudáveis (frutas, legumes, verduras e alimentos que contem ferro e principalmente água), tendo o cuidado de está evitando frituras, refrigerantes e doces,

principalmente as mães adolescentes cujo organismo ainda está em desenvolvimento. Portanto é importante uma alimentação adequada para não provocar futuros danos a si e ao desenvolvimento do seu bebê.

Com a modernidade das sociedades por meio do consumo de produtos industrializados, agropecuários entre outros que é de fato uma realidade social as crianças nos dias atuais não tem tanta dificuldade de acesso a alimentação, ou seja, a alimentos que tenham nutrientes suficientes para suprir as necessidades de vitaminas, proteínas, carboidratos e outros que acompanham o crescimento do ser humano desde o feto, no qual ele é alimentado pela mãe durante a gravidez, podendo nascer saudável ou desnutrido com vários problemas de saúde.

O tempo passa e a criança aprende a ter autonomia desenvolvendo habilidades como falar, correr, andar, enfim aprende a viver em sociedade e de acordo com sua condição social, vive em ambiente saudável com tudo que é necessário para sobreviver e outros acabam morrendo precocemente devido a desnutrição.

O crescimento do ser humano é lento e quando faltam nutrientes o seu desenvolvimento acaba sendo comprometido e conseqüentemente quando está em idade escolar essa falta é um dos fatores que gera a falta de concentração em sala de aula, perdendo o foco dos conteúdos em pauta. Hoje nas escolas existem muitas atividades que exigem atenção e participação, por isso é importante que o aluno esteja bem alimentado, para que esta não seja um empecilho para que haja desinteresse nas atividades.

Muitos profissionais são ainda desatentos a dificuldades de alunos em sala de aula por não ter informação adequada para conhecer o nível de aprendizagem de seu aluno e acaba na maioria das vezes com questionamentos fora do contexto do aluno. A escola tem a obrigação de conhecer a condição social e econômica de seus alunos para não deixar o sistema de ensino público ainda mais falho.

A escola aparece como local privilegiado para a implementação da EAN, pois possui a função social de formar cidadãos críticos sobre o mundo e as pessoas, conhecedores de diversos assuntos relacionados à vida e à sociedade, dentre eles a alimentação e a nutrição humanas, com a finalidade de construir a cidadania e melhorar a qualidade de vida (Borsoi et al, 2016, p. 1443).

Diante do exposto os PCNs cita que: “O fracasso da criança passa a ser explicado sob diversas denominações e causas, como distúrbios, disfunções, problemas, dificuldades, carência, desnutrição, família desestruturada, dentre outras, situadas mais próximas das

patologias e de causalidade social do que de situações escolares contextuais” (PCNs, 1998, p. 27).

É notório que a falta de alimentação adequada hoje nas famílias brasileiras já melhorou bastante, porém, não está abolida da sociedade, mesmo que existam programas do governo federal e municipal, e que tenha merenda em escolas da rede pública, mas em casa muitos alunos ainda não têm como se alimentar.

Por isso, é preciso cuidado com os alunos da rede pública de ensino, ainda as crianças de creche que estão em desenvolvimento cognitivo e em fase de crescimento, precisam ser observadas para que não aconteça nenhum tipo de discriminação em relação ao nível de aprendizagem.

De acordo com Fávero e Mantoan:

Uma das mais importantes mudanças visa estimular a escola para que elabore com autonomia e de forma participativa o seu Projeto Político Pedagógico, diagnosticando a demanda. Ou seja, verificando quem são, quantos são os alunos, onde estão e porque alguns evadiram, se têm dificuldades de aprendizagem, de frequentar as aulas, assim como os recursos humanos, materiais e financeiros disponíveis (Fávero, Mantoan, 2007, p. 47).

O Projeto Político Pedagógico consiste uma atitude da escola de grande importância, pois planeja não somente atividades que somam conhecimento, mas sim perceber a situação econômica de seus alunos para compreender quando houver déficit de atenção em sala de aula.

É preciso que haja incentivo dos profissionais em contemplar os conteúdos do livro didático com atividades que promovam bons hábitos alimentares para que a criança perceba a importância da alimentação saudável, formando bons hábitos e ingerindo alimentos plantados e preparados por eles independente do nível de ensino em que estejam. O PPP pode ser um instrumento que funcione durante todo o ano, ensinando que muito alimento também prejudica a saúde causando obesidade, por isso a alimentação não pode faltar, como também não deve se em excesso.

1.5. PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Conforme Sawaya (2006) no Brasil, a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), criada em 1999, explicitou o papel do setor saúde para a agenda única de nutrição, considerando como pressupostos o direito humano à alimentação adequada e à segurança alimentar e nutricional.

Dentre as sete diretrizes propostas, há três que se destacam: o monitoramento da situação alimentar e nutricional da população brasileira; a prevenção e controle das carências nutricionais e das doenças associadas à alimentação e à nutrição e a promoção de práticas alimentares e estilos de vida saudáveis. Diante das diretrizes mencionadas, a última merece uma atenção especial, pois estabelecer tais práticas é desafiador mediante a realidade social e econômica atual.

Todos os projetos desenvolvidos pelo Governo Federal em parceria com os Estados e Municípios devem estar fundamentados nas leis vigentes nos dias atuais, porém diversas são as medidas e resoluções que dão embasamento legal no que diz respeito à merenda escolar.

Inicialmente, o fundamento primeiro reside na lei maior, a Constituição Federal/88, em seu artigo 208, inciso VII, dispõe que o atendimento ao educando, em todas as etapas da educação básica, por meio de programas suplementares de material didático-escolar, transporte, alimentação e assistência à saúde, descrevendo o dever do Estado com educação.

No que diz respeito à merenda escolar, a mesma é regida por várias leis, medidas e resoluções, porém serão descritas aqui apenas as promulgadas a partir de 2000. A primeira delas é a Resolução nº 15 de 25 de agosto de 2000, que estabelece os critérios e formas de transferência dos recursos financeiros às secretarias estaduais de educação, bem como às prefeituras municipais e às escolas federais, tendo como beneficiários os alunos matriculados na educação pré-escolar e/ou ensino fundamental (Brasil, 2000).

A referida resolução diz respeito ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) cujos fundos são destinados ao suprimento das necessidades nutricionais dos alunos no intuito de suprir, de forma que contribua fortemente no desempenho escolar, tendo em vista diminuir a evasão e da repetência, bem como formar hábitos alimentares adequados.

O §3º do art. 2º expressa que os recursos financeiros destinados à alimentação escolar dos alunos devidamente matriculados devem ser transferidos à prefeitura municipal ao que se encontram submetidas às entidades escolares. Já o capítulo III trata do cardápio da alimentação escolar, que deve ser de responsabilidade dos estados, do DF e municípios (Brasil, 2011, p.15).

A elaboração do cardápio de alimentação deve ficar sob a responsabilidade de nutricionistas capacitados, devendo ser programado para que forneça, minimamente, 15% das necessidades nutricionais diárias recomendadas, sendo que a aquisição dos alimentos também deverá ficar a cargo do profissional anteriormente citado. Tal elaboração deverá respeitar os hábitos alimentares de cada localidade, sua vocação agrícola e a preferência por produtos básicos da região com vistas a reduzir os custos.

A resolução trata ainda da composição do Conselho de Alimentação Escolar (CAE), composto por membros que representam os poderes executivo e legislativo; representantes dos professores; representantes de pais de alunos e um representante de outro segmento da sociedade civil, de modo que todos deverão ter um suplente. Este conselho tem como competências: o acompanhamento da aplicação dos recursos federais transferidos, bem como orientar o armazenamento dos gêneros alimentícios nos depósitos e/ou escolas, entre outras atribuições.

No intuito de sistematizar e consolidar os procedimentos administrativos da prestação de contas dos recursos financeiros repassados à conta do PNAE, a Resolução 001/2001 trata do demonstrativo sintético anual da execução físico-financeira das prestações de conta para que estas sejam homologadas. Caso sejam constatadas irregularidades após apreciação das contas, o repasse financeiro será suspenso até que sejam tomadas as devidas providências.

Ainda em 2001, é editada uma medida provisória nº 2.178 que dispõe sobre o repasse dos recursos financeiros do PNAE de modo que o Programa Dinheiro Direto na Escola (PDDE) é instituído com a finalidade de garantir uma renda mínima para que o atendimento educacional seja garantido.

Em seguida, a Resolução nº 1, de 19/02/2003, dispõe sobre a inclusão da Secretaria do Tesouro Nacional (STN) na rede arrecadadora de contribuições do salário-educação administradas pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Ainda no

mesmo ano, a Resolução nº 15 estabelece os critérios e formas da transferência dos recursos financeiros relacionados à aquisição de gêneros alimentícios dos diversos níveis.

A referida resolução aponta que o PNAE objetiva suprir, ainda que somente de forma parcial, as necessidades nutricionais do aluno para que seja garantida a implantação da política de Segurança Alimentar, bem como contribua para que bons hábitos alimentares sejam formados. Esta ainda faz referência aos participantes do programa e as formas de gestão.

Um ponto importante também levantado por esta resolução é com relação ao cardápio da alimentação escolar, tendo em vista que deverá ser elaborado por um nutricionista habilitado de modo que sejam supridas, minimamente, 15% das necessidades nutricionais diárias dos alunos beneficiados, pelo menos durante o período de permanência em sala de aula. Vale ressaltar ainda que devem ser priorizados os produtos básicos locais, bem como os hábitos alimentares de cada localidade e sua vocação agrícola.

Neste mesmo ano, a Resolução nº 35 estende o atendimento do PNAE às creches e estabelece valores per capita. Outras resoluções foram sendo expedidas ao longo dos anos de modo a estabelecer critérios para execução do PNAE e ainda sobre as prestações de contas.

Em 2005, a resolução do Conselho Federal de Nutrição (CFN) nº 358 dispõe sobre as atribuições do nutricionista no âmbito do Programa de Alimentação Escolar (PAE). Já em 2006, a resolução nº 5 estabelece que seja aumentada para 200 dias o atendimento.

Ainda em 2006, a Portaria Interministerial nº 1010 institui as diretrizes para que seja promovida uma alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e nível médio nas redes públicas e privadas em âmbito nacional. Dois anos depois, em 2008, a resolução 38 estabelece critérios para o repasse de recursos financeiros à conta do PNAE para que os alunos participantes do Programa Mais Educação sejam atendidos (Brasil, 2006).

No ano seguinte, a medida provisória nº 455 estabelece as diretrizes da alimentação escolar de modo a garantir a universalidade do atendimento aos alunos matriculados na rede pública da educação básica. A resolução nº 38, 16/7/2009 dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar, trazendo como anexos o formulário demonstrativo sintético da execução físico-financeira do PNAE, bem como instruções para o preenchimento, relatório anual de gestão do PNAE e o roteiro de elaboração do parecer conclusivo do CAE.

Em 2010, uma resolução do CFN dispõe sobre as atribuições do nutricionista para os parâmetros numéricos mínimos de referência sejam estabelecidos no âmbito do Programa de Alimentação Escolar. Recentemente, em 25 de agosto do ano corrente, a Resolução nº 44 estabelece critérios, prazos e procedimentos para que sejam atendidas as disposições do decreto nº 7.507 que dispõe sobre a movimentação dos recursos federais transferidos.

Por isso a promoção de uma alimentação saudável requer construir ações que incentivem as pessoas adotarem estilos de vida saudáveis, modificando hábitos alimentares entendidos como não adequados a saúde alimentar. Porém, sabe-se que essa mudança somente torna-se possível se essas ações realmente subsidiarem a carência alimentar já que esse é um problema que pode estar ligado diretamente ao poder sócio, cultural e econômico do brasileiro.

Valente (1989, p.105) destaca:

Hoje, no Brasil, ocorre um empobrecimento crescente da população. A maior parte das pessoas não tem condições econômicas para uma alimentação mínima necessária. Aumenta os índices de desnutrição, aumenta a situação de miséria e de fome, aumenta o número de crianças nas escolas públicas que vão à aula praticamente em jejum. Um contingente enorme de crianças subsiste à base de papa de água e farinha.

É sabível que a criança tem seus direitos assegurados por lei, através do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), que foi instituído no dia 13 de julho de 1990, no qual regulamenta esses direitos inspirado pelas diretrizes fornecidas pela CF/88, (Lei 8.069), internalizando uma série de normativas internacionais.

Conforme a Declaração dos Direitos da Criança (DDC) no princípio IV: toda criança tem direito à crescer com saúde. Para isso, as futuras mães também têm direito a cuidados especiais, para que seus filhos possam nascer saudáveis. “Toda criança também têm direito a alimentação, habitação, recreação e assistência médica”, ou seja, ela deve gozar de proteção especial e ter oportunidade e facilidade, para desenvolver-se, de maneira sadia e normal em condições de liberdade e dignidade.

Diversas pessoas vivem com limitações funcionais relacionadas às lesões e doenças do sistema nervoso. Nesse contexto, surge a Neurociência para investigação no que diz respeito à compreensão do que seja comum a todos os cérebros no intuito de buscar respostas a questões relacionadas à aprendizagem humana. Relvas (2007, p. 22) aduz que: “é uma

ciência nova, que trata do desenvolvimento químico, estrutural e funcional, patológico do sistema nervoso”.

Dessa forma, a Neurociência pode vir a dar respostas sobre as dificuldades de aprendizagem humanas através de suas descobertas de modo que haja possibilidade de ser utilizada na prática educativa diária, fazendo que com sua aproximação com a Pedagogia seja de valiosa importância para o professor alfabetizador.

Entretanto, cabe salientar que a presença de uma dificuldade de aprendizagem não significa necessariamente um transtorno, traduzindo um conjunto de sinais e sintomas que provocam uma série de perturbações no aprender da criança de modo a interferir no processo de aquisição e manutenção de informações.

As dificuldades de aprendizagem não estão ligadas aos sistemas biológicos cerebrais, mas podem ser causadas por problemas passageiros, como, por exemplo, um conteúdo escolar, que nem sempre oferece à criança condições adequadas para o sucesso. Nessa categoria, incluem-se as dificuldades que a criança pode apresentar em algum momento da vida, como a separação dos pais ou a perda de alguém, trazendo então problemas psicológicos/comportamental, falta de motivação e baixa auto-estima (Relvas, 2007, p. 52).

Segundo Morin (2002), a neurociência, como outros aspectos da evolução humana, carrega em si uma promessa e uma ameaça. A promessa é de um melhor entendimento dos processos cerebrais. A ameaça é bastante cinzenta: a de que esse conhecimento possa levar à pior manifestação totalitária, a de controlar seres humanos com informações advindas do conhecimento científico.

Herculano-Houzel (2009) adverte que a neurociência é recente, ela tem cerca de 150 anos de idade aproximadamente. Entretanto, nesse pouco tempo, conseguiu descobrir várias maneiras de como o cérebro funciona, se desenvolve, entre outras funções, principalmente no campo escolar em que a vida se torna mais instigante, mais interessante e várias coisas se tornam mais fáceis. Conforme Relvas (2012), os avanços correspondentes aos estudos da neurociência estão provocando uma nova visão do entender do funcionamento do encéfalo, na cognição, no pensamento, na emoção, na aprendizagem e no comportamento.

O foco da educação tem sido o conhecimento a ser ensinado de maneira mecânica e igual a todos os alunos, sem a devida atenção à individualidade, numa demonstração de total

falta de consciência da força que possuem os modelos mentais e da influência que eles exercem sobre o comportamento. Por sua vez os alunos, acostumados a perceber o mundo a partir da visão do docente, aceitam passivamente essa proposta pedagógica, desempenhando um papel de receptor de informações, as quais nem sempre são compreendidas e geram conhecimento. Muitas pesquisas no campo educativo apontam o professor como um dos principais protagonistas da educação (Morin, 2002).

Entretanto, proporcionar uma boa aprendizagem para o aluno não depende só do professor, pois é fundamental para uma educação que pretende ajudar o aluno a perceber sua individualidade, tornando-o também responsável pelo ato de aprender, proporcionar a otimização de suas habilidades, facilitar o processo de aprendizagem e criar condições de aprender como aprender.

Afirma Herculano-Houzel (2009) que as mudanças no cérebro são a base do aprendizado, a ideia com que a neurociência trabalha hoje é que o aprendizado consiste, justamente, na modificação dessas conexões entre neurônios no cérebro. Isso acontece muito mais facilmente, muito mais rapidamente no início da vida, que e a fase em que o cérebro tem uma quantidade enorme de informações.

Nesse contexto conhecer o seu padrão de pensamento pessoal e saber como usá-lo é o primeiro passo para ser um participante ativo no processo de aprender. A compreensão de como podemos lidar com certas características pessoais ajudará o aluno a identificar, mobilizar e utilizar suas características criativas e intuitivas, pois cada um aprende no seu próprio ritmo e à sua maneira.

É fundamental que professores estimulem individualmente a inteligência das crianças, empregando técnicas que permitam a cada aluno aprender da maneira que é melhor para ele, aumentando sua motivação para o aprendizado, pois cada pessoa tem de encontrar seu próprio caminho, já que não existe um único para todos (Sternberg e Grigorenko, 2003).

Considerando que alunos diferentes lembram e integram informações com diferentes modalidades sensoriais, analisar como as pessoas se relacionam, atuam e solucionam problemas, identificar os estilos específicos da aprendizagem, torna-se bastante útil (Williams apud Markova, 2000).

Partindo desse pressuposto, ao professor cabe oferecer, através de sua prática, um ambiente que respeite as diferenças individuais permitindo que os aprendizes se sintam estimulados do ponto de vista intelectual e emocional. Daí a necessidade do educador,

consciente de seu papel de interventor responsável pela mediação da informação, buscar estruturar o ensino de modo que os alunos possam construir adequadamente os conhecimentos a partir de suas habilidades mentais.

No cérebro humano existem aproximadamente cem bilhões de neurônios (unidade básica que processa a informação no cérebro) e, cada um destes pode se conectar a milhares de outros, fazendo com que os sinais de informação fluam maciçamente em várias direções simultaneamente, as chamadas conexões neurais ou sinapses (Bear, Connors, Paradiso, 2002, p. 704). Se os estados mentais são provenientes de padrões de atividade neural, então a aprendizagem é alcançada através da estimulação das conexões neurais, podendo ser fortalecida ou não, dependendo da qualidade da intervenção pedagógica.

O estudo dos processos de aprendizagem e de todos os fatores que os influenciam, constitui um dos maiores desafios para a educação, pois ao entendê-lo e explicitá-lo, ocorre o desenvolvimento do sujeito dentro do contexto sócio-histórico, e é através dele que se forja a personalidade e a racionalidade humana para que o indivíduo esteja apto a exercer sua função social.

A aprendizagem pode ser considerada como um compromisso essencialmente emocional. Cabe ao ensino o compromisso com motivação, estimulação e orientação da aprendizagem. Não se pode ensinar a quem não quer aprender, a quem não se encontra disponível para as incertezas e a busca de conhecimento. Ensinar consiste fundamentalmente em aprender. (Relvas, 2007, p. 125).

A Neurociência traz à sala de aula o conhecimento sobre a memória, o esquecimento, o tempo, o sono, a atenção, o medo, o humor, a afetividade, o movimento, os sentidos, a linguagem, as interpretações das imagens que são feitas mentalmente, o “como” o conhecimento é incorporado em representações dispositivas, as imagens que formam o pensamento, o próprio desenvolvimento infantil e diferenças básicas nos processos cerebrais da infância, e tudo isto se torna subsídio interessante e imprescindível para nossa compreensão e ação pedagógica.

Relvas (2007) expõe que a inteligência consiste na capacidade de resolução dos problemas novos, de modo que a pessoa mais inteligente seria aquela que mais facilmente consegue adaptar o seu comportamento em função da existência da situação, concebendo

novas maneiras de enfrentamento. Convém ressaltar que existe uma diversidade de definições sobre inteligência.

1.6. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Sob a ótica de Ramos et al (2013), a educação alimentar e nutricional tem constituído um estratégia em alimentação e nutrição instituída como política pública no intuito de promover hábitos alimentares saudáveis.

A educação alimentar compreende um amplo campo de vivência do indivíduo, pois se relaciona com as questões sociais, culturais e psicológicas. Assim, as ações realizadas para aprendizagem da temática englobam a reformulação de hábitos e costumes que geralmente estão arraigados ao sujeito. Por conseguinte, é extremamente relevante que o educador considere a singularidade de cada estudante, assim como suas vivências diárias, visando ressaltar prioritariamente a promoção da saúde (Leite, Mói, 2017, p. 2).

Nesse contexto, infere-se que a educação alimentar e nutricional busca desenvolver estratégias relacionadas a importância da alimentação saudável, buscando respeitar as necessidades individuais, bem como a modificação de crenças, valores, atitudes, práticas e relações sociais. Assim sendo, a escola representa um ambiente propício para que seja desenvolvido um projeto de educação nutricional.

A Educação Alimentar e Nutricional representa o conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde do escolar e qualidade de vida do indivíduo (Silva et al, 2018, p. 2672).

A educação nutricional e alimentar tem sofrido modificações ao longo do tempo, constituindo um eixo importante na promoção de hábitos alimentares saudáveis como

estratégia indispensável no contexto das políticas públicas. Sob a ótica de França; Carvalho (2017) a defendem como objeto de ação multiprofissional, intersetorial e transdisciplinar.

Corroborando de pensamento semelhante, Borsoi et al (2016) acrescenta que a EAN constitui um tema de caráter interdisciplinar de modo a abranger redes conceituais advindas de campos diversos do saber voltados à alimentação, como a biológica, cultural, ambiental e econômica, integradas que supere uma visão estritamente técnica, fundamentada somente no aspecto nutricional da alimentação.

A Educação Alimentar e Nutricional estabeleceu-se com um campo de prática profissional cujas ações podem e devem envolver nutricionistas e outros profissionais, permitindo, ainda, que estes tenham acesso a programas de formação e educação permanente. Nesse contexto, destacam-se: a formulação e ampliação do acesso a métodos de ensino específicos para a formação em EAN; a ampliação e a valorização de atividades de integração teórico-práticas; a articulação de ensino de EAN com os campos de conhecimento em ciências humanas (Sociologia, Antropologia, Ética e Filosofia); a ampliação da utilização de referências teóricas da área de Pedagogia e Educação; e o investimento na educação permanente dos docentes responsáveis pela disciplina (Cervato-Mancuso et al, 2018, p. 228).

França; Carvalho (2017) ressaltam que mesmo com avanços e acúmulos de conhecimentos sobre a educação alimentar e nutricional nas políticas públicas, o âmbito de atuação apresenta diferentes entendimentos em relação à abordagem prática e conceitual.

A Educação Alimentar e Nutricional deve basear-se na ampliação da autonomia e no fortalecimento da participação ativa dos sujeitos, aumentando a capacidade de escolha dos indivíduos, bem como o de transformar e produzir em sua própria realidade. Destaca-se que educar não é adestrar, dessa forma, a transmissão de conhecimento limita-se as ações da EAN, pois alimentar-se envolve muito mais que ingerir nutrientes necessários a uma boa qualidade de vida, a alimentação compreende um universo de significados que perpassa o prazer pessoal até fatores socioculturais nos quais o indivíduo está inserido (França; Carvalho, 2017, p. 942).

Nos dias atuais, é possível observar um aumento nos índices de obesidade e de outras doenças crônicas não-transmissíveis em decorrência do consumo excessivo ou desbalanceado de alimentos de maneira a caracterizar um quadro de insegurança alimentar. Nesse contexto, Borsoi et al (2016) inferem que:

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um campo da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e da promoção da saúde, e tem sido considerada uma estratégia fundamental para a prevenção e o controle dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos, como as doenças crônicas não transmissíveis e as deficiências nutricionais. A EAN contribui, ainda, para a valorização das diferentes expressões da cultura alimentar, o fortalecimento dos hábitos regionais, a redução do desperdício de alimentos e a promoção do consumo sustentável e da alimentação saudável (Borsoi et al, 2016, p. 1442).

1.6.1. Alimentação sustentável

Além de favorecer a saúde, esse tipo de alimentação também traz benefícios sociais, ambientais e econômicos. Só para se ter uma ideia, no Brasil, 26,3 milhões de toneladas de alimentos têm o lixo como destino. Em contrapartida, 3,4 milhões de brasileiros estão em situação de insegurança alimentar, o que representa 1,7% da população, aponta o relatório da Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO).

Há muitos anos o Planeta Terra vem sofrendo com os impactos do homem no meio ambiente. No tocante a alimentação, podemos senti-lo pelo desperdício de alimento e do desequilíbrio alimentar no mundo. Mediante relatório realizado pela Embrapa, o descarte de comida por brasileiro, chega a mais de 40kg por ano. Esta é uma estatística que indica que mudar os hábitos de consumo, introduzindo alimentos sustentáveis na dieta é mais que imprescindível e urgente.

O termo dieta ou alimentação sustentável não é recente, entretanto não apresenta uma definição utilizada amplamente. Foi descrito a primeira vez em 1986 por Gussow e Clancy como uma dieta composta por alimentos que contribuíssem não somente para a saúde, mas também para a sustentabilidade de todo o sistema alimentar. A complexidade da dieta sustentável foi demonstrada pela Organização das Nações Unidas para agricultura e alimentação (FAO) em 2010. Dietas sustentáveis são definidas como aquelas “com baixo

impacto ambiental, que contribuem para a segurança alimentar e nutricional e à vida saudável para as gerações presentes e futuras. Dietas sustentáveis devem proteger e respeitar a biodiversidade e os ecossistemas, culturalmente aceitável e acessível, economicamente justa e acessível; nutricionalmente adequada, segura e saudável; além de otimizar os recursos naturais e humanos”.

No Brasil, a FAO apoiou, a partir de setembro de 2016, a criação do Comitê Técnico da Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (CAISAN). O objetivo do organismo foi desenvolver uma estratégia comum para enfrentar o problema, além de estabelecer diretrizes gerais para mensurar os desperdícios e perdas no país. A agência da ONU também apoiou a elaboração de um diagnóstico nacional sobre a questão.

Sempre que nos referimos à sustentabilidade, instantaneamente chega à nossa memória assuntos como a reciclagem, economia de água, de energia, incentivo ao uso de biocombustíveis, dentre outros. Porém, muitas pessoas desconhecem um dos hábitos mais nocivos ao Planeta: o ato de se alimentar. De fato, o problema não está apenas em consumir ou engolir, mas, no que cotidianamente pomos em nosso prato, além é claro, do que se desperdiça antes e depois dele.

Pesquisas já afirmam que seriam necessários 4 planetas Terra para suportar o mesmo compasso de dispêndio da população mundial até 2050. Tal fato é acelerado pelo avanço tecnológico, atualmente tem-se muito mais comida à disposição da humanidade do que havia em algumas décadas atrás. No entanto, essa produção alimentar em larga escala “industrial” revela hoje seu preço, como por exemplo, o uso excessivo dos recursos naturais. Além disso, a população mundial aumentou 3 vezes mais entre 1950 e 2010, chegando a aproximadamente 7 bilhões de pessoas, o que certamente aumenta a quantidade de bens e serviços utilizados.

Somos uma nação muito afortunada e a fartura sempre superabondou em nossa cultura. Por sorte, não fomos vítimas de grandes guerras, nem tão pouco somos afetados por desastres naturais, além de dispormos de um solo muito fértil e que Pero Vaz de Caminha já fez referência em sua carta à realeza portuguesa onde dizia: Porém a terra em si é de muito bons ares [...]. Águas são muitas; infindas. E em tal maneira é graciosa que, querendo-a aproveitar, da-se á nela tudo, por bem das águas que tem. Esse trecho deu origem à expressão "Em se plantando tudo dá". Contudo, estas palavras parecem sugerir que nossas águas e terras de modo algum se acabarão. No entanto, toda essa percepção vem de uma cultura

imprecisa, onde a frase, “é melhor sobrar do que faltar” ganha cada vez mais força e se dissemina, contribuindo para acelerar a passos largos os insultos ao meio ambiente.

Dessa forma, as informações do valor nutricional dos alimentos originados da agricultura são escassas e sua utilização pequena, gerando baixo aproveitamento do alimento e desperdício de partes consumíveis (Gondim et al., 2005).

Alguns alimentos lideram o ranking das perdas, como as frutas, hortaliças, raízes e tubérculos, pois, grande parte do que é colhido, é jogado fora, a maioria desse desperdício é motivada, por irregularidades na produção, na colheita, no armazenamento, no transporte, dentre outros fatores. É necessário causar na população uma conscientização em massa para escapar desse tipo de desperdício.

O diretor-geral da FAO lembrou que a maior parte dos alimentos consumidos no mundo vem de agricultores familiares e que sua contribuição vai muito além da produção de alimentos. “É sobre impulsionar as economias locais. Trata-se de transmitir conhecimento de geração em geração. Trata-se de respeitar e valorizar a tradição, costumes e cultura locais. Trata-se de melhorar a nutrição e fornecer dietas mais saudáveis com base em alimentos frescos, especialmente frutas e legumes. É sobre o desenvolvimento territorial local. E é sobre sustentabilidade. Nada se aproxima mais do paradigma do desenvolvimento sustentável nos sistemas alimentares do que a agricultura familiar”, disse ele.

Para isto, faz-se indispensável desenvolver comportamentos cotidianos, que embora, pequenos, possam ser determinantes para erguer uma sociedade mais igualitária e precisa. Práticas como, decidir por alimentos orgânicos e naturais, por exemplo, coopera para a preservação da água, do ar, do solo e essencialmente para a saúde como um todo. Uma vez que, esse tipo de alimentação assegura o consumo de itens livres de aditivos químicos e agrotóxicos, (herbicidas, pesticidas) ou fertilizantes artificiais, que afetam a saúde humana e podem danificar o solo. Portanto, sustentabilidade e alimentação quando aliadas, permitem-nos colaborarmos para a conservação do Planeta, possibilitando uma melhor qualidade de vida para todos, além de preservar os recursos naturais.

Como consequência da modernização, “a agricultura atual reduziu a diversidade ao máximo. Das cerca de 80.000 plantas comestíveis que se considera que existem, somente são utilizadas umas 200 e, destas, apenas 12 são alimentos básicos importantes para a humanidade”. Ao mesmo tempo, ocorreu uma enorme perda da variabilidade genética, com aumento do risco de danos por ataques de insetos e doenças (Sarandón, 2002: 32-33).

Ademais, o crescimento do consumo dos alimentos orgânicos não se deve tanto ao valor nutricional, mas aos diversos significados que lhes são atribuídos pelos consumidores, os quais variam desde a busca por uma alimentação mais saudável, de melhor qualidade e sabor, até a preocupação ecológica de preservar o meio ambiente (Archanjo et al., 2001 apud Borguini; Torres, 2006).

Para harmonizar corpo, mente e meio ambiente, é fundamental alimentar-se com consciência, e isto, não é unicamente sobre a ingestão de alimentos saudáveis, mas, é uma atitude que se toma, desde a escolha dos produtos até o preparo e o consumo dos pratos o que implica em zerar o desperdício das sobras alimentares e preconceitos, como o de que certas comidas são apenas para pessoas de baixa renda ou desabastecidas de conhecimentos, um outro fator também que deve ser considerado é o caso do descarte de partes como: folhas, caules, talos, sementes, cascas que são eliminados demasiadamente e que grande parte da população não sabe que estas partes podem conter mais nutrientes do que a polpa do alimento que é consumida habitualmente. Uma casca de laranja por exemplo, contém mais cálcio, fósforo, proteínas e fibras do que a própria polpa.

Precisamos não apenas produzir **alimentos**, mas produzir **alimentos** saudáveis e nutritivos que preservem o meio ambiente. **Alimentos** saudáveis para todos, com base no desenvolvimento agrícola **sustentável**: esse é o objetivo da **FAO** (2019).

Uma alimentação sadia e sustentável necessita estar relacionada com a produção de alimentos que preservam a biodiversidade, que seja livre de agentes químicos e favoreçam o consumo diversificado, que promovam a retomada de alimentos, manipulação e elaboração desses alimentos levando em conta tradições e hábitos culturais. Também deve ser alcançável e disponível a todos, tanto em quantidade quanto em qualidade.

Em relação à “sustentabilidade” ou ao “desenvolvimento rural sustentável”, é importante precisar as conceituações do ponto de vista agroecológico. Para tanto, toma-se como base os ensinamentos de Gliemann, para quem a sustentabilidade não é um conceito absoluto, mas, ao contrário, só existe mediante contextos gerados como articulação de um conjunto de elementos que permitem a perdurabilidade no tempo dos mecanismos de reprodução social e ecológica de um etnoecossistema (Gliemann, 2000).

É a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras da saúde, que respeitem a

diversidade cultural e que sejam social, econômica e ambientalmente sustentáveis (Brasil, 2004, p. 4).

2. MARCO METODOLÓGICO

O conhecimento científico nada mais é do que um conhecimento diferente dos demais porque possui características de verificabilidade. E para se chegar a esse conhecimento é necessário um método que permita ao investigador chegar a esse determinado conhecimento científico.

Nesse pressuposto, é importante a conceituação do termo método. De acordo com Campoy (2018, p. 41), método “significa um caminho, um procedimento: caminho a seguir para alcançar um fim proposto de antemão”. O método é, portanto, algo muito mais complexo que uma simples sequência unidimensional de passos.

Gil (2018, p. 02) define o que seria método como “o caminho para se chegar a determinado fim. E método científico como o conjunto de procedimentos intelectuais e técnicos adotados para se atingir o conhecimento”.

Marconi & Lakatos (2018, p. 83) seguem a mesma linha e define método científico como: “o conjunto das atividades sistemáticas e racionais que, com maior segurança e economia, permite alcançar o objetivo – conhecimentos válidos e verdadeiros -, traçando o caminho a ser seguido, detectando erros e auxiliando as decisões do cientista”.

Para se tecer uma investigação com passos corretos Campoy (2018, p. 40) estabelece alguns critérios como:

- Deve estar claramente definida e estar baseadas em conceitos comuns;
- O procedimento de investigação deve descrever-se com o suficiente de detalhes, como forma de outro investigador possa repetir a investigação para seguir avançando em meio ao conhecimento;
- O procedimento de investigação deve ser planejado cuidadosamente para obter resultados mais objetivos possíveis;
- A validade e a fiabilidade dos dados devem ser comprovadas cuidadosamente.

Diante da abordagem teórica desses autores, definir o método de pesquisa é justamente encontrar um meio de responder o problema central da pesquisa, assim, o método utilizado necessita ser condizente com o que se pretende investigar.

Portanto, o método escolhido deve estar coerente com o problema da pesquisa para assim responder satisfatoriamente as exigências da investigação.

Escolher e estabelecer métodos e técnicas de investigação numa pesquisa são trilhas necessárias e de grande importância no comportamento investigativo do pesquisador. Sem esses caminhos, é possível que os objetivos se percam, distanciando do foco a qual se propõe a natureza da averiguação.

A investigação demandou análise fenomenológica em vista de compreender os fatos e apresentar um modo de ver os dados da investigação, caracterizando a pesquisa como enfoque fenomenológico. Para Triviños (2008), a fenomenologia consiste em um ensaio de descrição direta de experiência vivenciada da forma como ela acontece, sem considerar a gênese psicológica e as explicações causais que estudiosos podem fornecer dela.

Essa abordagem parte da premissa que todo o universo da ciência é construído em aspectos relativos às vivências, as experiências e o mundo vivido. Ela parte dos aspectos universais que podem ser apropriado para qualquer pessoa. Possui como ideia básica a noção de intencionalidade, desta forma, cabe ao pesquisador conhecer os aspectos fundamentais do fenômeno, visando coletar dados, pautados em recursos e instrumentos apropriados de investigação que viabilizem e comprovem os fatos da problemática levantada.

De posse desse embasamento metodológico, esta investigação se propôs descobrir uma realidade permeada de entraves, como também inúmeras possibilidades de atitudes e ações.

2.1. Justificativa

A alimentação saudável é um assunto que vem ganhando bastante espaço nos assuntos do nosso dia a dia. Parece exagero, mas comer adequadamente influencia até mesmo no aprendizado da criança. Além disso, existem vários outros benefícios de começar desde pequeno mostrando a importância de consumir alimentos de verdade.

A nutrição adequada não se restringe ao fato de manter a criança bem alimentada e pronto. Ela está ligada a diversos itens, imprescindíveis para o desenvolvimento corporal, motor e intelectual.

Alimentar-se adequadamente faz com que o corpo gaste mais energia e sem estar bem nutrido, fica impossível ter pique para fazer tanto. E o resultado de uma criança malnutrida você com certeza conhece: atraso no desenvolvimento psicomotor e corpóreo, falta de atenção na aula que resulta no atraso intelectual e vários outros inconvenientes que vão surgindo.

Outro argumento importantíssimo sobre a alimentação balanceada e saudável na escola, é que na infância é que criamos preferências alimentares. E quando a criança aprende a comer direito, reduz o risco de desenvolver doenças cardíacas, diabetes, deficiências imunológicas, obesidade, entre outros problemas.

Ou seja, se quando criança tiver hábitos ruins, a saúde vai cobrar lá na frente, porque depois de “velho” fica bem mais difícil se acostumar e passar a gostar de coisas que você não aprendeu a saborear desde pequeno!

Isso sem contar as tão temidas doenças autoimunes, que podem ou não se desenvolver de acordo com o estilo de vida. Se houver a presença de algum desses genes e não for de conhecimento dos pais, uma alimentação errada pode levar esse pequeno ou pequena a adoecer ao longo da vida.

Sendo uma instituição que influencia a vida das crianças e de suas famílias, a escola pode ser considerada local privilegiado para o desenvolvimento de ações de promoção da saúde em que se inclui o tema da alimentação saudável (Bezerra, et al. 2008). Pessoa, et al (2015) afirmam que a promoção de uma alimentação saudável no espaço escolar se dá através da integração de ações que apoiam à adoção de práticas saudáveis por meio de uma alimentação nutricionalmente equilibrada na escola e ações de proteção à alimentação saudável, através de medidas que evitem a exposição da comunidade escolar em práticas alimentares

Por sua vez A justificativa de uma investigação conforme descreve Marconi e Lakatos (2018, p.29), “consiste numa exposição sucinta, porém, completa, das razões de ordem teórica e dos motivos de ordem prática que tornam importante a realização da pesquisa”.

Promover a alimentação saudável na escola não é o trabalho de uma ou de outra instituição. Essa certamente é uma questão que precisa ser assunto em todas. É claro que existem aquelas que fazem grandes esforços pelo assunto, outras menos e também as que ainda não adotaram práticas sobre o assunto. As escolas que já atuam nesse tema certamente podem contribuir para espalhar a importância dele. Hoje as redes sociais são ótimos canais para isso, as trocas de informação podem ser feitas entre o contato de uma escola com a outra também e por aí vai. É importante lembrar que todas as escolas têm como objetivo proporcionar educação para seus alunos e trabalhar em conjunto para isso nunca é demais.

2.2. Problema da investigação

A problemática que norteia este estudo visa apresentar a colaboração da Escola Estadual de Ensino Médio Janelas para o Mundo na educação nutricional dos estudantes em PARAUAPEBAS-PA.

A razão inicial para a realização deste estudo que representa grande contribuição social partiu, também, do interesse da autora pelas vivências didático pedagógicas, inquietudes ao longo do percurso de docência e a necessidade de buscar orientação e reflexão acerca da importância de inserir e manter uma alimentação saudável.

A ideia que emerge essa problemática é compreender que se não existe um equilíbrio e não se tem uma escola como uma aliada a alimentação saudável a batalha está perdida. A família não pode carregar mais essa culpa e ser injusta com o universo escolar. É perceptível que nesta situação a urgência de buscar alternativas eficazes, inclusive com o apoio de órgãos públicos e privados que devem ter a preocupação com a saúde das crianças e, conseqüentemente, com o bem viver das gerações futuras.

Nesse pressuposto que se baseia a referida problemática, surgiram os seguintes questionamentos: Quais os benefícios e a importância de manter uma alimentação saudável na escola? Quais as conseqüências de uma má alimentação? Quais são os hábitos alimentares dos estudantes na escola e quais podem ser considerados saudáveis? Como os funcionários que trabalham na escola podem ajudar os estudantes a adquirir hábitos saudáveis? Qual o papel da escola na construção de bons hábitos alimentares? Como os professores podem ajudar na construção de boas práticas alimentares? Quais as ações podem desenvolver nos alunos a conscientização de uma alimentação saudável?

Portanto, mediante toda situação em tela, que direciona ao problema de investigação, Campoy (2018, p. 51) afirma que:

O problema é o ponto de partida de toda investigação. É provavelmente a etapa mais importante do processo de investigação, já que implica vários passos interrelacionados. O problema consiste em uma pergunta ou enunciado sobre a realidade ou sobre qualquer situação que não se encontra uma solução satisfatória ou não dispomos de uma resposta adequada.

Mediante esses questionamentos, surge uma pergunta que norteará toda essa investigação que visa saber: **De qual forma a Escola Estadual Janelas para o Mundo pode colaborar com a conscientização dos alunos do Ensino Médio para uma alimentação saudável?**

2.3 Objetivos da investigação

Os objetivos da pesquisa têm como finalidade responder o problema exposto. Nesse sentido, Campoy (2018) esclarece que eles servem como guias para orientar e definir o percurso da pesquisa.

Os objetivos são etapas que se constituem nas metas a serem alcançadas no desenvolvimento da pesquisa, aprofundando significativamente o conhecimento.

Neste caso, os objetivos da investigação são:

2.3.1 Objetivo geral

Analisar a colaboração da Escola Estadual Janelas para o Mundo na conscientização de uma alimentação saudável para os alunos do 3º ano do Ensino Médio.

2.3.2. Objetivos Específicos:

1. Descrever o nível de conhecimento dos alunos sobre alimentação saudável.

1. Identificar se as práticas pedagógicas contribuem para a conscientização de uma alimentação saudável.
2. Discutir o papel da escola como espaço construtor da conscientização para uma alimentação saudável.
3. Analisar as ações escolares em função de melhorar a alimentação dos alunos.

2.4. Desenho da pesquisa

Para essa pesquisa não existe nenhuma intenção do pesquisador de intervir nos dados e conseqüentemente nos resultados obtidos, o único objetivo dessa pesquisa será descrever sobre a colaboração da Escola Estadual de ensino Médio Janelas para o Mundo na educação nutricional dos estudantes do 3º ano o que caracteriza de antemão um estudo de caráter descritivo, cabendo ao pesquisador apenas retratar e interpretar a opinião dos participantes. Todavia, a abordagem da pesquisa descritiva corresponde a descrição do fenômeno em estudo, não nos cabe explica-lo, ou demonstrar algo, o objetivo principal foi apenas descrever a realidade relacionada.

Conforme Gil (2018, p. 51): “as pesquisas descritivas possuem como objetivo a descrição das características de uma população, fenômeno ou de uma experiência”.

Para Campoy (2018, p. 256) “o objetivo da pesquisa descritiva consiste em realizar uma descrição do fenômeno estudado, a mais completa possível sem realizar nenhum tipo de avaliação, que reflita na realidade vivida pela pessoa, seu mundo, sua forma de ver a vida”. Portanto, nesse contexto o pesquisador não pode interferir na realidade estudada, devendo apenas levantar as informações coletadas em cada situação vivida e observada, e aprofundar os conhecimentos de acordo com a temática proposta.

Nesse sentido, o tipo descritivo deu suporte para descrever sobre os objetivos em questão, como também relatar fatos que respondam à pergunta central dessa investigação.

Diante da relevância da temática estabelecida para essa pesquisa que trata de entender a colaboração da Escola Estadual de ensino Médio Janelas para o Mundo na educação nutricional dos estudantes do 3º ano em Parauapebas-PA, essa pesquisa apresenta como alicerce o paradigma qualitativo de investigação, por se tratar de uma pesquisa social. Como

citado anteriormente, sempre com o intuito de responder aos questionamentos propostos pelos objetivos, como também responder o problema central dessa pesquisa.

Segundo Campoy (2018, p. 64), “a metodologia qualitativa é mais relevante à compreensão do que à explicação”, e ainda afirma que o método qualitativo, “[...] serve para compreender um problema de caráter humano ou social, por meio da elaboração de um desenho complexo construído sobre palavras e desenvolvido num contexto natural”. Trata-se então, de uma abordagem qualitativa, por se aprofundar na complexidade do fenômeno estudado, e propõe um contato direto e prolongado com o pesquisador, com o ambiente e com a situação, a qual foi investigada através da coleta de dados.

De acordo com Minayo (2011, p. 21) o enfoque qualitativo “se preocupa nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado”. E para essa temática o uso desse enfoque permite adentrar na subjetividade dos indivíduos como também investigar o objeto de estudo dentro de seu contexto natural, características típicas de um estudo qualitativo.

A pesquisa será não experimental é uma abordagem metodológica de investigação especialmente adequada quando procura-se construir o quadro de um fenômeno ou explorar acontecimentos, pessoas ou situações à medida que eles ocorrem naturalmente.

FIGURA Nº 03 - Desenho da pesquisa



Fonte: Elaboração própria

2.5. Contexto da pesquisa

A pesquisa foi desenvolvida na Escola Estadual de Ensino Médio Janelas para o Mundo. A referida instituição encontra-se localizada no endereço PA 160, SN QUADRA

127 LOTES 3. CIDADE JARDIM. 68515-000 Parauapebas - PA. É uma escola que atende a modalidade de Ensino Médio estabelecido pelo sistema regular de ensino. A escola possui uma estrutura de grande porte e possui como estrutura os seguintes elementos:

Sanitário com Acessibilidade

Alimentação fornecida

Água filtrada

Sanitário dentro da escola

Biblioteca

Cozinha

Sala de Leitura

Sala da Diretoria

Sala de Professores

Água tratada (rede pública)

Energia Elétrica (rede pública)

Esgoto (Fossa)

Como já relatado o lócus de pesquisa disponibiliza o Ensino Médio e oferece as seguintes Disciplinas:

Língua/ Literatura Portuguesa

Educação Física

Artes (Educação Artística, Teatro, Dança, Música, Artes Plásticas e outras)

Língua/ Literatura estrangeira - Inglês

Matemática

Física

Química

Biologia

História

Geografia

Sociologia

Filosofia

Estudos Sociais ou Sociologia

De acordo com os últimos dados administrativos, a escola possui uma média de 1539 alunos distribuídos nas três séries do Ensino Médio.

FIGURA N° 04: Layout da Escola



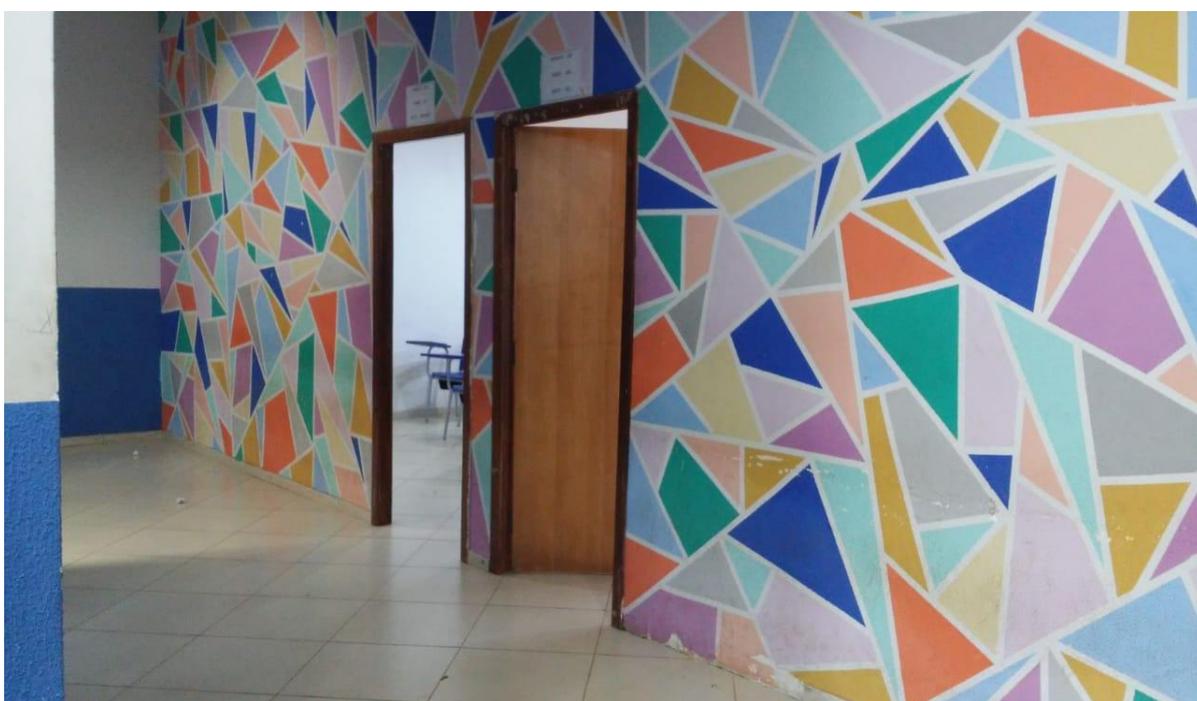
Fonte: autoria própria (2018)

FIGURA Nº 05 : Entrada da Escola



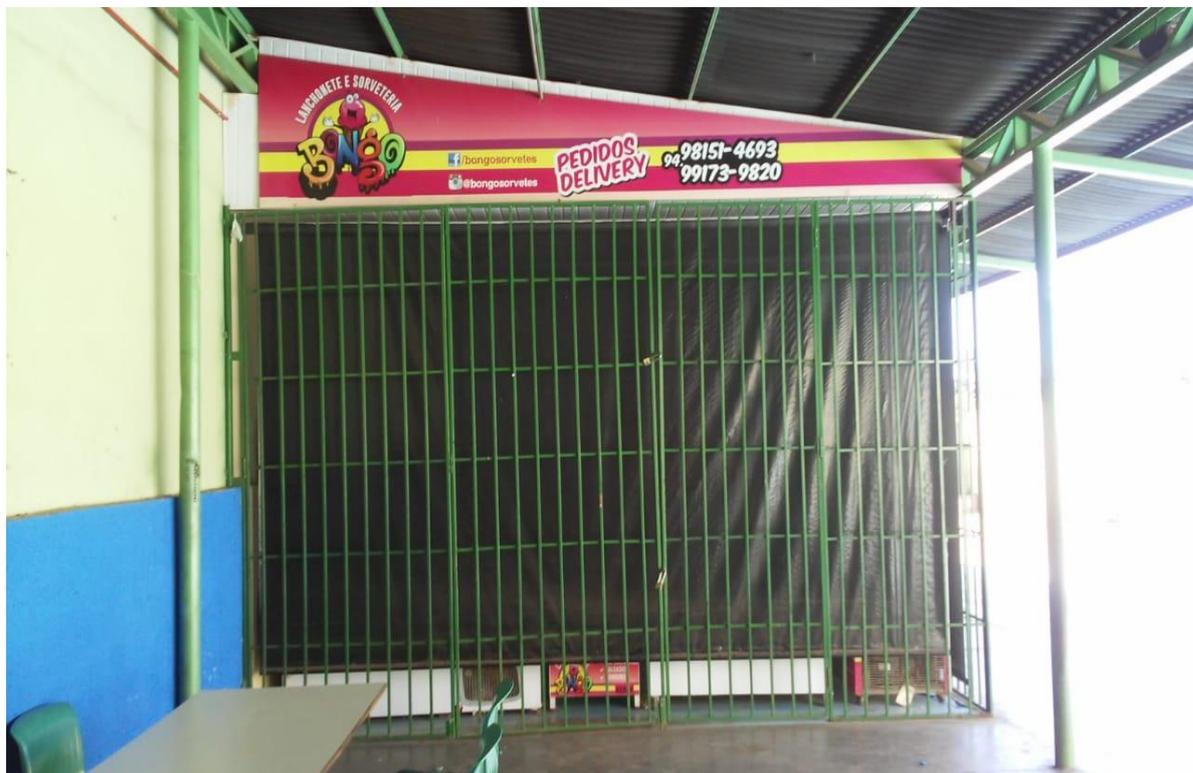
Fonte: autoria própria (2018)

FIGURA Nº 06 : Corredor da Escola



Fonte: autoria própria (2018)

FIGURA N° 07: Lanchonete da escola



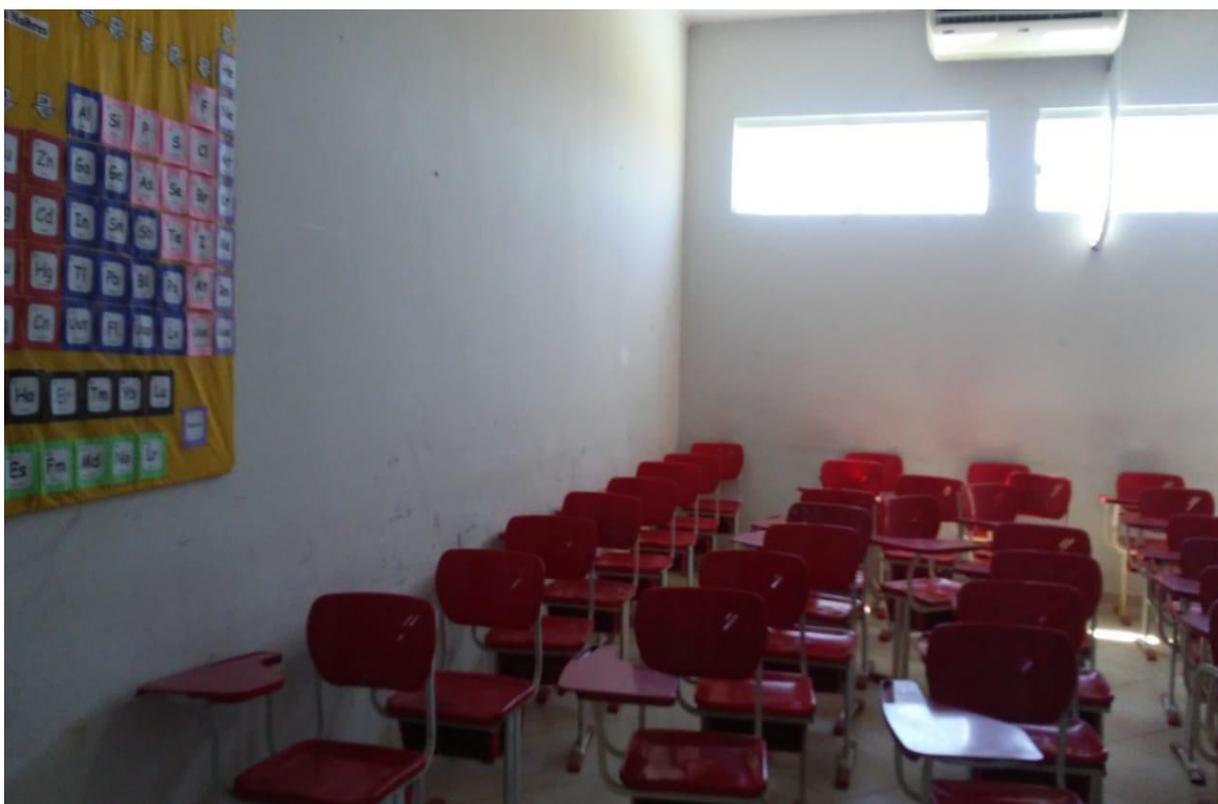
Fonte: autoria própria (2018)

FIGURA N° 08: Corredor da escola



Fonte: autoria própria (2018)

FIGURA N° 09: Sala de aula



Fonte: autoria própria (2018)

2.6.Participantes da pesquisa

A seleção dos participantes é uma parte relevante de uma investigação. No entanto, é necessário coerência entre a temática e os agentes participativos, pois os mesmos devem ser capazes de participar e oferecer respostas significativas para este estudo. Em relação a este quesito e mediante a contextualização da pesquisa, pode-se afirmar que se obteve um alcance positivo de participação.

Como afirma Gil (2018, p. 121) “de modo geral, os levantamentos abrangem um universo de elementos tão grande que se torna impossível considerá-los em sua totalidade”, portanto para dar mais realce e qualidade ao estudo é preciso traçar um meio que facilite a informação e que seja possível chegar a resultados sucintos para essa pesquisa. Para isso é necessário delimitar os participantes dessa investigação.

O tema proposto para estudo se configura com algo extremamente relevante para os fins educativos e sociais, nesse sentido é interessante que os participantes estejam ligados diretamente à problemática em questão e que esses possam vir a contribuir com informações importantes para a apresentação de resultados fidedignos. Nesse caso, a educação nutricional saudável é essencial ao desenvolvimento da aprendizagem desses alunos é um tema relativamente ligado a duas esferas, sendo importante aborda-los nessa investigação. Por sua vez, os participantes dessa investigação serão os professores do 3º ano do ensino Médio e os alunos.

a) Professores – a abordagem dos professores para essa pesquisa está relacionada por serem esferas importantes para estudo dessa temática, ligados aos objetivos específicos da pesquisa, colaborando para o desenvolvimento do trabalho, pois a aprendizagem dos alunos está ligada diretamente a metodologia e estratégias empregada diariamente em sua prática pedagógica.

b) Alunos – o envolvimento desses alunos contribuirá principalmente em uma abordagem observacional sobre os critérios colaborativos da alimentação saudável.

FIGURA Nº 10 - Participantes da pesquisa

GRUPO	QUANTIDADE
Professores	09
Alunos	30

Fonte: elaboração própria

Nesta pesquisa a amostragem foi não probabilística intencional, pois conforme Campoy (2018, p. 84) “neste tipo de seleção, o investigador decide os casos típicos de acordo com critérios e os objetivos do estudo”.

2.6.1. Processo de Seleção dos Participantes

Assim, visando demonstrar que os participantes desse estudo, se destacaram na escolha não probabilística e intencional, é oportuno mencionar as orientações de Campoy (2018, p. 84), “significando que a escolha dos participantes não depende da probabilidade”, uma vez que ela é feita de acordo com os critérios do pesquisador, ou seja, a escolha dos participantes não depende de que todos tenham a mesma probabilidade de serem escolhidos, mas sim da decisão do pesquisador. A seleção de amostras não probabilística e intencional é realizada de acordo com o julgamento do pesquisador.

Ainda referindo-se a uma seleção não probabilística e intencional, Hernández, et al (2013, p. 176) define que a seleção de participantes são “elementos que não dependem da probabilidade e sim das características da investigação”.

Dessa forma, a seleção dos participantes atendeu satisfatoriamente, ao objeto de estudo e está relacionado com o que queremos investigar, portanto seguindo esse propósito de seleção dos participantes escolhemos os professores do 3º ano do Ensino Médio e os alunos que estudam nessa turma. “Eleger entre uma mostra probabilística ou uma não probabilística depende da formulação do estudo, do desenho da investigação e das contribuições que precisa fazer com ela” (Hernández et al, 2013, p. 176).

2.7. Técnicas e instrumentos da coleta de dados

A definição do instrumento de coleta de dados de uma pesquisa está, segundo Lakatos (2003, p. 17), “relacionado com o problema a ser estudado; a escolha dependerá dos vários fatores relacionados com a pesquisa, ou seja, a natureza dos fenômenos, o objeto da pesquisa, os recursos financeiros, a equipe”.

A escolha do instrumento desta pesquisa foi cuidadosa em seguir a afirmativa de Lakatos, mantendo o foco no objetivo promovendo um nivelamento com o método. A parte de escolha das técnicas e instrumentos é uma das partes mais importantes de uma investigação e se propõe em manter-se a mais apropriada em relação ao estudo a ser executado, ou seja, as técnicas e instrumentos utilizados em uma pesquisa devem ser capazes de responder ao problema em questão.

Segundo Marconi e Lakatos (2003, p. 163), a “seleção instrumental metodológica está diretamente relacionada com o problema a ser estudado; a escolha dependerá de vários fatores relacionados a pesquisa, ou seja, a natureza dos fenômenos, o objeto da pesquisa e outros que possam surgir no campo da investigação”.

Por sua vez, no caso dessa investigação o importante é ter mãos um instrumento que realmente seja eficaz e que responda com precisão ao que queremos saber.

A elaboração ou organização dos instrumentos de investigação não é fácil, necessita de tempo, mas é uma etapa importante no planejamento da pesquisa. Em geral, as obras sobre pesquisa científica oferecem esboços práticos que servem de [...] além de dar indicações sobre o tempo e o material necessários à realização de uma pesquisa (Marconi e Lakatos, 2003, p. 164).

Nesse interim, tínhamos a intenção de recorrer a uma técnica que fosse estritamente capaz de responder a expectativa desse estudo e após exaustivo estudo, percebemos que a técnica de investigação que melhor pudesse responder aos questionamentos e aos objetivos e principalmente ao problema dessa investigação, seria a entrevista em profundidade e a observação participante.

Para que essa pesquisa atenda prontamente a todos os objetivos propostos se recorreu a técnicas que possibilitou analisar a colaboração da Escola Estadual de ensino Médio

Janelas para o Mundo na educação nutricional dos estudantes do 3º ano, as técnicas necessitam estar coerentes e correspondentes ao método de estudo.

Conforme Marconi e Lakatos (2018, p. 107), as técnicas de coleta de dados são “um conjunto de preceitos ou processos de que se serve uma ciência; são, também, as habilidades para usar esses preceitos ou normas, na obtenção de seus propósitos”. Tais técnicas correspondem, portanto, à parte prática do conteúdo coletado e observado.

Os dados desta pesquisa foram coletados através da:

1 - Observação participante – a observação participante é própria da investigação qualitativa, em que o investigador tem contato direto com o grupo que será observado. Sua observação será dirigida e controlada em direção ao objetivo proposto, registrando o comportamento dos indivíduos em um grupo, em salas de aula, etc. Segundo Campoy (2018, p. 330) “a observação participante estabelece uma comunicação intencionada entre o observador e o fenômeno observado de forma planejada”. A Observação Participante foi aplicada na turma de 3º ano com os alunos da Escola Municipal Estadual Janelas para o Mundo.

2 - Entrevista em profundidade – as entrevistas em profundidade são abertas, não diretas, não estruturadas e menos ainda padronizadas. É dirigida a compreensão e interpretação do fenômeno têm de suas próprias vidas, experiências, que expressam seus sentimentos com suas próprias palavras em uma conversa privada. Para Campoy (2018, p. 346) “faz referência uma técnica qualitativa de recolhimento de informações, que se caracteriza por não ser diretiva, nem estruturada, e sim aberta”. As entrevistas foram aplicadas a 3 professores que lecionam no 3º ano do Ensino Médio da referida escola. Podemos acrescentar ainda que a entrevista em profundidade é uma das técnicas mais utilizadas na recolhida de dados de uma investigação social. Para Campoy (2018, p. 348):

A entrevista em profundidade é uma técnica qualitativa utilizada com maior ou menor profundidade, flexível e dinâmica, que permite recolher uma grande quantidade de informações de uma maneira mais próxima e direta entre o entrevistador e o entrevistado, em que se põe a manifestação das emoções, sentimentos e pensamentos.

Toda via, pudemos compreender com precisão o objetivo da entrevista em profundidade e nos conscientizar de sua completa eficácia quando Marconi e Lakatos (2003, p. 195) diz que:

A entrevista é um encontro entre duas pessoas, a fim de que uma delas obtenha informações a respeito de determinado assunto, mediante uma conversação de natureza profissional. É um procedimento utilizado na investigação social, para a coleta de dados ou para ajudar no diagnóstico ou no tratamento de um problema social.

2.7.1. Validação dos instrumentos

O objetivo maior desse estudo é obedecer às regras de uma investigação científica. Além de todas as regras apresentadas até o dado momento, uma delas e o item considerado de relevante importância, que trata da validação dos instrumentos.

Dessa forma, as técnicas utilizadas nessa pesquisa, (Guia de Entrevistas e Questionários semiestruturado) foram encaminhados a 3 (três) professores-Doutores especialistas e expertos na temática estabelecida por essa pesquisa, isto é, possuem conhecimento sobre o tema em questão, com o propósito de poder obter diferentes tipos de evidências e as devidas correções para enriquecimento dos resultados. Campoy (2018, p. 218), afirma que “avaliar as propriedades psicométricas de um instrumento resulta básico para determinar a qualidade de sua medição. As suas características métricas essenciais para a precisão de um instrumento são a validade e fiabilidade”.

Nesse contexto, os especialistas levaram em conta a temática de estudo e expressaram suas opiniões obedecendo a diversos critérios de análise, dentre eles que as perguntas fossem capazes de obter respostas que fossem capazes de responder aos objetivos.

Em função das opiniões dos especialistas, foram realizadas as modificações oportunas, originando o formato final do guia de entrevista aplicado aos professores.

2.8. Procedimentos para Coleta dos Dados

A segunda parte dessa pesquisa aconteceu com a aplicação dos instrumentos aos participantes, professores do 3º ano do Ensino Médio. Da mesma forma apresentamos as

devidas conclusões e propomos algumas sugestões. Essas coletas de dados aconteceram entre os meses de abril, maio e junho.

1º Em uma reunião pedagógica transmitimos aos participantes os objetivos dessa pesquisa através de uma *carta de esclarecimento* (**conforme anexo**).

2º Os participantes assinaram a *carta de consentimento* onde se propunham a participar da pesquisa (**conforme anexo**).

Seguimos orientações de Minayo (2011, p. 55) para construção da segunda etapa: Trata-se de estabelecermos uma situação de troca. Os grupos devem ser esclarecidos sobre aquilo que pretendemos investigar e as possíveis repercussões favoráveis advindas do processo investigativo. É preciso termos em mente que a busca das informações que pretendemos obter está inserida num jogo cooperativo, onde cada momento é uma conquista baseada no diálogo e que foge à obrigatoriedade. Com isso, queremos afirmar que os grupos envolvidos não são obrigados a uma colaboração sob pressão. Se o procedimento se der dentro dessa forma, trata-se de um processo de coerção que não permite a realização de uma efetiva interação.

Por sua vez, as entrevistas (**conforme anexos**) foram direcionadas aos professores do 3º ano do Ensino Médio do referido colégio em datas pré agendadas com os participantes e direção geral. Nesse mesmo percurso realizamos as observações na turma citada.

Por fim, uma a terceira parte da pesquisa é apresentar as repostas aos objetivos e ao problema. Assim, o procedimento da pesquisa se concretiza nessa parte em que foi possível, fazer uma minuciosa análise dos dados obtidos e apresentar os resultados. Nessa parte foi feita a análise das entrevistas e da observação.

ANÁLISE DOS DADOS

O intuito da discussão desse item é apresentar os resultados dessa investigação que trata saber da colaboração da referida escola na alimentação saudável dos alunos.

Segundo Gil (2008, p 156):

A análise tem como objetivo organizar e resumir os dados de forma tal que possibilitem o fornecimento de respostas ao problema proposto para investigação. Já a interpretação tem como objetivo a procura do sentido mais amplo das respostas, o que é feito mediante sua ligação a outros conhecimentos anteriores obtidos.

Dessa forma a análise será abordada de forma que seja capaz responder os objetivos da pesquisa.

Resultado da análise do 1º objetivo: **Descrever o nível de conhecimento dos alunos sobre alimentação saudável**

Para tratar de conhecer sobre o nível de conhecimento dos alunos sobre a importância de uma alimentação saudável, questionamos junto aos professores Qual o nível de conhecimento dos alunos sobre a nutrição adequada. Em respostas tivemos:

Para o P9 *“Não existe conhecimento sobre nutrição adequada”*.

O P8 diz que *“normalmente, os alunos não se importam se é saudável, eles querem consumir. Além disso, o gosto é feito para atrair, a mídia também, a mídia também influencia na compra.*

Em uma profunda análise percebe-se que por mais que a escola tente organizar e conscientizar uma busca por alimentos saudáveis a mídia convence mais que a própria instituição.

De acordo com o P4 *“em meu ponto de vista penso que o conhecimento dos alunos é insuficiente sobre alimentação saudável. É carregado de informações genérica, sobretudo resumindo-se no consumo de verduras e legumes, mas não há conhecimento aprofundado sobre uma dieta saudável, consumo balanceado, etc”*.

O P7 reflete da mesma forma que os demais já citados: *“A grande maioria dos alunos não tem informação, sendo, portanto, muito rasa nos comentários e nos discursos”*.

Já o P3 dialoga: *“Não sei informar com precisão, entretanto ao observar os alunos, durante o intervalo, é notório que eles comem muitas coisas que não são saudáveis, exemplo: salgadinhos e refrigerantes”*.

Essas falas dos professores condizem muito com o que foi observado durante a prática de observação, no momento em que estivemos na escola para observar os itens referentes a temática, percebemos que os alunos se alimentam de forma indevida, no momento em que estão se alimentando de forma livre, ou seja, no intervalo. Isso confirma o que os professores relatam até agora.

Segundo o P2: o nível é *“mediano. Os alunos tem conhecimento sobre alimentação balanceada, alimentos saudáveis e não saudáveis, porém, na minha avaliação, o problema é que eles, por muitas vezes, escolhem não colocar em prática o que aprendem, pois já estão habituados a consumirem alimentos inadequados e apresentarem resistência em fazer reeducação alimentar”*.

Para o P1: *“Sabem da importância, mas não tem incentivos por parte da família e da escola”*.

Na fala do P1 entramos em debate sobre a nossa temática de forma bem direta, pois esse professor define que a escola não incentiva os alunos na prática de uma boa alimentação.

O P5 acredita *“que o conhecimento sobre alimentação saudável eles tem, isso é perceptível quando o assunto surge, no caso o que falta é conscientização do quanto é importante alimentar-se de forma adequada. Por isso, a importância de tratar esse tema em sala de aula”*.

A partir do momento que conhecemos o nível de conhecimentos dos alunos, a partir de uma óptica dos professores, quisemos saber também dos docentes qual a sua opinião acerca do nível de interesse dos alunos em relação as aulas sobre nutrição adequada.

De acordo com o P8 *“são apressados para consumir, no entanto, não tem muito conhecimento, consomem pelo gosto, pelo cheiro e também motivados pelos colegas, o interesse em uma alimentação saudável o interesse é baixo”*.

Já para o P9 os alunos *“tem bastante interesse, porque afeta diretamente a saúde, principalmente quando se fala em agrotóxico”*.

Nesse momento da análise já percebemos uma diferenciação entre opiniões dos professores, enquanto um acredita que não há nenhum interesse por parte dos alunos em consumir alimentos saudáveis ou P9 relata o contrário.

Já o P5 retrata: *“Ainda não dei uma aula exclusiva sobre o assunto, mas quando surgiu o assunto e conversamos rapidamente sobre o assunto todos pareceram interessados e até opinaram e contaram algumas experiências sobre a falta de uma alimentação saudável”*.

Para o P1 *“tem bastante interesse por esse assunto depende muito da didática do professor na sala de aula”*.

O P6 reitera de forma incisiva que *“a maioria não demonstra interesse algum, ou seja, este número é muito grande em meio aos adolescentes, principalmente porque há um pensamento relacionados aos alimentos que conduzem a nutrição, dizem que são caros demais, é inacessível a casa do pobre, e só pratica esse movimento quem está numa classe privilegiada”*.

A fala do P6 torna-se bem interessante, pois retrata um determinado conhecimento sobre o nível de interesse dos alunos, pois relata que para os alunos se alimentar de forma saudável custa caro e está bem longe da realidade dos alunos.

O P2 continua com o mesmo ponto de vista e diz que o nível de interesse dos alunos sobre a temática na sala de aula é *“mediano. Assim como na maioria dos conteúdos”*.

Já o P3 diz não saber informar pois não costuma abordar esse tema.

Dessa mesma forma se pronuncia o P4 *“não tenho condições de avaliar esse nível de interesse”*.

Já o P7 diz: *“São interessados, fazem perguntas, porém no dia-a-dia não praticam”*.

Ao final da análise desse objetivo percebe-se que de acordo com a prática alimentar dos alunos o nível de conhecimento sobre a importância de uma alimentação saudável é muito baixa. Tanto a fala dos professores como a observação in lócus permitiu retratar essa análise nessa configuração.

Resultado da análise do 2º objetivo: **Identificar se as práticas pedagógicas contribuem para a conscientização de uma alimentação saudável**

Para conhecer um pouco mais sobre a abordagem da temática alimentação saudável perguntamos aos professores como o tema alimentação saudável é abordado em suas aulas.

O P9 relata que “aborda quando fala dos alimentos transgênicos que causam doenças e não é uma alimentação saudável e quando se fala sobre os agrotóxicos que são usados na agricultura”. Em outras palavras a temática é trabalhada de forma superficial.

Na fala do P5 *“Em um mundo de muita agitação, com tempo limitado, alimentação saudável é o que menos tem acontecido e portanto, faz-se necessário abordá-lo em sala de aula, o assunto surge, por exemplo, quando o aluno surge comendo um salgadinho (que geralmente tem o cheiro forte) e daí surge o debate sobre a alimentação saudável, trata-se de um momento pertinente para tratar o assunto”*.

É importante retratar sobre a fala do P5, mesmo não sendo uma abordagem específica e aprofundada o professor utiliza um momento propício e adequado para tratar a temática utilizando uma situação real.

Ainda respondendo ao 2º objetivo, o P2 diz que *“nos primeiros anos do Ensino Médio, enfatiza essa temática em Bioquímica Celular, associando as propriedades dos nutrientes, suas funções e importância em nosso organismo, bem como as possíveis doenças associadas à carência ou abundância de determinados nutrientes. Em uma das atividades propostas para os alunos desta série investigo os alimentos que os alunos consomem no dia-a-dia e classificamos os alimentos saudáveis e não saudáveis, por fim calculamos o IMC dos alunos”*.

Nota-se profundidade na fala desse participante, pois sentimos profundidade da sua descrição sobre a pergunta feita, sabendo que até o IMC dos alunos são calculados.

Já o P3 retrata que *“Não é um tema que costuma trabalhar. Entretanto ao falar sobre consumismo dentro da minha disciplina, acabamos falando sobre o consumo de produtos industrializados”*.

O P7 relata que *“trabalha a partir da temática da bioquímica celular, onde se aborda o estudo das proteínas, vitamina, sais minerais e também da fisiologia que afeta o organismo”*.

Atém este ponto da análise percebe-se que os professores retratam essa temática na sala de aula.

Na fala do P4 *“o tema alimentação saudável não integra os componentes curriculares da disciplina de Sociologia no Ensino Médio. Embora, penso que seja uma falha na estrutura curricular, pois trata-se de um tema que pode ser abordado de forma transversal uma vez que a alimentação é também um assunto social”*.

Já analisando a fala do P4 notamos a devida importância a temática, pois para este professor esse tema deveria está inserido nos parâmetros curriculares como conteúdo principal, visto que a alimentação saudável é importante para todas as pessoas.

Em relação ao P6 *“a temática alimentação saudável, na minha disciplina é abordada de forma mais específica a partir da introdução de assuntos voltados as mudanças sociais e a criação e implementação da disciplina de sociologia, no qual enfatiza a questão da modernização e mudanças de hábitos da sociedade em geral”*.

Esse debate torna-se importante porque sentimos através da fala dos professores que a temática está sendo abordada nas salas de aula, isso podemos retratar através da fala dos professores pois no momento que foi aplicado a técnica de observação participante não podemos presenciar práticas pedagógicas que abordassem essa temática em questão.

Para aprofundar o debate sobre esse tema perguntamos aos professores qual a importância de aprofundar a temática sobre alimentação saudável.

Para o P8 *“na sociologia a alimentação é importante porque representa a tradição, representa um pouco uma cultura. Se ela é saudável ou não, aí depende da cultura que esse alimento representa. Na antiguidade geralmente o que se comia era o que tinha de mais abundante e por isso era típico daquele local ou daquele povo. Na atualidade, o conceito de comida industrializada trouxe uma abundância de alimentação que se globalizou e isso dificulta o resgate da importância de uma alimentação saudável”*.

Para o P5 *“a importância é para que tenhamos uma geração mais saudável, como vemos por aí: - você é o aquilo que você come, então torna-se importante esses alunos sobre uma nutrição adequada”*.

De acordo com o P2 *“aprofundar o tema da alimentação saudável é importante para estimular hábitos alimentares mais adequados para os nossos alunos e, assim, promover mais qualidade de vida para os mesmos”*.

O P7 julga *“muito importante para melhorar a qualidade de vida dos estudantes e os sensibilizarem para uma mudança nos hábitos alimentares”*.

O P4 relata que *“a importância de abordar e aprofundar o tema alimentação saudável se dá pelo fato de que é preciso reforçar que a alimentação saudável tem reflexo na qualidade de vida, porém antes de tudo é preciso também refletir sobre o contexto sociocultural e econômico dos alunos, pois numa sociedade em que os alunos tem sua única refeição na escola, a alimentação se torna bem delicado, porém entendo que os estudantes precisam saber se aprofundar nesse assunto até para terem conhecimento de sua situação e tentar superá-la”*.

Apesar do P4 relatar a importância de uma alimentação saudável em nenhum momento ele cita a relevância de abordar essa temática nas aulas, ou seja, cita apenas que o aluno precisa se aprofundar no assunto para uma melhor qualidade de vida dele.

Dando continuidade a análise desse objetivo perguntamos aos professores com qual frequência esse tema é abordado em suas aulas.

Em resposta o P8 diz:

“Falamos disso em um bimestre, mas sempre que é preciso recorremos ao tema”.

O P9 diz:

“Normalmente em dois bimestres”.

O P7 relata que *“entre três a quatro vezes ao ano”*.

Esses professores relatam que o tema é abordado em suas aulas mesmo que de forma esporádica. Porém, a maioria desses participantes dizem que raramente trabalham essa temática em sala de aula, citando a partir dessa abordagem que irão levar mais vezes essa temática para sala de aula.

Finalmente podemos analisar que apesar de os professores denotarem uma devida importância ao tema esse assunto é tratado de forma muito superficial em suas aulas. E muitas vezes de forma rara esse assunto é discutido de forma superficial.

Resultado da análise do 3º objetivo: Discutir o papel da escola como espaço construtor da conscientização para uma alimentação saudável

Para discutir a análise desse objetivo perguntamos aos professores qual o papel da escola na transformação dos hábitos alimentares inadequados dos alunos.

De acordo com o P8 *“a escola, além de ser fonte de informação também pode ser fonte de exemplo. Informar através das disciplinas ou em projetos interdisciplinares. Também apresentando merenda escolar balanceada para distribuição e venda”*.

Para o P9 *“a escola tem um papel fundamental, deveria se trabalhar desde a creche”*.

Igualmente para o P3 *“a escola tem um importante papel, haja vista que é fomentadora de conhecimentos e práticas, que são importantes para a vida dos alunos”*.

O P6 relata que *“a escola é uma peça fundamental nesse contexto, pois nós professores incentivamos e apoiamos nossos alunos a se aproximarem de seu lugar de fala, onde o cenário da escola é propício a disseminação e prática de bons hábitos, além de promover discussões que podem oportunizar um pensamento de reflexão que condiz as mudanças de ações, caminhando a uma qualidade de vida e prática de inclusão social, onde todos tem que fazer deste mesmo processo transformador”*.

O papel da escola segundo o P7 é: *“fazer um planejamento do cardápio escolar mediante as diretrizes da política da merenda escolar. Preparo dos alimentos, higiene, manipulação”*.

No mesmo contexto o P5 fala que é *“de suma importância, apesar de não ocorrer isso, começando pela merenda escolar, que muitas vezes não tem nada de saudável”*.

Para o P1 *“é super importante, a escola deve ofertar um cardápio saudável para incentivar o consumo saudável dos alimentos”*.

Nesse debate, os professores deixam claro que a escola é o ponto principal para conscientizar os alunos de uma prática alimentar saudável, no entanto de acordo com a fala dos participantes não é isso que vem acontecendo. Na fala desses participantes conhecemos a importância e a valorização de uma boa alimentação, mas por sua vez a escola não vem fazendo seu papel.

Como exemplo citamos a fala do P2: *“a escola é muito importante na conscientização e transformação dos hábitos alimentares dos alunos e, conseqüentemente de suas famílias, pois os conhecimentos adquiridos em sala de aula são refletidos no ambiente familiar”*.

Em relação a análise da observação participante, pode-se explicar que no momento em que aplicamos essa técnica ficou claro que a escola pode melhorar na questão de equilibrar as merendas oferecidas, concordando então com o falado pelos professores.

Para aprofundamento e análise do terceiro objetivo perguntamos aos professores se existe relação entre uma alimentação saudável e aprendizagem.

Para o P1 a relação é *“total, indissociável, pois fornecem energia”*.

De acordo com o P4 *“as privações de alguns itens básicos como alimentação que o indivíduo vive os exclui de um processo saudável de educação, tornando-se assim difícil de assimilar conhecimentos e informação. Além do que há muitos sujeitos em condições de pobreza que trabalham longas jornadas de trabalho ou em condições insalubres, se alimentam mal o que prejudica o rendimento escolar, e muitas vezes acabam por desistir de estudar”*.

Na fala do P4 retrata muito o que a ciência define como contribuição de uma aprendizagem significativa. Ou seja, em qualquer série que o aluno esteja cursando, esse indivíduo necessita estar bem alimentado e de forma saudável.

Para o P2 *“é de suma importância que os alunos tenham uma alimentação adequada para que o processo de ensino aprendizagem se dê de forma eficaz, tendo em vista que uma alimentação balanceada proporciona diversos benefícios a saúde, como maior capacidade de concentração”*.

A mesma opinião tem o P9 quando diz que: *“a relação é total, pois a deficiência de nutrientes, causa indisposição, o que leva o desinteresse pelos conteúdos também”*.

Até o presente momento em que se analisa a relação entre a alimentação saudável e a aprendizagem conseguimos perceber que os professores por unanimidade acreditam que a aprendizagem é reforçada por uma alimentação saudável.

A mesma ideia é apontado pelo P3: *“todas as relações. Pois a alimentação é importante para manter a vida física saudável e mental dos alunos”*.

Para o P7: *“está relacionada principalmente aos nutrientes que são fornecidos pelos alimentos, pois eles devem permitir que a carga nutricional favoreça o desenvolvimento, não apenas físico, mas também permitir que haja um bom desenvolvimento cognitivo, um bom condicionamento psicossocial nas interações sociais, os mecanismos de concentração, enfim as atividades no geral”*.

Ao fim desse questionamento não há dúvidas que os professores concordam que a alimentação contribui com a aprendizagem dos alunos, de todos os participantes que participaram desse estudo todos aprontaram uma relação indissociável entre esses dois elementos.

Com o intuito de aprofundar conhecimentos sobre a responsabilidade da escola acerca de oferecer alimentação saudável aos alunos perguntamos aos participantes até que ponto a escola se torna uma esfera responsável pela conscientização de uma alimentação saudável.

Para o P9 *“a escola é uma entidade responsável por passar valores aos educandos e isso inclui valores alimentares, orientações para escolher um cardápio mais saudável, pois a escola precisa ser exemplo”*.

Para o P5 *“a partir do momento em que se abre as portas para a educação, a escola já é responsável por ensinar sobre alimentação saudável”*.

O P1 reflete que: *“desde os primeiros anos iniciais, ainda na creche, pois os pais também não têm conhecimento para passar para os filhos”, ou seja, de acordo com esse professor a escola é essencial”*.

Assim mesmo relata o P2 *“o ambiente escolar é importante na conscientização de bons hábitos alimentares, pois possibilita a discussão desse tema e sua imersão no ambiente familiar”*.

Por fim, no momento em que se trata de discutir o papel da escola como espaço construtor da conscientização para uma alimentação saudável os participantes reiteram a responsabilidade da escola nesse contexto e torna-se indispensável nesse processo de transformação alimentar.

Resultado da análise do 4º objetivo: Analisar as ações escolares em função de melhorar a alimentação dos alunos

Nesse ponto da análise analisamos as ações que a escola já realiza em função de melhorar a alimentação dos alunos, ou seja o que a escola já realiza em função de melhorar a e transformar os hábitos alimentares dos alunos.

Assim perguntamos o que a escola tem feito para melhorar os hábitos alimentares dos alunos.

Como respostas tivemos:

P8: *“A escola tem feito muito pouco, embora alguns professores tentam colaborar fazendo projetos com essa temática, mas a merenda escolar não é oferecida saudável nem a que tem para vender tem opção saudável”.*

O P5 diz que: *“acredito que um professor ou outro trabalha o tema, mas a escola como um todo não tem feito muita coisa não, o que pode ser mudado”.*

Para o P1 *“a escola em si não tem esse cuidado”.*

De acordo com o P9: *“em termos de merenda uma leve mudança, pois já começaram a servir frutas, o açaí também, porém em termos de instrução, aulas, nada se faz”.*

O P4 diz que *“desconhece qualquer iniciativa”.*

A mesma fala reflete o P2: *“Desconheço alguma iniciativa feita pela escola, como um projeto voltado para esse tema. Os professores trabalham de forma isolada com intuito de melhorar os hábitos dos alunos, porém muitas vezes as condições de trabalho não possibilitam resultados mais eficazes”.*

O P3 diz: *“nessa escola não vejo nenhuma ação específica”.*

Esse questionamento tornou-se importante para saber que a escola escolhida para realizar a pesquisa não tem nenhuma ação voltada para uma conscientização de alimentação saudável. De acordo com todos os professores não há nenhuma iniciativa por parte da escola nesse quesito estudado.

Para aprofundar esse objetivo perguntamos aos professores quais os projetos vigentes sobre a alimentação saudável estão sendo desenvolvidos na escola.

O P9 diz; *“que infelizmente não há projetos aqui, mas seria muito importante que houvesse projetos que além de tratar de assuntos como alimentação saudável, também tentassem combater o desperdício alimentar por meio de palestras, incentivos e até premiações”*.

O P6, o P3, o P1, o P4, o P2 reflete da mesma forma *“desconhece qualquer iniciativa no momento”*.

O P5 diz: *“não soube de nenhum, até por causa da pandemia, muitos projetos foram engavetados, mas acredito que seja de fundamental importância, fazer um projeto sobre isso, assim que possível.*

Nesse questionamento ficamos sabendo que a escola não possui projetos que aborde essa temática.

CONCLUSÃO

A nutrição não se resume ao fato de manter uma pessoa bem alimentada e acabou. Ela está ligada a diversos elementos indispensáveis para o desenvolvimento corporal, motor e também intelectual.

Por sua vez, é importantíssimo uma alimentação saudável na escola, e desde pequeno criar preferências alimentares saudáveis nas crianças. Ou seja, se quando criança a pessoa tiver hábitos ruins, a saúde vai cobrar lá na frente, porque depois de “velho” fica bem mais difícil se acostumar e passar a gostar de coisas que você não aprendeu a saborear desde pequeno! Isso sem contar as tão temidas doenças autoimunes, que podem ou não se desenvolver de acordo com o estilo de vida. Se houver a presença de algum desses genes e não for de conhecimento dos pais, uma alimentação errada pode levar esse pequeno ou pequena a adoecer ao longo da vida.

Essas contribuições são importantes para definirmos critérios conclusivos sobre a importância e a responsabilidade da escola em oferecer uma alimentação balanceada em todas as fases do seu estudo.

Por sua vez, vários são os desafios de inserir alimentos saudáveis na vida dos jovens, pois a mídia apresenta e convence a maioria que o alimento industrializado é mais gostoso, assim a escola se torna uma parte principal em oferecer além de uma alimentação saudável na merenda uma planificação curricular que atenda e conscientize os jovens da importância de se alimentar bem.

De acordo com dados do Ministério da Saúde, 10% das meninas e 13% dos meninos brasileiros entre 5 e 19 anos são obesos ou têm sobrepeso. Além do estilo de vida moderno, que favorece o sedentarismo, o consumo excessivo de guloseimas, frituras, salgadinhos, refrigerantes e outros produtos industrializados podem fazer mal à saúde.

Diante disso, a educação alimentar tem se tornado uma extensão da proposta pedagógica das escolas que enxergam o espaço privilegiado que ocupam no desenvolvimento dos hábitos alimentares dos alunos.

A escola por ser um ambiente educativo, inclusive na hora da refeição, assim é importante que as instituições desestimulem a presença de alimentos prejudiciais à saúde, inclusive esse fato foi observado na escola em que foi realizada a pesquisa.

Assim respondendo ao objetivo primeiro que visa descrever o nível de conhecimento dos alunos sobre alimentação saudável concluímos que os alunos não possuem um conhecimento adequado sobre a importância de uma alimentação saudável, de tal forma que

se alimentam de várias coisas que não são saudáveis o que compromete a sua saúde no futuro.

Sabendo do nível deficiente dos alunos acerca de se alimentar de forma saudável é necessário que a escola como formadora de opiniões possibilite e realize intervenções que sejam capazes de informar e reeducar os alunos oferecendo para eles, de antemão, uma alimentação saudável, esse é o primeiro passo, depois inserir nas atividades interdisciplinares conteúdos que revelem a importância e o debate sobre essa temática.

Em relação ao segundo objetivo que trata de identificar se as práticas pedagógicas contribuem para a conscientização de uma alimentação pedagógica, constatou-se que essa temática é abordada de forma muito superficial na sala de aula que esses professores lecionam, não existe um projeto voltado para desenvolver essa temática com mais profundidade e que gere interesse entre os alunos. Os professores, sem qualquer exigência curricular, desenvolvem temas educacionais sobre alimentação saudável por critérios próprios já pensando em uma melhor qualidade de vida para esses alunos e futuros cidadãos.

Assim, concluímos que alguns professores possuem mais interesse em desenvolver essa temática em sala de aula, outros nem tanto.

De acordo com o terceiro objetivo que visa discutir o papel da escola como espaço construtor da conscientização para uma alimentação saudável, concluímos que a escola não possui interesse social em oferecer uma alimentação saudável bem como aprimorar as práticas pedagógicas voltadas para essa temática. Constatamos que não existe nenhum tipo de incentivo ou planejamento de ações que fomente a melhoria da qualidade da merenda escolar, como também a conscientização dos alunos com esse propósito.

Em se tratando do objetivo quatro que permite analisar sobre as ações escolares em função de melhorar alimentação dos alunos mais uma reiteramos as nossas conclusões e somos enfáticos ao descrever que a escola escolhida para pesquisa não possui ações de nenhuma espécie voltada a melhorar o interesse dos alunos sobre a importância de se alimentar de forma equilibrada e saudável.

Por fim, acerca do objetivo geral que visa analisar a colaboração da Escola Estadual Janelas para o mundo na conscientização de uma alimentação saudável nas turmas de 3º ano do Ensino Médio, constatamos que pouco existe a colaboração da escola no sentido de informar e conscientizar os alunos nesse propósito, nem a merenda escolar oferecida pela

instituição é adequada as normas saudáveis, como também a alimentação vendida dentro da escola atende os critérios de equilíbrio que o corpo precisa para se desenvolver.

Por conseguinte, não foi observado ações ou projetos que a escola desenvolva para melhor essa situação. O qual concluímos que diante do objetivo retratado não existe colaboração da escola para esse fim.

SUGESTÕES

A partir do aporte teórico o recolhimento dos dados da pesquisa somos capazes de tecer nossas sugestões:

Dessa forma sugerimos que:

- Que sejam oferecidas aos professores formação continuada para que eles estejam preparados para trabalhar essa temática de forma mais aprofundada.
- Que os alunos sejam incentivados a se alimentarem de forma saudável na escola e fora dela dentro de suas condições e necessidades.
- Que a escola crie projetos de intervenção que mobilize toda comunidade escolar no propósito de incentivo em uma alimentação equilibrada.
- Que a família esteja inserida nas ações de conscientização da importância de uma alimentação saudável.

REFERÊNCIAS

- Amaral, T. P. D. (2013). Análise de uma intervenção educativa de alimentação e nutrição em servidores da Administração Regional de Planaltina-DF.
- Araújo, L. M. P., Fortes, R. C., & Fazzio, D. M. G. (2013). Análise do uso de dietas da moda por indivíduos com excesso de peso. *Journal of the Health Sciences Institute*, 31(4), 388-391.
- Borsoi, A. T., Teo, C. R. P. A., & Mussio, B. R. (2016). Educação alimentar e nutricional no ambiente escolar: uma revisão integrativa. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, 1441-1460.
- Brasil. (1996). *Lei de Diretrizes e Base da Educação Nacional*. Lei nº 9394/96, de 20 de 1996.
- Brasil. (2005). Ministério da Saúde. *Estatuto da criança e do adolescente*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde.
- Calliari, D. U. (2019). *Qualidade: retratos da educação brasileira da atualidade*.
- Campos, D. M. D. S. (2003). Psicologia da aprendizagem. In *Psicologia da aprendizagem* (pp. 304-304).
- Campos, K. B. A. C. (2012). *Hábitos alimentares e níveis pressóricos de adolescentes*. Monografia (Bacharelado em Nutrição). Universidade Federal do Piauí, Picos.
- Cardoso, S., Santos, O., Nunes, C., & Loureiro, I. (2015). Escolhas e hábitos alimentares em adolescentes: associação com padrões alimentares do agregado familiar. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, 33(2), 128-136.
- Ceccon, C., & Oliveira, M. D. D. (1982). *A vida na escola e a escola da vida*. IDAC/Vozes.
- Cervato-Mancuso, A. M., Vincha, K. R. R., & Santiago, D. A. (2016). Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 26(1), 225-249.
- Contão, B. R. C.; Quintão, L. V.; Silva, S. O. (2009). *Avaliação das dietas para emagrecimento veiculadas por revistas femininas de baixo custo*. Monografia (Graduação em Nutrição). Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Vale do Rio Doce. Governador Valadares.
- Conti, M. A., Frutuoso, M. F. P., & Gambardella, A. M. D. (2005). Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. *Revista de Nutrição*, 18(4), 491-497.
- Falcão, G. M. (2008). *Psicologia da aprendizagem*. São Paulo. Ática.

- Faria Neto, J. R., Bento, V. F. R., Baena, C. P., Olandoski, M., Gonçalves, L. G. D. O., Abreu, G. D. A., ... & Bloch, K. V. (2016). ERICA: prevalence of dyslipidemia in Brazilian adolescents. *Revista de saúde pública*, 50.
- Farias, S. J. S. S.; Fortes, R. C.; Fazzio, D. M. G. (2014). Análise da composição nutricional de dietas da moda divulgadas por revistas não científicas. *Nutrire*, 39(2):196-202, agosto.
- Fávero, E. A. G.; Pantoja, L. M. P.; Mantoan, M. T. E. (2007). *Aspectos legais e orientação pedagógica*. São Paulo: MEC/SEESP.
- Fernandes, M. D. B. (2011). *Hipercolesterolemia para além do tratamento farmacológico*.
- França, C. D. J., & Carvalho, V. C. H. D. S. D. (2017). Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. *Saúde em Debate*, 41, 932-948.
- Frota, M. A., Páscoa, E. G., Bezerra, M. D. M., Martins, M. C., & Gurgel, A. A. (2009). Má alimentação: fator que influencia na aprendizagem de crianças de uma escola pública. *Revista de APS*, 12(3).
- José, E. A.; Coelho, M. Te. (2002). *Problemas de Aprendizagem*. São Paulo. Ática.
- Lakotos, M. M., & Marconi, L. E. (2010). Fundamentos da metodologia científica. *São Paulo: Atlas*.
- Leite, L. B. M., & MÓL, G. Educação alimentar: considerações de adolescentes acerca das dietas alimentares. *ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS*, 11.
- Libâneo, J. C. (2007). *Pedagogia e pedagogos, para quê?*. São Paulo, 5.
- Lima, K. V. G., Bion, F. M., de Lima, C. R., Nascimento, E., de Albuquerque, C. G., & de Castro Chagas, M. H. (2010). Valor nutricional de dietas veiculadas em revistas não científicas. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 23(4), 349-357.
- Lucon, C. B. (2011). O adolescente hospitalizado com câncer: a importância do trabalho do professor de classe hospitalar para esse alunado. IN: MATOS, Elizete Lúcia Moreira; TORRES, Patrícia Lupion. *Teoria e prática na pedagogia hospitalar: novos cenários, novos desafios*. 2 ed. Curitiba: Champagnat.
- Ludke, M., & André, M. (1986). Pesquisa em educação: abordagens qualitativas. *Em Aberto*, 5(31).

- Oliveira, C. L. D., Mello, M. T. D., Cintra, I. D. P., & Fisberg, M. (2004). Obesidade e síndrome metabólica na infância e adolescência. *Revista de nutrição, 17*, 237-245.
- Pires, B. R. F. (2017). *Padrão alimentar e dislipidemia em adolescentes de escolas públicas de uma capital do nordeste brasileiro*.
- Prado et al. (2012). *Atualização terapêutica: diagnóstico e tratamento - 2012/2013*. 24 ed. São Paulo: Artes Médicas.
- Ramos, F. P., Santos, L. A. D. S., & Reis, A. B. C. (2013). Educación alimentaria y nutricional en las escuelas: una revisión de la literatura. *Cadernos de Saúde Pública, 29*(11), 2147-2161.
- Ribeiro, R. A. T. (2011). *Hipercolesterolemia em jovens adolescentes* (Doctoral dissertation, Universidade Fernando Pessoa (Portugal)).
- Rodrigues, P. R. M. (2014). Hábitos alimentares, estilo de vida e estado nutricional de adolescentes: um estudo de base escolar em Cuiabá–MT. *Rio de Janeiro: UFRJ*.
- Sampieri, R. H. (2006). *Metodología de La investigación*. 4 Ed. Mexico: Mc Graw Hill.
- Santos, L. A. D. S. (2010). Da dieta à reeducação alimentar: algumas notas sobre o comer contemporâneo a partir dos programas de emagrecimento na Internet. *Physis: Revista de Saúde Coletiva, 20*, 459-474.
- SEBER, Maria da Glória. *Construção da Inteligência pela Criança*. São Paulo: Scipione, 1993.
- Silva, A. B. B. (2003). *Mentes inquietas*. São Paulo: Gente.
- Silva, M. A. S. S. (1994). *Conquistando o mundo da escrita*. Editora Ática.
- Silva, S. U. D., Monego, E. T., Sousa, L. M. D., & Almeida, G. M. D. (2018). As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar. *Ciência & Saúde Coletiva, 23*, 2671-2681.
- Strick, C., & Smith, L. (2001). *Dificuldades de aprendizagem de A a Z—Um guia completo para pais e educadores*. Porto Alegre: ARTMED.
- Tavares, L. F., Castro, I. R. R. D., Levy, R. B., Cardoso, L. D. O., & Claro, R. M. (2014). Padrões alimentares de adolescentes brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE). *Cadernos de Saúde Pública, 30*, 2679-2690.
- Teixeira, E. (2010). As três metodologias: acadêmica, da ciência e da pesquisa. In *As três metodologias: acadêmica, da ciência e da pesquisa* (pp. 203-203).

Triviños, A. N. S. (2008). *Introdução à Pesquisa em Ciências Sociais: a pesquisa qualitativa em educação*. São Paulo: Atlas.

Zancul, M. D. S. (2008). *Orientação nutricional e alimentar dentro da escola: Formação de conceitos e mudanças de comportamento*.

Anexo nº 01: Validação dos Instrumentos dos professores



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ASUNCIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION E LA COMUNICACIÓN
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

FORMULÁRIO DE VALIDAÇÃO DA ENTREVISTA

Prezado (a) Professor (a),

Este formulário destina-se à **validação** do instrumento que será utilizado na coleta de dados da pesquisa de campo cujo tema é: **COLABORAÇÃO DA ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO JANELAS PARA O MUNDO NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DOS ESTUDANTES EM PARAUAPEBAS-PA. Problemática: De qual forma a Escola Estadual Janelas para o Mundo pode colaborar com a conscientização dos alunos do Ensino Médio para uma alimentação saudável? Objetivo geral da Pesquisa:** Analisar a colaboração da Escola Estadual Janelas para o Mundo na conscientização de uma alimentação saudável para os alunos do 3º ano do Ensino Médio. **1º Objetivo específico:** Descrever o nível do conhecimento dos alunos sobre alimentação saudável. **2º objetivo específico:** Identificar se as práticas pedagógicas contribuem para a conscientização de uma alimentação saudável. **3º objetivo específico:** Discutir o papel da escola como espaço construtor da conscientização para uma alimentação saudável. **4º objetivo específico:** Analisar as ações escolares em função de melhorar a alimentação dos alunos. Para isso, solicito sua análise no sentido de verificar se **há adequação entre as questões formuladas e os objetivos referentes a cada uma delas**, além da clareza na construção dessas mesmas questões. Caso julgue necessário, fique à vontade para sugerir melhorias utilizando para isso o campo de observação. A numeração na coluna I corresponde ao número de questões e será utilizado para a aprovação de cada questão, o mesmo para a coluna II. As colunas com **SIM** e **NÃO** devem ser assinaladas com **(X)** se houver, ou não, coerência entre **perguntas, opções de resposta e objetivos**. No caso da questão ter suscitado dúvida assinale a coluna **(?)** descrevendo, se possível, as dúvidas que a questão gerou na observação. Sem mais para o momento antecipadamente agradeço por sua atenção e pela presteza em contribuir com o desenvolvimento da minha pesquisa.

QUESTÕES E OPÇÕES DE RESPOSTA	OBJETIVO DA QUESTÃO	

ENTREVISTA PARA PROFESSORES	COERÊNCIA			CLAREZA		
	Sim	Não	?	Sim	Não	?
Questão 1 – Como é abordado o tema alimentação saudável em suas aulas?						
Questão 2 – Qual o nível de conhecimento dos alunos sobre uma nutrição adequada?						
Questão 3 – Qual o nível de interesse dos alunos em relação as aulas sobre uma nutrição adequada?						
Questão 4 – De que forma essa temática é aborda em suas aulas?						
Questão 5 – Qual a importância de aprofundar a temática sobre uma alimentação saudável em suas aulas?						
Questão 6 – Com qual frequência esse tema é abordado em suas aulas?						
Questão 7 – Qual o papel da escola na transformação dos hábitos alimentares inadequado dos alunos?						
Questão 8 – O que a escola tem feito para melhorar os hábitos alimentares dos alunos?						
Questão 9 – Qual a relação entre uma alimentação saudável e a aprendizagem?						
Questão 10 – Quais os projetos vigentes sobre alimentação saudável estão sendo desenvolvidos na escola?						
Questão 11 – Até que ponto a escola se torna uma esfera responsável pela conscientização de uma alimentação saudável?						
Questão 12 – Qual a contribuição desses projetos para a vida dos alunos?						