

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ASUNCIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANÍSTICAS Y DE LA
COMUNICACION
MAESTRIA EN CIENCIAS DE LA EDUCACION**

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: ANÁLISE DA ABORDAGEM
DO TEMA SAÚDE NO CONTEXTO EDUCACIONAL
ATRAVÉS DOS PCNS TRANSVERSAIS**

Rebeca Mairã dos Santos Nobrega Rodrigues

Asunción, Paraguay

2018

Rebeca Mairã dos Santos Nobrega Rodrigues

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: ANÁLISE DA ABORDAGEM
DO TEMA SAÚDE NO CONTEXTO EDUCACIONAL
ATRAVÈS DOS PCNS TRANSVERSAIS**

Tesis preparada a la UAA como requisito parcial
para la obtención del título de master en ciencias
de la educación.

Orientador/tutor/a: Prof. Dr. José Antonio Torres González.

Asunción, Paraguay

2018

Rodrigues, R. M. S. S. N. 2018. **Alimentação saudável: Análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais.** / Rebeca Maira dos Santos Nobrega Rodrigues /

Nombre do tutor: Prof. Dr. José Antonio Torres González

Disertación académica en maestría de Ciencias de la Educación – UAA, 2018.

Rebeca Mairã dos Santos Nóbrega Rodrigues

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: ANÁLISE DA ABORDAGEM
DO TEMA SAÚDE NO CONTEXTO EDUCACIONAL
ATRAVÈS DOS PCNS TRANSVERSAIS.**

Esta tesis fue evaluada y aprobada en fecha __/__/__ para la
obtención del título de Master en Ciencias de la Educación por la
Universidad Autónoma de Asunción - UAA

Asunción, Paraguay

2018

Ao Senhor Deus, que me criou e foi minha fonte de inspiração no processo deste trabalho. A minha mãe, pelo exemplo de mulher e incentivo para prosseguir, ao meu esposo por estar comigo nesta jornada e a minha filha, Pâmela Beatriz pela paciência e sabedoria em saber que os esforços aqui empreendidos são frutos que serão colhidos no futuro.

AGRADECIMENTOS

Desafio tão grande quanto escrever esta dissertação, foi dedicar um tempo para escrever às pessoas que contribuíram para concretização deste sonho. Em primeiro lugar, agradeço ao meu Deus que é soberano e que me fez acreditar que tudo é possível aos olhos d'Ele. A minha mãe, por acreditar sempre no meu sucesso e no meu potencial; ao meu esposo que participou desta jornada comigo - o mesmo mestrado e mesma linha de pesquisa, ou seja, muito estresse, muita ansiedade... mas, nessa reta final, deu tudo certo. As minhas filhas, Pâmela Beatriz e Lohanna Clara, pelo apoio em compreender que para se conseguir algo na vida exige muito tempo e esforço, sou grata por entenderem isso, já que por muitas vezes deixei de estar na companhia delas para poder me dedicar aos estudos. A minha irmã, Mayara, por torcer por minha felicidade; aos meus cunhados por sempre estarem intercedendo por mim e acreditando em minha pessoa. Ao meu querido orientador, professor Dr. José Antônio Torres González, que através da pessoa que ele representa me incentivou bastante para continuar pesquisando. Sou grata professor, por suas orientações, por ter dedicado seu precioso tempo para sua aluna.

Em fim não posso adicionar o nome de todas as pessoas que gostaria de agradecer, pois a lista seria enorme. Porém agradeço a Deus pela vida de todos vocês e que Ele venha recompensar a todos em dobro.

“Renda-se como eu me rendi. Mergulhe no que você não conhece como eu mergulhei. Não se preocupe em entender, viver ultrapassa qualquer entendimento. “

LISPECTOR C. 1985

RESUMEN

Los hábitos de una alimentación no sana pueden acarrear consecuencias negativas para el bienestar del individuo. La escuela constituye una agencia de formación ciudadana y, en ese aspecto, el tema transversal de la salud debe ser incorporado en el currículo escolar. En este contexto, el profesor, al abordar contenidos relacionados con la educación sana, ejerce una función mediadora en el sentido de llevar al educando a comprender la salud como una necesidad básica para el crecimiento y desarrollo del ser humano. La orientación para que el educando se sienta motivado a adoptar hábitos de autocuidado, atentando hacia los límites marcados por el propio cuerpo debe ser vivenciada en el aula. El estudio "Alimentación saludable: análisis del enfoque del tema salud en el contexto educativo a través de los PCN's transversales" tiene como objetivo general analizar el grado de aplicabilidad del tema alimentación sana, como eje transversal del currículo en la enseñanza fundamental. Se trata de un estudio descriptivo, que busca la obtención de informaciones inherentes a actitudes y procesos desarrollados por el profesor en su ambiente de trabajo. La investigación es cualitativa, interpretativa y fue desarrollada por medio del método de estudio de caso. La investigación se realizó en dos escuelas (una municipal y otra estatal) ubicadas en el municipio de Itatuba, en el estado de Paraíba. Los datos fueron obtenidos a través de la aplicación de entrevista con profesores y gestores y de cuestionario con estudiantes del 6° al 9° año de la Enseñanza Fundamental. Los resultados mostraron que los profesores poco trabajan los asuntos relacionados con la alimentación sana; sólo en las disciplinas matemáticas, la ciencia y la educación física se aborda el tema. Los principales obstáculos enfrentados por los docentes para abordar el tema están relacionados con la formación, la motivación, la ausencia de materiales adecuados y la falta de planificación en las escuelas. Se constató que los alumnos no practican hábitos alimenticios saludables porque desconocen el asunto de forma profundizada. Se pretende que esta investigación contribuya a movilizar la atención de la comunidad a las escuelas investigadas contribuyendo tanto a la aplicabilidad de la temática, como prescriben los PCN, en cuanto a un crecimiento y desarrollo sano de los estudiantes y consecuentemente con la prevención de enfermedades futuras, mejorando el acceso el desarrollo económico brasileño, evitando gastos excesivos con la salud.

Palabras claves: alimentación sana - salud - temas transversales - educación

ABSTRACT

Habits of unhealthy eating can have negative consequences for the well-being of the individual. The school is a citizen training agency and, in this respect, the cross-cutting theme of health should be incorporated into the school curriculum. In this context, the teacher, when approaching content related to healthy education, has a mediating function in order to lead the student to understand health as a basic necessity for the growth and development of the human being. The orientation for the student to be motivated to adopt habits of self-care, considering the limits signaled by the body itself should be experienced in the classroom. The study "Healthy eating: analyzing the approach to the health theme in the educational context through transversal NCPs" has as general objective to analyze the degree of applicability of the topic of healthy eating, as a transversal axis of the curriculum in elementary education. It is a descriptive study, which aims at obtaining information inherent to the attitudes and processes developed by the teacher in his / her work environment. The research is qualitative, interpretive and was developed through the case study method. The research was carried out in two schools (one municipal and one state) located in the municipality of Itatuba, state of Paraíba. Data were obtained through the application of an interview with teachers and managers and a questionnaire with students from the 6th to 9th grade of elementary school. The results showed that teachers rarely work on matters related to healthy eating; only in the subject's mathematics, science and physical education the subject is approached. The main obstacles faced by teachers to approach the theme are related to training, motivation, lack of adequate materials and lack of planning in schools. It was found that students do not practice healthy eating habits because they do not know the subject in depth. It is hoped that this research contributes to mobilize the attention of the community belongs to the researched schools contributing both to the applicability of the subject, as prescribed by NCPs, and to a healthy growth and development of the students and consequently to the prevention of future diseases, improving the economic development, avoiding too much spending on health.

Keywords: healthy eating - health - cross-cutting themes - education

SUMÁRIO

RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
LISTA DE TABELAS	xii
LISTA DE GRÁFICOS	xiii
LISTA DE FIGURAS	xiv
LISTA DE ABREVIATURAS	xv
INTRODUÇÃO	1
PRIMEIRA PARTE: MARCO TEÓRICO	
1. ALIMENTAÇÃO E SUAS PARTICULARIDADES	6
1.1. A alimentação no contexto social	7
1.2. Alimentação como direito humano	9
1.3. Aspectos de uma alimentação saudável	11
2. ALIMENTAÇÃO NOS CICLOS DA INFANCIA E ADOLESCENCIA	16
2.1. Características na infância da idade escolar	16
2.2. Características na adolescência	18
2.3. Hábitos alimentares	22
2.4. Necessidades nutricionais	24
2.4.1. Necessidades nutricionais na infância	26
2.4.2. Necessidades nutricionais na adolescência	27
3. TRANSIÇÃO NUTRICIONAL COMO CONSEQUÊNCIA DAS MODIFICAÇÕES DO PADRÃO ALIMENTAR	30
3.1 Perfil nutricional e perspectivas do estado nutricional da população brasileira.....	30
3.2 Doenças relacionadas a falta de alimentação saudável	31
3.2.1 Desnutrição.....	32
3.2.2 Obesidade.....	33
3.2.3 Doenças crônicas não transmissíveis.....	36
4. ALIMENTAÇÃO E EDUCAÇÃO	39
4.1 Parâmetros curriculares nacionais e apresentação dos eixos transversais	39
4.1.1 Ética.....	40
4.1.2 Saúde.....	42
4.1.3 Meio Ambiente.....	43

4.1.4 Orientação Sexual.....	45
4.1.5 Pluralidade Cultural.....	46
SEGUNDA PARTE: METODOLOGIA DA INVESTIGAÇÃO	
5. METODOLOGIA	48
5.1. Área problemática.....	48
5.1.1. Objetivos da investigação.....	49
5.2. Desenhos da investigação.....	49
5.3. Descrição do lugar de estudo.....	52
5.3.1. A escola Municipal de Ensino fundamental Maurino Rodrigues de Andrade	53
5.3.2. A escola Estadual de Ensino fundamental e médio José Rodrigues de Ataíde	54
5.4. População	55
5.5. Amostra	56
5.6. Construção dos instrumentos e técnica para coleta de dados	56
5.6.1. Validação	60
5.6.2. Procedimento para coleta de dados e época de investigação	60
5.6.3. Responsável pela coleta de informações	61
6. RESULTADOS.....	62
6.1. Análise e interpretação dos resultados obtidos pela técnica da entrevista	62
6.1.1 Aplicação da entrevista com os professores atuantes do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.....	62
6.1.2 Aplicação da entrevista com os gestores da escola municipal e estadual	70
6.1.3 Questionário aplicado com os alunos do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.....	73
7. CONCLUSÃO	91
7.1. Caracterizar a formação dos professores atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.....	91
7.2. Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionado a alimentação saudável em sala de aula	93
7.3. Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema	93
7.4. Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordagem do tema no contexto educacional	94
7.5. Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito no conhecimento e na práxis do aluno ..	95
8. RECOMENDAÇÕES	96

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA.....	97
ANEXOS	99
Anexo A - Carta de Autorização para realização da pesquisa assinada pela gestora da escola Municipal de Ensino Fundamental Maurino Rodrigues de Andrade	99
Anexo B – Carta de Autorização para realização da pesquisa assinada pela gestora da escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio José Rodrigues de Ataíde	100
APÊNDICES.....	101
Apêndice A - Validação dos instrumentos	101
Apêndice B – Entrevista semiestruturada para professores do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.....	110
Apêndice C – Entrevista semiestruturada para gestores atuantes na escola Municipal e Estadual de Itatuba - PB	113
Apêndice D – Questionário esquematizado para os alunos do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental da escola Municipal e Estadual.....	116
Apêndice E – Carta para direção da escola Municipal e Estadual de Itatuba	121
Apêndice F – Termo de consentimento livre e esclarecido para menores de idade.....	122
Apêndice G – Termo de consentimento livre e esclarecido para professores e gestores da escola Municipal e Estadual de Itatuba - PB	123
Apêndice H – Termo de Assentimento para menor de idade	124

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 – Períodos da adolescência	19
TABELA 2 – Quadro Clínico associado á obesidade e as respectivas Manifestações	34
TABELA 3 – Dados do estudo	49
TABELA 4 – Professores participantes da pesquisa	57
TABELA 5 – Participantes da pesquisa, escola municipal	57
TABELA 6 – Participantes da pesquisa, escola estadual	57
TABELA 7 – Dados dos instrumentos da pesquisa	58
TABELA 8 – Caracterização dos professores participantes da entrevista	63

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 – Identificação de uma alimentação saudável	74
GRÁFICO 2 – O tema transversal	75
GRÁFICO 3 – Disciplinas que abordam o tema transversal	76
GRÁFICO 4 – Temas abordados em sala	77
GRÁFICO 5 – Estratégias para abordagem do tema transversal	78
GRÁFICO 6 – Conhecimento de alimentação saudável	79
GRÁFICO 7 - Aprendizagem na escola	80
GRÁFICO 8 – Distribuição da merenda	80
GRÁFICO 9 – Inclusão de frutas e verduras no cardápio escolar	81
GRÁFICO 10 – Alimentos saudáveis	82
GRÁFICO 11 – Estímulo do consumo de alimentos saudáveis	82
GRÁFICO 12 – Alimento da merenda escolar	83
GRÁFICO 13 – Cantina ou vendedor ambulante de alimentos	84
GRÁFICO 14 – Compra de alimentos que não são da merenda escolar	85
GRÁFICO 15 – Influência dos alimentos	87
GRÁFICO 16 – Consideração no ato de se alimentar	89

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 – Pirâmide alimentar de 2000 Kcal	13
FIGURA 2 – Caracterização da fase da adolescência	21
FIGURA 3 – A má nutrição e, todas as suas formas	32
FIGURA 4 – Desenho metodológico do estudo	51
FIGURA 5 – Município de Itatuba	52
FIGURA 6 – Mapa do município de Itatuba	53
FIGURA 7 – dados da população e amostra	58
FIGURA 8 – Modelo social ecológico da Academia de Nutrição e Dietética	88

LISTA DE ABREVIATURAS

APA	American Psychology Association
CHO	Carboidrato
DCNT	Doença crônica não transmissível
DCV	Doença cardiovascular
DM	Diabetes Mellitus
DRI's	Dietary Reference Intakes
EAR	Estimativa Média de Requerimento
EER	Estimativa das Necessidades de Energia
EC	Ementa Constitucional
HAS	Hipertensão arterial sistêmica
IA	Ingestão Adequada
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IOM	Institute of Medicine
LOSAN	Lei Orgânica da Segurança Alimentar e Nutricional
MEC	Ministério da Educação
OA	Osteoartrose
OMS	Organização Mundial da Saúde
ONU	Organização das Nações Unidas
PCN	Parâmetro Curricular Nacional
RDA	Recomendação Dietética Adequada
SAOS	Síndrome da apneia obstrutiva do sono
SBP	Sociedade Brasileira de Pediatria
SISAN	Sistema de Segurança Alimentar e Nutricional
SUAS	Sistema Único da Assistência Social

SUS	Sistema Único de Saúde
TT's	Temas Transversais
UL	Ingestão Máxima Tolerável
VET	Valor energético total

INTRODUÇÃO

O alimento é a matéria prima para o desenvolvimento das células no corpo humano, pois é através dele que retiramos os nutrientes necessários para o funcionamento do organismo, de modo que a garantir algumas funções e habilidades básicas, como pensar, locomover, trabalhar, estudar, ou seja, viver. A comensalidade é uma prática milenar e deu origem à socialização da espécie humana, pois ao compartilhar o alimento, o homem ditou as normas sociais, organizou-se em grupos, criando rituais e costumes para o cultivo e preparação alimentícios, obtendo o prazer de comer.

Durante a infância, época decisiva na construção de hábitos e atitudes, as crianças aprendem na escola sobre o conceito saúde e levam para suas casas o que adquiriram em sala de aula. Ao seu modo, contribuem para que os conhecimentos sejam aplicados em seu lar, influenciando nos hábitos domésticos. Quando crescem, tornam-se adultos conscientes e responsáveis pela sua saúde e de sua família. (Krause, 2012)

O Brasil encontra-se em um período de transição nutricional, determinada, frequentemente, pela má alimentação que diz respeito às mudanças nos padrões da ingestão alimentar. As modificações na estrutura da dieta dos indivíduos vêm provocando um aumento significativo de doenças crônicas não transmissíveis e que estão correlacionadas, também, com as mudanças econômicas e demográficas e as condições de saúde da população.

A saúde está presente cotidianamente na vida do ser humano, e a escola possui um papel importante ao abordar o tema saúde enfatizando a alimentação saudável, principalmente por se tratar de um assunto de caráter urgente e social. No âmbito educacional, a compreensão de saúde abarca uma dimensão essencial para o crescimento e desenvolvimento do ser humano e, e nesse sentido, faz-se necessário o desenvolvimento de atividades em sala de aula sobre temas relacionados a uma alimentação saudável, que visem não somente atingir os alunos, mas a toda sociedade em que ele está inserido. Desta forma, a escola e o professor devem ter a missão de auxiliar, contribuindo para o desenvolvimento dos alunos através da construção de valores pessoais, promovendo a conscientização do direito à saúde e à alimentação, de adotar hábitos de autocuidado respeitando os limites do próprio corpo.

Quando a escola se compromete com a educação para a saúde de seus alunos, além de funcionar como um espaço que oferece referências para a prática e desenvolvimento de estilos saudáveis, também inclui a abordagem da temática alimentação saudável nos diferentes componentes curriculares, criando, assim, uma proposta pedagógica transversal. A transversalidade do tema saúde não exclui a possibilidade de organização de projetos de trabalho em torno de questões da temática, ampliando o desenvolvimento do tema através de campanhas, seminários, trabalhos artísticos,

divulgando informação ou utilizando materiais produzidos pelos próprios serviços de saúde. Nesse conjunto de atividades, espera-se que o aluno não só tenha conhecimentos relacionados às disciplinas básicas como Português, matemática, geografia, história etc., mais que busque a compreensão dos assuntos e na formulação de proposições para questões reais ligadas aos temas transversais (Brasil, 1997).

Visando a importância da saúde que é um direito de todos e dever do Estado, em 1995 o Ministério da Educação propôs que a criação dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), prevendo ações educativas de transversalidade a transcorrerem pelo currículo escolar abordando, dentre outros, o tema saúde. O documento, no entanto, foi publicado em três etapas distintas: em 1997, contemplando as diretrizes para o primeiro Ciclo do Ensino Fundamental (1ª a 4ª séries); em 1998, a segundo Ciclo do Ensino Fundamental (5ª a 8ª séries) e em 1999 forma públicos os direcionamentos para o Ensino Médio. Considerando as orientações, a alimentação, nutrição e a inclusão da educação alimentar e nutricional devem ser inseridos no processo de ensino e aprendizagem dentro da perspectiva do desenvolvimento de práticas saudáveis de vida.

O presente estudo sobre a “Alimentação Saudável: Análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais”, surge diante da necessidade constante da abordagem do tema em sala de aula, visto que o desenvolvimento de ações de saúde de forma transversal, envolvendo os alunos torna-se importante por possibilitar a estes sujeitos a adesão precoce a comportamentos saudáveis. Entendemos que hábitos formados durante este período escolar tendem a refletir durante as demais fases da vida. Uma boa alimentação pode contribuir diretamente na saúde do indivíduo. Neste sentido, as atividades envolvendo os temas sobre alimentação e nutrição nas escolas podem ser um meio rápido e eficaz para melhorar o estado nutricional das crianças e adolescentes.

Desta forma, a partir dos aspectos abordados anteriormente, uma série de questões foram levantadas para que se chegasse à área problemática desse estudo. Diante da necessidade da presente pesquisa, é imprescindível investigar como esse tema está sendo trabalhado no contexto de escolarização o que motivou ao levantamento das seguintes questões norteadoras:

- Os professores trabalham o assunto relacionado ao tema alimentação saudável em sala de aula?
- Alimentação saudável é abordada como tema transversal em qualquer disciplina do ensino fundamental?
- O que podemos dizer da preparação dos professores para o desenvolvimento do tema?

- Como propiciar ao professor a liberdade de aquisição de conteúdos além de sua disciplina?
- Os alunos compreendem sobre os assuntos abordados e colocam em prática?
- A gestão influencia positivamente para contribuir na abordagem do tema?

Desta maneira, a partir das questões levantadas pôde-se formular a área problemática desta pesquisa: Existem vários fatores de planejamento, motivação e capacitação que dificultam a prática educativa e a aplicabilidade do assunto alimentação saudável como tema transversal de saúde no contexto educacional.

Através da área problemática levantada pelas questões abordadas anteriormente, foi construído o objetivo geral desta pesquisa: Analisar o grau de aplicabilidade do tema alimentação saudável, como eixo transversal do currículo no ensino fundamental.

Desta forma, este estudo foi construído em duas partes. A primeira parte se refere ao marco teórico onde serão abordados assuntos referentes ao objetivo deste trabalho. O referencial teórico abordará de início a alimentação e suas particularidades, desde a sua formação no contexto social, posteriormente como direito humano e, por conseguinte seus aspectos relacionados a uma alimentação saudável. O segundo capítulo se refere a alimentação nos ciclos da infância e adolescência, visto que se tratam da faixa etária escolhida para esta pesquisa, que envolvem alunos do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental, ao qual correspondem do 6º ao 9º ano e estão nesta fase de transição entre infância e adolescência. Os temas abordados neste capítulo são: as características na infância da idade escolar, características na adolescência, hábitos alimentares, necessidades nutricionais na infância e na adolescência, que são abordados informações referentes às suas necessidades básicas envolvendo alimentos, para um bom crescimento e desenvolvimento.

O terceiro capítulo relata sobre a transição nutricional como consequências das modificações do padrão alimentar, portanto, trata-se de um tema urgente visto que a cada dia a população está apresentando precocemente doenças devido a uma falta de alimentação saudável. Os assuntos abordados no interior deste capítulo são: perfil nutricional e perspectivas do estado nutricional da população brasileira, doenças relacionadas a falta de alimentação saudável, incluindo a obesidade, desnutrição e doenças crônicas não transmissíveis.

O quarto e último capítulo do marco teórico se referem à alimentação no âmbito da educação, onde serão apresentados os parâmetros curriculares nacionais e apresentação dos eixos ou temas transversais. A ética, a saúde, o meio ambiente, a orientação sexual, a pluralidade cultural e os temas locais, serão abordados como temas transversais neste capítulo.

A segunda parte referente a este trabalho se inicia pela metodologia, constante no quinto capítulo. Abordaremos neste quesito a área problemática, os objetivos da investigação que foram

citados anteriormente no decorrer desta introdução. O desenho da pesquisa é de caráter descritivo e exploratório, conduzido pela abordagem qualitativa, com o objetivo de proporcionar maior familiaridade com o problema. O método de abordagem é o estudo de caso, uma vez que a pesquisa é considerada de interesse e é abordado em sua complexidade. É, também, uma investigação exploratória, pois, não tem o intuito de obter número como resultado que possam nos indicar o caminho para tomada de decisão correta sobre uma questão-problema.

A pesquisa foi realizada na cidade de Itatuba - interior do estado da Paraíba, situado na região do Nordeste brasileiro - em dois estabelecimentos educacionais públicos: a Escola Municipal de Ensino Fundamental Maurino Rodrigues de Andrade a Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio José Rodrigues de Ataíde.

O universo geral da população em que a pesquisa foi realizada é composto pelos professores atuantes na escola municipal e estadual que abrange um contingente de 40 professores, sendo 15 da escola Municipal e 25 da Estadual; de 04 gestores, 2 atuantes na escola Municipal e 2 na escola Estadual. O número de alunos da escola Municipal totaliza 430 (soma correspondente aos três turnos: manhã, tarde e noite), porém sempre existe uma variação na quantidade de alunos devido ao grande índice de evasão escolar, registrado principalmente nos alunos matriculados entre os 3º e 9º ano, bem como no EJA.

A amostra populacional para esta pesquisa foi do tipo não probabilística e intencional e foram balizadas dentro de um preceito de representatividade. Os critérios de seleção contemplam 8 (oito) professores, sendo um de cada disciplina (artes, história, matemática, português, inglês, educação física, ciências e geografia), cada professor deveria trabalhar tanto na escola municipal quanto na estadual. Não obstante esse escolha, apenas 7 (sete) docentes participaram desta pesquisa, o responsável pela disciplina de inglês desistiu de colaborar com esta investigação.

Para os gestores, como há 2 (dois) em cada escola, foi escolhido 1 (um) aleatoriamente em cada escola. Na aplicação do questionário, foram selecionados alunos do 6º, 7º, 8º e 9º anos, critério este estabelecido para esta pesquisa devido aos PCN's transversais priorizarem a turmas do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental. Desta forma, a amostra desta pesquisa foi de 7 professores, 2 gestores e 68 alunos. Totalizando 77 participantes.

O procedimento para coleta de dados se deu por um contato prévio com as escolas escolhidas para esta pesquisa, onde houve uma exposição sobre a motivação e a temática da pesquisa e identificação como pesquisadora do Programa de mestrado em Ciências da Educação pela Universidade Autônoma de Assunção – UAA. A construção dos instrumentos e técnica para coleta de dados priorizou o método enquete e sua técnica se deu através da aplicação de entrevista aos professores e questionário aplicado com os alunos. A responsável pela aplicação dos instrumentos e

coleta de dados foi a própria pesquisadora. A validação, discutida no item 5.6.1, trata da avaliação dos instrumentos desta pesquisa, onde uma equipe composta por 6 doutores - 5 brasileiros e 1 paraguaio- responderam a um formulário próprio para validação dos instrumentos..

No sexto capítulo serão abordados os resultados adquiridos no decorrer da pesquisa, a análise e interpretação dos resultados obtidos pela técnica da entrevista com os professores do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental e gestores da escola municipal e estadual e a análise do questionário aplicado com os alunos do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental, correspondentes às séries dos 6 ° ao 9º ano.

No sétimo capítulo encontra-se a conclusão, chave para finalizar o processo desta investigação, que abordará os objetivos específicos que foram alcançados no transcorrer desta pesquisa, a saber: caracterizar a formação dos professores atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental, identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionado a alimentação em sala de aula, descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema, identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordagem do tema no contexto educacional e avaliar se as estratégias abordadas tem efeito no conhecimento e na práxis do aluno, caracterizam o ciclo dos objetivos específicos desta investigação.

No oitavo e último capítulo, a partir das reflexões abordadas nesta pesquisa, e visando a ampliação de estudos sobre o tema transversal saúde relacionada à alimentação saudável para uma melhor contribuição para qualidade de vida dos indivíduos, foi recomendado para as escolas e professores alguns itens que norteassem os docentes a trabalharem o tema dentro da sala de aula numa abordagem transversal.

PRIMEIRA PARTE: MARCO TEÓRICO

1. ALIMENTAÇÃO E SUAS PARTICULARIDADES

Este capítulo se propõe a elaborar o início da fundamentação teórica onde será necessário começar pela revisão bibliográfica através de estudos anteriores e atuais sobre o tema que serão revistos de forma a esclarecer os conceitos desta pesquisa e fundamentará o trabalho desta investigação.

Na concepção de Gonzalez et al. (2014, p. 19), a revisão bibliográfica faz-se em dois níveis: a Revisão conceitual, que visa aprofundar os conceitos e termos que intervêm na definição do problema e propõe conhecer as diversas opiniões dos outros autores acerca daquilo que se está pesquisando, e revisão funcional que pretende revisar o estado da pesquisa sobre o tema, as metodologias desenvolvidas, instrumentos utilizados nas investigações consultadas.

Nesse contexto o autor ainda destaca inúmeras funções relacionadas à importância de se realizar uma revisão bibliográfica:

Serve de ajuda para evitar erros; orientação para realização ao estudo; é uma guia, que conduz ou exige a concentração do investigador a centrar-se na resolução do problema. Aumenta a perspectiva que o investigador tem sobre o problema a ser estudado; possibilita a descoberta de novas áreas de pesquisa e concretiza aquelas insuficientemente estudadas e revela um marco de referência que serve para interpretar os resultados do estudo. (Gonzalez et al, 2014, p.19)

Desta forma, este capítulo tem por objetivo resgatar referências relacionada à alimentação e suas diversas particularidades visto que o ato de se alimentar constitui uma das atividades humanas mais importantes não só por razões físicas ou biológicas, mais por envolver aspectos culturais, econômicos, políticos, sociais e psicológicos.

Para iniciar, iremos abordar a alimentação em seu contexto social, com intuito de compreendermos que o alimento possui diversas simbologias carregando distintos significados. Através dos direitos sociais estabelecidos pela Constituição Federal do Brasil, abordaremos a alimentação como direito humano no segundo subtítulo deste capítulo. E para finalizar este primeiro capítulo o terceiro e último subtítulo tem por objetivo explicar o que é uma alimentação saudável e sua importância para a manutenção da saúde e vitalidade positiva do indivíduo.

1.1. Alimentação no contexto social

A alimentação é o processo pelo qual os organismos obtêm e assimilam alimentos ou nutrientes para as suas funções vitais, incluindo o crescimento, movimento, reprodução e manutenção da temperatura do corpo.

O ato de se alimentar é uma das primeiras ações do comportamento humano, ou seja, do poder da obtenção de autocontrole, pois é através do choro que a criança aprende a saciar a sua fome no seio materno até se acostumar com todas as regras de mamar, das quantidades e dos tipos de alimentos, da alimentação complementar nos dois primeiros anos de vida, das formas de sua ingestão, que o alimento marca a formação das normas sociais na vida dos sujeitos. (Fiori, Jobstraibizer, Silva e Mancuso, 2012).

Este condicionamento alimentar envolve a busca do autocontrole da justa medida ou não, de um certo “caminho do meio” entre situações opostas – adoecer ou ter o direito de uma alimentação adequada para obter saúde e qualidade de vida.

Na sociedade, a ingesta alimentar sempre foi relacionada com a saúde do corpo, não apenas porque a falta ou o excesso colocam em perigo o seu funcionamento, mas também porque o tipo de dieta e a orientação profissional para a sua ingesta sempre influenciaram a atitude diante da comida, considerando a sua adequação à faixa de idade, gênero, condicionamento físico ou doenças relacionadas. (Jacques, 2013).

A necessidade de discutir sobre a alimentação é de extrema importância, visto que o ato de se alimentar não inclui apenas a ingestão de nutrientes, mais está relacionado a diversos fatores: valores culturais, aspectos sociais, afetivos e sensoriais.

Vários atores abordam os diferentes aspectos do ato de se alimentar, segundo Ornellas (2006), a alimentação é o ato de ingerir substância ou mistura de substâncias, seja no estado sólido, líquido ou qualquer outra forma adequada, destinada a fornecer aos organismos vivos os elementos necessários à sua formação, desenvolvimento e manutenção, onde muitas vezes este ato cumpre o importante papel social, no âmbito cívico, religioso e familiar. O guia popular de alimentação Brasileira define em um dos seus princípios:

Alimentação diz respeito à ingestão de nutrientes, mas também aos alimentos que contêm e fornecem os nutrientes, a como os alimentos são combinados entre si e preparados, as características do modo de comer e às dimensões culturais e sociais das práticas alimentares. Todos esses aspectos influenciam na saúde e o bem-estar. (Brasil, 2015, p.15)

Assim, é preciso entender a alimentação em um contexto muito mais amplo, visto que nas diferentes sociedades o alimento possui diversas simbologias carregando distintos significados para

cultura, família e indivíduos. O ato de se alimentar envolve muito mais, do que selecionar o mais saudável, o mais acessível, econômico, envolve também o prazer, a lembrança e a relação com algo ou alguém.

Outro fato importante é compreender as razões para as pessoas comerem além da sensação de fome, pois os alimentos nem sempre são consumidos para saciar uma necessidade biológica ou fisiológica, mais também no desenvolvimento psicossocial do indivíduo, interferindo nos conteúdos relacionais e emocionais (Zancul, 2008).

Essa definição se explica pelo fato de que a alimentação não é um ato solitário, é um ato que envolve várias pessoas, é uma atividade social que se inicia desde a produção de alimentos, passando pela sua distribuição, preparo e se alcança no próprio ato de comer, ocasião esta que cria e mantém formas de sociabilidade.

A alimentação engloba a relação afetiva com o outro, a exemplo disso temos nas refeições familiares, nos momentos de encontro, na troca de informações, convívio, durante o intervalo da escola na merenda escolar e dentre outros.

A história da alimentação é milenar e acredita-se que o homem desenvolveu o ato de se alimentar através da observação da conduta de outros animais ao comer frutos e raízes. Posteriormente, teria passado a consumir carne crua e, mais adiante, aprendeu a assar e cozinhar, surgindo então uma profunda diferença entre ele e os outros animais.

Cozinhando, descobriu que podia restaurar o calor natural da caça, acrescentar-lhe sabores e torná-la mais digerível. O homem também compreendeu que as temperaturas elevadas liberavam sabores e odores, ao contrário do frio, que os sintetiza ou anula. Percebeu ainda que o ato de cozinhar retardava a decomposição dos alimentos, prolongando o tempo em que podiam ser ingeridos. (Carneiro, 2005)

Para Zuin (2009), muito mais que alimentar para nutrir-se, destaca que os homens têm a necessidade de se relacionar com outros homens, onde por meio dos alimentos, em comunhão, se organizaram culturalmente e socialmente.

Com o intuito de satisfazer as necessidades básicas ou reflexos naturais de seu organismo, o homem teve que providenciar e desenvolver estratégias que o levasse a se alimentar, onde mediante a organização de grupos criou-se ferramentas pelos indivíduos para desenvolver tais atividades. Garcia e Carnesqui (2005, p.9) ressalta sobre a alimentação:

As escolhas alimentares não se fazem apenas com os alimentos mais 'nutritivos', segundo a classificação da moderna nutrição, ou somente com os mais acessíveis e intensivamente ofertados pela produção massificada. Apesar das pressões forjadas

pelo setor produtivo, como um dos mecanismos que interferem nas decisões dos consumidores, a cultura, em um sentido mais amplo, molda a seleção alimentar, impondo as normas que prescrevem, proíbem ou permitem o que comer.

O início das civilizações está intimamente relacionado com a procura dos alimentos, com os rituais e costumes de seu cultivo e preparação, e com o prazer de comer. O prazer de comer é a sensação de satisfazer uma necessidade que temos em comum com os animais, é o instinto que mais cedo desperta, constituindo a base da vida animal. (Garcia e Carnesqui, 2005).

A manifestação das escolhas alimentares inicia muito cedo, desde a infância, pelas sensações táteis, gustativas e olfativas sobre o que se come, tornando-se pouco permeáveis à completa homogeneização imposta pela produção e pela distribuição massificada, porém a família possui um papel importante na determinação de nossas futuras escolhas.

Isto ocorre porque no início da infância aprendemos por imitação, de maneira que gostamos de alimentos que agradam as pessoas de nossa convivência. Desta forma, crianças só irão comer e apreciar alimentos que fazem parte da alimentação daqueles a que elas convivem. (Zuin, 2009).

Os hábitos alimentares podem mudar quando crescemos mais o peso do aprendizado inicial e a memória, permanece na consciência, a partir desse contexto, compreendesse que são os hábitos alimentares consumidos na tenra da infância em que o ser humano tende a ficar identificado ao longo de sua vida.

1.2. Alimentação como direito humano

A alimentação ultrapassa o plano biológico como atividade humana, ocorrendo na dinâmica entre o alimento e o corpo sendo uma construção cultural e simbólica com distintos perfis de consumo compartilhados em cada sociedade, levando a expectativa a valores em torno desse processo.

Por outro lado, pode ser entendida como um direito das pessoas. A alimentação como um direito humano fundamental, foi inicialmente prevista na Declaração Universal dos direitos humanos (ONU, 1948), e em seguida em vários documentos internacionais e nacionais.

No Brasil a alimentação é um direito incluído na Constituição Federal do Brasil. Passou a considerar como direito social no Artigo 6º da Constituição Federal, após a Emenda Constitucional 064/2010 que incluiu o direito à alimentação entre os direitos sociais individuais e coletivos.

O Artigo 6º da Constituição Federal, após a EC 064/2010, estabelece que são direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o lazer a segurança, a previdência social, a proteção a maternidade e a infância e a assistência aos desamparados.

Em 1992, o Brasil assumiu o compromisso de garantir o direito humano à alimentação, tornando-se signatário do Pacto Internacional dos Direitos Econômicos, Sociais e Culturais, adotado pela Resolução n.º 200-A (XXI) da Assembleia Geral das Nações Unidas, de 16 de dezembro de 1966 (Brasil, 1992).

Durante várias décadas, por influência dos países centrais, o Brasil e outros países em desenvolvimento procuraram responder ao problema da fome com a introdução da chamada revolução verde, que foi uma espécie de campanha de modernização da agricultura mediante a introdução de um pacote tecnológico baseado no uso intensivo de máquinas, fertilizantes químicos e agrotóxicos para aumentar a produção e, conseqüentemente, a humanidade acabaria com a fome.

Introduziu-se, assim, um modelo agroexportador centrado nas monoculturas, que favoreceu a concentração das empresas e do capital, cada vez mais internacionalizados, de modo que atualmente 30 conglomerados transnacionais controlam a maior parte da produção, da industrialização e do comércio agroalimentar no mundo, violando a soberania alimentar.

Muitos países, regiões e municípios, também dentro do Estado brasileiro, vivem sem soberania alimentar e outros tantos vivem com sua soberania alimentar ameaçada pelos fatores supramencionados. Nesse contexto, a soberania alimentar significa o direito dos países definirem suas próprias políticas e estratégias de produção, distribuição e consumo de alimentos que garantam a alimentação para a população, respeitando as múltiplas características culturais dos povos em suas regiões.

O direito à alimentação consiste no acesso físico e econômico de todas as pessoas aos alimentos e aos recursos, como emprego ou terra, para garantir esse acesso de modo contínuo. Esse direito inclui a água e as diversas formas de acesso à água na sua compreensão e realização e está relacionado com a segurança alimentar e nutricional, que é a realização do direito de todos a uma alimentação saudável, acessível, de qualidade, em quantidade suficiente e de modo permanente,

Ao alegar que a alimentação deve ser adequada entende-se que ela seja adequada ao contexto e às condições culturais, sociais, econômicas, climáticas e ecológicas de cada pessoa, etnia, cultura ou grupo social (ABRANDH, 2010.) Desta forma, entre os desafios para a garantia do direito humano à alimentação adequada e da soberania e segurança alimentar e nutricional encontram-se: a necessidade de respeitar a diversidade cultural e de formas de organização e produção, de modo que as comunidades tenham sua autonomia para produzir e consumir seus alimentos; e a importância de avançar na realização da reforma agrária, na regularização fundiária e no reconhecimento dos territórios para que os povos tenham maior autonomia para produzir seus alimentos.

Conforme mencionado anteriormente, a alimentação é um direito humano consagrado na Constituição Federal do Brasil e a todo direito humano correspondem obrigações do Estado e

responsabilidade dos diferentes sujeitos sociais como indivíduos, famílias, comunidades da sociedade civil, comunidades locais, organizações da sociedade civil, bem como organizações do setor privado. (Taddei, Maria, 2016)

Para garantir os direitos sociais, que a Constituição Federal brasileira define como direitos individuais e coletivos era preciso criar e estruturar sistemas públicos com este objetivo. Para isso foram criados o Sistema Único de Saúde (SUS), o Sistema Único da Assistência Social (SUAS) e, em 15 de setembro de 2006, o Sistema de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN).

O Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN), foi criado pela Lei Orgânica da Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN). A Lei constitui as definições, princípios, diretrizes, objetivos e composição do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN, por meio do qual o poder público, com a participação da sociedade civil organizada, formulará e implementará políticas, planos, programas e ações com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada. (LOSAN, 2006).

Para garantir a realização do direito humano à alimentação adequada o Estado brasileiro tem o dever de respeitar, proteger, promover e fornecer a alimentação da população. Por sua vez, a população tem o direito de exigir que eles sejam cumpridos, por meio de mecanismos de exigibilidade.

1.3 Aspectos de uma alimentação saudável

Uma alimentação saudável é aquela que atende todas as exigências do corpo, ou seja, não está abaixo nem acima das necessidades do nosso organismo. Além de ser a fonte de nutrientes, a alimentação envolve diferentes aspectos, como valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais. (Brasil, 2007).

Para atender a esses critérios, a alimentação deve ser: variada, onde inclui vários grupos alimentares, a fim de prover diferentes nutrientes; equilibrada, respeitando o consumo adequado de cada tipo de alimento suficiente em quantidades que atendam às necessidades de cada indivíduo; acessível, baseada em alimentos naturais, produzidos e comercializados regionalmente; colorida, pois quanto mais colorida é a alimentação, mais adequada é em termos de nutrientes; e segura, em que os alimentos não devem apresentar contaminantes de natureza biológica, física ou química ou outros riscos que comprometam a saúde do sujeito ou da população. (Ministério da Educação, 2006).

A ingestão de nutrientes, propiciada pela alimentação, é eficaz para uma boa saúde. Ao mesmo tempo importantes para a saúde são os alimentos específicos que fornecem os nutrientes, as inúmeras

possíveis combinações entre eles e suas formas de preparação, as características do modo de se alimentar, e as dimensões sociais e culturais das práticas alimentares. (Brasil,2014)

A alimentação desempenha grande influência sobre o indivíduo, principalmente sobre sua saúde, capacidade de raciocínio, das habilidades emocionais, das habilidades físicas além de intervir na aparência e na longevidade. (Santos et al, 2008).

Para uma alimentação adequada, os indivíduos necessitam de uma variedade de alimentos a fim de compor sua alimentação de forma equilibrada. Ela pode ser entendida como a forma pela qual os indivíduos viabilizam o consumo dos alimentos de seu cotidiano, provenientes do meio ambiente. (Philippi e Aquino, 2015)

Uma alimentação saudável deve se basear principalmente em alimentos naturais e ao utilizar alimentos industrializados, não incluídos nos grupos de alimentos, é importante realizar uma avaliação cuidadosa por meio dos rótulos a fim de que se venha preservar a saúde.

Para Oliveira, Zilva e Souza (2014, p. 2) promover a alimentação saudável é uma ocupação complicada e interdisciplinar, visto que os costumes alimentares são formados pela influência mútua entre expressão cultural e identidade social, que surge a partir de vários contextos socioculturais, econômicos, psicológicos e ambientais.

O conjunto de mudanças no padrão alimentar e no aspecto nutricional dos brasileiros, aponta para a necessidade de se intensificar e reforçar as ações de promoção da saúde, entre elas a promoção da alimentação saudável, pois a alimentação e nutrição constituem requisitos básicos para a promoção e proteção da saúde e potencializam o crescimento e desenvolvimento humano com a qualidade de vida e cidadania.

Ainda dentro deste contexto o Departamento de atenção básica, da secretária de saúde ressalta: É fundamental resgatar as práticas e valores alimentares culturalmente referenciados bem como estimular a produção e o consumo de alimentos saudáveis regionais (como legumes, verduras e frutas), sempre levando em consideração os aspectos comportamentais e afetivos relacionados as práticas alimentares. (Brasil, 2005, p. 2)

Desta forma, as principais características de uma alimentação saudável devem conter: respeito e valorização às práticas alimentares culturalmente identificadas; a garantia de acesso, sabor e custo acessível, onde neste caso uma alimentação baseada em alimento in natura e produzidos regionalmente possui um melhor custo benefício, quando são escolhidos alimentos para consumo em suas devidas épocas de estação; a alimentação também deve ser variada que forneçam diferentes nutrientes necessários para o organismo; colorida, além de garantir sua variedade poderá ser apresentada de forma mais atrativa para o comensal; harmoniosa em termos de quantidade e qualidade

para o alcance de uma nutrição equilibrada e segura do ponto de vista de contaminações físico-químicas, e biológicas e dos possíveis riscos à saúde. (Brasil, 2005)

Em meados de 1999 foi criada a pirâmide alimentar brasileira, pela pesquisadora Sonia Tucunduva Philippi, do departamento de nutrição da Universidade de São Paulo – USP. De acordo com dados do Ministério da Saúde, a pirâmide dos alimentos foi criada para promover o bem-estar nutricional da população, servindo como um guia para a boa alimentação com alimentos e porções indispensáveis para o dia a dia.

A pirâmide alimentar adaptada para a população brasileira permitiu o desenvolvimento da Pirâmide Alimentar atual de 2.000 kcal sugerida após modificação da recomendação energética diária para a população brasileira proposta pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), em 2005.

Por consequência desta proposta em 2013, a pirâmide foi adaptada e passou a contar com novos alimentos, essa inserção foi feita para melhor adaptação à dieta e aos hábitos culturais dos brasileiros.



Figura 1: Pirâmide alimentar de 2000 kcal.

Fonte: Philippi, 2015, p. 7

As principais alterações com a inserção de novos alimentos foram:

GRUPO Arroz, pão, massa, batata e mandioca: sempre preferindo alimentos e preparações culinárias da região, alimentos que contenham grãos integrais, preparações com pouco óleo e sal, evitando o uso de temperos prontos que contêm muitos aditivos e de molhos não gordurosos, como o de tomate e ervas para o acompanhamento de massas.

GRUPO Frutas: O consumo de frutas regionais e da época para um melhor custo benefício, variar os seus tipos, a preferência por sucos naturais sem açúcares e adoçantes, e consumi-las com casca e bagaço quando possível.

GRUPO Legumes e verduras: variar preparações cruas e cozidas, com casca, cozinhas os alimentos com pouca água ou no vapor, preparação dos alimentos com molhos naturais.

GRUPO Leite, queijos e iogurte: Preferir consumo destes produtos de forma desnatada e queijos magros

GRUPO Feijões e oleaginosas: consumir 1 parte do feijão para 2 de arroz, evitando o uso de carnes gordas na preparação assim também como muito óleo e sal ou temperos prontos no feijão e o consumo de nozes e castanhas deve ser feito com moderação

GRUPO Óleos e gorduras: preferência por azeites e óleos vegetais às gorduras animais.

GRUPO Açúcares e doces: Usar pouco açúcar nas preparações culinárias e evitar adoçar bebidas como sucos, vitaminas, café e chá. (Philippi e Aquino e 2015)

As vistas disso, as práticas alimentares saudáveis devem levar em consideração também algumas modificações históricas que ocorreram com a transição nutricional relativa a vários aspectos como: a modificação dos espaços físicos no compartilhamento das refeições e nos rituais cotidianos acerca da preparação dos alimentos; as mudanças ocorridas nas relações familiares e pessoais com a diminuição da frequência de compartilhamento das refeições em família, ou outros grupos cotidianamente;

A perda da identidade cultural das preparações e receitas com a chegada da passagem social da urbanização/globalização e conseqüente industrialização de alimentos que hoje se apresentam pré-preparados ou prontos para o consumo; A desagregação de valores sociais e coletivos que vem culturalmente sendo perdidos em função das modificações acima referidas.

Outro importante fato que deve ser considerado é o papel do gênero neste processo quando a mulher assume a vida profissional como extra domicílio, porém permanece historicamente acumulando a responsabilidade sobre a alimentação da família. A pertinência feminina no trânsito

entre o ambiente do trabalho e doméstico se coloca como um novo protótipo da sociedade moderna que não tem criado estruturas de suporte social para a desconcentração desta atribuição enquanto exclusivamente feminina. (Brasil, 2015)

Em se tratando ainda do contexto da alimentação saudável o Ministério da Saúde afirma:

A alimentação saudável deve fornecer água, carboidratos, proteínas, lipídeos, vitaminas, fibras e minerais, os quais são insubstituíveis e indispensáveis ao bom funcionamento do organismo. A diversidade dietética que fundamenta o conceito de alimentação saudável pressupõe que nenhum alimento específico ou grupo deles isoladamente, é suficiente para fornecer todos os nutrientes necessários a uma boa nutrição e conseqüente manutenção da saúde. (Ministério da Saúde, 2008, p.23)

Desta forma, uma alternativa de ação, para a alimentação saudável deve favorecer, por exemplo, a transição do consumo de alimentos pouco saudáveis para alimentos mais saudáveis, respeitando a identidade cultural-alimentar das populações ou comunidades. As proibições impostas devem ser evitadas, por outro lado, supervalorizar ou mistificar determinados alimentos em função de suas características nutricionais ou funcionais, também não deve constituir a prática da promoção da alimentação saudável.

Alimentos nutricionalmente ricos devem ser valorizados e entrarão naturalmente na dieta adotada, sem que se precise mistificar uma ou mais de suas características, tendência esta muito explorada pela propaganda e publicidade de alimentos funcionais e complementos nutricionais.

Atualmente, em função das exigências do padrão de estética, muitas vezes inapropriados para a grande maioria das pessoas, são muitas as opções de dietas milagrosas que prometem a redução de peso, de forma acentuada e rápida. Exemplos como a dieta da lua, dieta das frutas, dieta da sopa, dieta das proteínas, dietas com restrição a carboidrato total entre tantas outras. São estratégias que geralmente restringem o tipo de alimentos a ser consumido e a quantidade diária de ingestão. Em sua grande maioria causam efeitos negativos na saúde e não atendem aos requisitos exigidos de uma alimentação saudável para manutenção da saúde.

2. ALIMENTAÇÃO NOS CICLOS DA INFÂNCIA E ADOLESCENCIA

2.1. Características na infância da idade escolar

A idade escolar é caracterizada por uma fase de transição entre a infância e a adolescência e compreende a faixa etária de 7 a 10 anos. Esse é um período de intensa atividade física e ritmo de crescimento constante, com ganho mais acentuado de peso próximo ao início da adolescência. (SBP, 2012)

Segundo Ferreira et al. (2016) algumas características são consideradas importantes em relação à alimentação do escolar: aumento do apetite e ingestão alimentar; maior socialização e influencia alimentar dos pais e o crescimento estável e lento. Observa-se também crescente independência da criança, sendo o momento em que ela começa a formar novos laços sociais com indivíduos da mesma idade. Essas transformações, aliadas ao processo educacional, são determinantes para o aprendizado em todas as áreas e o estabelecimento de novos hábitos.

A fase escolar, a qual abrange o crescimento dos 6 anos de vida até a puberdade é caracterizadas por:

- Crescimento lento e estável
- Maior socialização e independência
- Aumento do apetite e da ingestão alimentar
- Volume gástrico comparável ao do adulto
- Maior influencia alimentar dos pais e amigos
- Comportamento sedentário

A principal atividade nessa fase é a aprendizagem, onde a criança é de particular importância em psicologia, porque desta vez esta é uma etapa qualitativamente nova no desenvolvimento psicológico de cada pessoa. Durante esse período a criança está desenvolvendo ativamente a inteligência.

É importante destacar que o ambiente escolar torna-se um dos principais cenários para a vivência de um conflito que de acordo com o psicanalista Erik Erikson chamou de “indústria x inferioridade”. Erikson utiliza a palavra indústria no sentido de produtividade, de desenvolvimento e de competência, concluindo que, nesta fase, em várias culturas, fazem-se importantes aprendizagens sociais. (Davidoff, 2001)

Já o termo “inferioridade” refere-se à possibilidade da criança, quando em circunstâncias menos favoráveis, desenvolve neste período um sentimento de inadequação por não se sentir segura nas suas capacidades ou não se sentir reconhecida em seu papel no grupo social a que pertence. É aqui que a criança passa a perceber competências e papéis específicos que fazem parte de sua cultura. (Siqueira, 2001)

Ao longo da idade escolar (de 6 a 11 anos), o crescimento cognitivo possibilita que as crianças desenvolvam conceitos mais elaborados sobre ela mesma, assim como maior controle emocional. Sobre este conceito de emoção Rodrigues e Melchiori (2014, p. 6) destacam:

A emoção pode ser definida como uma resposta (tristeza, medo, raiva, alegria) que é produzida por uma informação que vem do mundo externo ou interno a nós. Elas podem ser positivas ou negativas, são automáticas, inconscientes e preparam o nosso corpo para agir diante do perigo, de situações incômodas ou mesmo diante de situações prazerosas. Ao tomarmos consciência dessas reações emocionais, experimentamos sentimentos que precisamos aprender a reconhecer e a lidar.

Portanto, nessa fase, as crianças vão tendo noção de seus próprios sentimentos e dos sentimentos dos outros e começam a ter o melhor controle de suas emoções em situações sociais. O crescimento emocional se expressa em autocontrole de emoções negativas. Os ambientes familiar e escolar são fundamentais para o desenvolvimento do controle da emoção e da autoestima (sentimentos positivos acerca das suas possibilidades, confiança em si mesmo, a maior facilidade em aceitar desafios).

Para isto, Rodrigues e Melchiori (2014, p. 8) ressalta novamente:

Mesmo muito próximos ainda da família, é uma época em que, principalmente no ambiente escolar, as crianças têm contato com valores diferentes dos seus, pondo à prova aqueles aprendidos com a família. É quando, para ser aceito no grupo, pode abrir mão de valores familiares para responder a outras formas de controle. Crianças que já possuem antecedentes antissociais estão mais abertas à influência de outros, apresentando comportamentos socialmente inadequados para ser aceito no grupo de amigos.

Em relação ao aspecto do desenvolvimento físico, ele não é tão rápido nesta fase quanto nos períodos anteriores. Os meninos são levemente maiores que as meninas no início desse período, mas as meninas passam pelo surto de crescimento do que os meninos no final. (Papalaia e Olds, 2006).

Durante o período escolar, há melhorias na manutenção do equilíbrio, no controle da postura, na coordenação, na precisão dos movimentos, e um aumento da força, o que permite a criança ser mais autônoma nas tarefas cotidianas, e envolver-se numa maior variedade de atividades locomotoras.

Vários fatores também devem ser considerados durante essa fase, a influência do meio, tanto as do ambiente interno (aspectos biológicos e psicológicos) como o externo, caracterizado como

ambiente social, começam a atuar mesmo antes do nascimento e continuam durante toda a vida do ser humano. (Amarante, 2010)

Essa influência torna-se portanto o desejo de independência. A criança nesta fase, prefere não participar mais nas saídas familiares onde o que na verdade lhe interessa é o “grupo “a qual ela pertence. Na escola, sente o prazer de competir, de ganhar, de ser notada.

A lendas de fadas de gigantes, acumuladas por uma insensatez dos mais velhos, cairão neste momento. Enredos e respostas inexatas e falsidades não serão postas em evidência e serão desmembradas como um jogo de “quebra-cabeça” peça a peça. A criança, talvez sem se dar conta disso, começa a reconstruir o seu conceito da realidade, partindo da base de que as coisas não são o que são, mas o que deviam ser; que as coisas não serão mais imaginadas como lhe eram apresentadas, mas como deveriam ser. (Amarante, 2010)

Por conseguinte, a criança terá transformado a consciência do puro acontecer psíquico numa consciência moral e compreenderá pela primeira vez de maneira clara, se não o total significado, pelo menos o valor absoluto dos Dez Mandamentos, por exemplo e com o passar do tempo o seu interesse e preocupação pelas questões sexuais aumentam consideravelmente. (Rodrigues, 2011)

2.2. Características na adolescência

A adolescência é caracterizada como uma mudança entre a infância e a vida adulta época de tremenda transformação fisiológica, psicológica e cognitiva (Levy et al, 2009) Segundo a organização mundial da saúde (OMS, 1975), a adolescência inicia-se aos 10 anos e estende-se aos 19 anos, 11 meses e 29 dias.

As alterações nos padrões cognitivos e emocionais permitem que os adolescentes se tornem mais independentes, conforme cresce a influência dos amigos pode se tornar mais importante do que os valores familiares, podendo gerar períodos de conflitos entre os adolescentes e os pais.

Esta fase se caracteriza como o segundo período de vida extrauterina, em que o crescimento tem sua velocidade máxima, após a primeira infância. O desenvolvimento está relacionado ao aumento da massa corporal e físico, incluindo também a maturação dos órgãos e sistemas para aquisição de capacidades novas e específicas. (Vitollo, 2014).

A adolescência tem início com o fenômeno biológico da puberdade. O indivíduo não tem controle das transformações corpóreas que estão se iniciando: de repente, começam a nascer pelos,

no sexo feminino as mamas tendem a crescer, o corpo vai rapidamente tomando outras proporções, a princípio de forma desleigante, decorrente da desarmonia do crescimento. Em um tempo curto, o crescimento entra em desaceleração e os contornos de um corpo adulto já estão delimitados (Vitalle Medeiros, 2008).

Segundo Krause (2012, p. 246), a adolescência é sempre destacada como um período de comportamento irracional, pois o crescimento físico na puberdade transforma o corpo de um adolescente para sua forma adulta, levando os adultos a provavelmente acreditarem que o adolescente está totalmente desenvolvido. Entretanto, o desenvolvimento social e emocional da adolescência é retardado. A rebeldia que se manifesta no período da adolescência na verdade é uma manifestação de busca pela independência e senso de autonomia.

Krause (2012) ainda destaca três períodos que possuem características exclusivas em termos de capacidade de sintetizar informações e compreender o desenvolvimento cognitivo e emocional dos adolescentes.

INICIO DA ADOLESCENCIA

Preocupação com o tamanho, forma e imagem corporal, como resultado de crescimento e desenvolvimento rápidos que ocorreram;

Manutenção da confiança e respeito aos adultos como figura de autoridade;

Forte influencia dos amigos, especialmente e áreas relacionadas ao corpo e aparência;

Desejo de autonomia, porém ainda obtém aprovação dos pais para as decisões importantes e ainda buscam a segurança dos mesmos.

Maior capacidade cognitiva, incluindo raciocínio abstrato.

MEIO DA ADOLESCENCIA

Persistência da influencia do grupo de pares;

A confiança na autoridade e sabedoria dos adultos diminui;

Aspectos relativos à imagem corporal se tornam menos pronunciados á medida que os adolescentes ficam mais a vontade com sua forma e tamanho de adultos

A independência social, emocional e financeira se torna mais acentuada, levando a aumento de tomada de decisões independentes em relação a ingestão de alimentos e bebidas.

O desenvolvimento cognitivo ocorre conforme o pensamento abstrato está quase completo e o egocentrismo diminui.

FINAL DA ADOLESCENCIA

Desenvolvimento completo do pensamento abstrato, entretanto, ou adolescentes podem reverter padrões de pensamento menos complexos quando estão estressados.

Desenvolvimento de orientação futura, que é necessária para compreender a relação entre o comportamento atual e os riscos crônicos de saúde.

Ocorre independência social, emocional, financeira e física da família.

Desenvolvimento de um núcleo de valores e crenças, estabelecidos que orientem as decisões morais.

Tabela 1: Períodos da adolescência

Fonte: Krause (2012, p. 248-250)

Paralelamente ao desenvolvimento físico o interno e externo, ocorrem modificações também em nível social. O grupo de amigos tende a aumentar em importância, e a tendência à imitação acentua-se novamente. O desenvolvimento intelectual também é notável capacidade para generalizações mais rápidas, bem como maior compreensão de conceitos abstratos.

As transformações físicas por que passa o adolescente têm forte repercussão psíquica, que se revela em comportamentos típicos e transitórios. A consciência recém-adquirida da masculinidade ou feminilidade desperta a necessidade de autoafirmação, que se manifesta em primeiro lugar como um anseio de liberdade em relação à família. O núcleo familiar, que durante a infância funcionou como fonte de proteção e segurança, na adolescência se torna opressivo. O ambiente doméstico se transforma em palco de conflitos que podem dar margem a graves sentimentos de rejeição. (Rodrigues, 2011)

Nesta concepção, Amaral (2007, p.7-8) destaca:

Todas essas mudanças na anatomia e na fisiologia são, geralmente, acompanhadas de mudanças comportamentais. A puberdade, como marca orgânica, é identificada pelo mundo dos adultos como o momento em que o adolescente precisa começar a assumir outro papel social, o que implica novas responsabilidades e posturas frente à vida. Como essas mudanças ocorrem de uma forma muito rápida, o adolescente pode se sentir bastante confuso, cheio de dúvidas e ansiedades com relação ao que a sociedade espera dele.

Essa pode ser, então, uma fase marcada por perdas: ele perde seu corpo infantil e tem que passar a conviver com um “corpo novo” que ele ainda não sabe manejar muito bem; perde dos pais a proteção e o amparo dispensados na infância; perde a identidade e o papel dentro da família na qual mantinha uma relação de dependência natural. Essas perdas, dependendo do suporte dado pela estrutura social e familiar, podem ser vivenciadas como uma grande crise, que os autores costumam chamar de “crise da adolescência”.

Maurício Knobel, médico psiquiatra estudioso dessa questão comportamental da adolescência, definiu um síndrome normal da adolescência, como representação esquemática do fenômeno. A definição não significa que está identificando algo patológico, mas serve somente para facilitar a compreensão deste período de vida. Na medicina a síndrome é caracterizada como uma patologia, por isso o contraditório na definição de Knobel é ele usar o termo para caracterizar algo normal e não patológico. (Knobel, 1977)

As características psicológicas para essa definição de Knobel são:

Busca de si mesmo e da identidade que se caracteriza por tentativas de autoafirmação e desvaloriza o conhecimento trazido pelos pais ou familiares; **A Tendência grupal**, que desloca os sentimentos de dependência dos pais para o grupo, o que lhes aumenta a autoestima e segurança; **A necessidade de intelectualizar e fantasiar**, tratando-se de um mecanismo de defesa e atitude de ajuste emocional; **crises religiosas**, caracterizando por uma religiosidade intensa ou ateísmo e a procura de ideal próprio; **deslocamento temporal**, que busca uma reelaboração das dimensões temporais do presente, passado e futuro, urgências irracionais e dificuldade de lidar com frustrações; **evolução sexual do autoerotismo e á heterossexualidade**, caráter lúdico da relação genital; **atitude social reivindicatória**, ou seja, atitudes combativas com intenção de ser reconhecido pelo grupo social; **contradições sucessivas em todas as manifestações de conduta**, personalidade permeável e instável, não esperar condutas rígidas e permanentes; **separação progressiva dos pais e constantes flutuações do humor**, podendo causar euforia a absoluta tristeza. (Amaral, 2007)

Desta forma, inseguro, quanto aos rumos do futuro, o jovem enfrenta o mundo que lhe parece hostil, refugiando-se na timidez ou expandindo o temperamento, conforme sejam as circunstâncias nas quais se apresentem as propostas de vida.

A imagem abaixo caracteriza como forma de mapa mental toda a fase da adolescência:

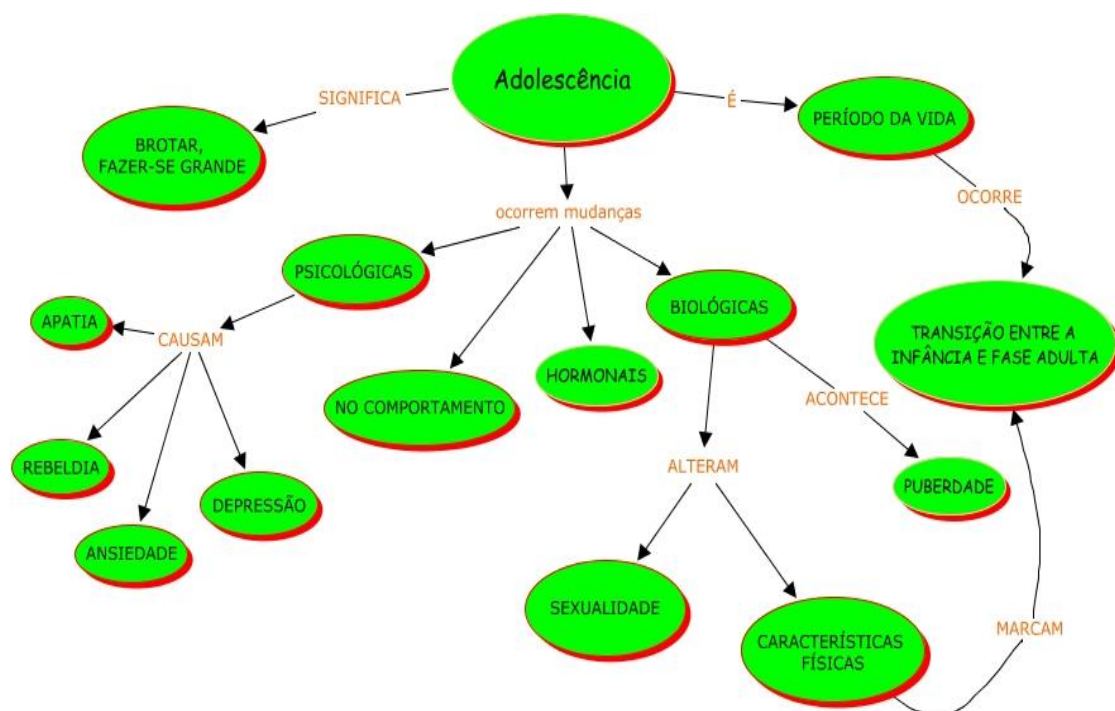


Figura 2: Caracterização da fase da adolescência

Fonte: Universidade Federal do Rio Grande do Sul

2.3. Hábitos Alimentares

O hábito, ou comportamento alimentar são todas as formas de convívio com o alimento, ou seja, os hábitos alimentares não se sintetizam apenas aos alimentos que são ingeridos ou que se deixa de ingerir, mas envolvem também as regras, significados e valores que permeiam os diferentes aspectos relativos à prática de consumo alimentar. Leônidas e Santos, (2011),

As preferencias alimentares de crianças são influenciadas pelas escolhas e pelos hábitos alimentares dos pais, assim eles desempenham um papel fundamental no que diz respeito à compra e ao preparo de alimentos. A frequência com que os pais demonstram hábitos alimentares saudáveis está associada ao desenvolvimento de um comportamento alimentar adequado de seus filhos. (Peixinho, 2013)

Durante a infância, época decisiva na construção de hábitos e atitudes, é de extrema importância que a família e a escola estimulem o consumo de hábitos alimentares saudáveis, como algo primordial, para que a longo prazo, tornem-se adultos com maior perspectiva de vida saudável.

Os hábitos alimentares são formados por meio de uma complexa rede de influencias genéticas e ambientais. O apetite da criança se torna voraz nessa fase e deve estar compatível com o estilo de vida. É comum que haja omissão do café da manhã, além disso, próximo a puberdade meninos e meninas apresentam um aumento de peso, devido ao processo de repleção energética ou rebote de adiposidade, que antecede o estirão pubertário. (SBP,2012)

Mudanças biológicas, psicológicas, cognitivas e sociais, que ocorre intensamente nessa fase, interferem na dinamicidade do comportamento alimentar dos escolares. Fatores como a disponibilidade e acessibilidade aos alimentos, modelo de alimentação dos adultos, práticas de socialização com os alimentos e estilo familiar, são algumas das áreas em que há influência dos pais sobre os hábitos alimentares infantis. (IBGE, 2014)

A classificação de alimentos para o escolar não é diferente do pré-escolar, sendo alterada somente a quantidade, pois o apetite do escolar costuma ser muito maior, não apresentando a falta de apetite da fase anterior. Nesse período, a criança é mais independente e, portanto, começa a demonstrar preferências, birras, apresentando senso crítico. É preciso ficar de olho nas escolhas alimentares, orientando e estimulando a formação de bons hábitos alimentares. (Ferreira et al, 2016)

Porém, a falta do café da manhã normalmente começa nessa fase, provavelmente pela maior independência da criança. Este aspecto deve ser analisado pelos familiares e pelos educadores, pois pode prejudicar o desenvolvimento da criança, afetando o seu rendimento escolar. Por isso, é importante que todas as crianças estejam bem alimentadas, principalmente no período escolar, para evitar que fiquem desatentas durante a aula. (Soares e Rocha, 2011)

Quanto à alimentação dos adolescentes, podem aparecer novos hábitos de consumo explicáveis por motivos psicológicos, sociais e socioeconômicos, inclusive a influência de amigos, rebeldia contra os controles exercidos pela família, busca de autonomia e identidade e outras características abordadas no capítulo anterior. As preferências alimentares são bebidas açucaradas, refrigerantes, gorduras, doces, “*fastfoods*” e redução no consumo de hortaliças, legumes e frutas. (Camarneiro, 2015)

Mudanças no modo de se alimentar, além de alterações emocionais e a busca pela independência, também são observadas nessa fase. Devido à falta de tempo, influência dos amigos e da mídia, praticidade, e alta palatabilidade de alimentos processados, o adolescente adota algumas atitudes a partir da autonomia recém adquirida. (Teixeira et al, 2012). Tais exemplos para esse comportamento são pular refeições, substituir principais refeições por lanches, aumentar o consumo de doces, salgadinhos, frituras e refrigerantes, reduzir o consumo de frutas, legumes e verduras, leites e derivados e água. (Alvarenga et al, 2015)

A SBP (2012, p. 13) ressalta:

Essa inadequação alimentar pode ser determinante para o atraso na taxa de crescimento e evolução da puberdade, podendo levar a comprometimentos emocionais, corporais e nutricionais na idade adulta. A influência da família, interação social e particularidades nesse estágio de vida, como a imagem corporal, podem estar associadas ao desenvolvimento de distúrbios alimentares.

A crescente independência, a participação na vida social e horário, geralmente, ocupados dos adolescentes, influencia os seus hábitos alimentares. É frequente comerem rapidamente e longe de casa. Além disso, estão iniciando a compra e o preparo de seus próprios alimentos. A mídia traz uma variedade enorme de alimentos para preparo rápido que eles mesmos podem realizar. (Ossucci, 2008)

Ainda neste contexto Ossucci (2008, p.3) ressalta:

Os adolescentes têm padrões de refeições caóticos (STORY, 1984). Perdem refeições, com frequência pulando o café da manhã e o almoço juntos. Sendo que essa tendência é mais comum às meninas. O hábito de lanchar é preocupante, mas apesar disso, os adolescentes podem conseguir uma nutrição essencial a partir de refeições opcionais com seleção de alimentos saudáveis que contenham os nutrientes necessários a uma

alimentação equilibrada como frutas frescas e produtos de grãos integrais que possam complementar os alimentos comumente escolhidos ricos em valor energético e proteína. Assim, a escolha de alimentos é mais importante que a hora e o lugar de comer.

Paixão et al (2011), em uma pesquisa realizada com alunos do 7º, 8º e 9º ano do ensino fundamental, verificou que os alimentos industrializados mais consumidos são: biscoito doce com recheio, leite, batata chips, biscoito salgado tipo petiscos, macarrão instantâneo que na avaliação das informações declaradas nos rótulos foi verificado grande variação do teor de sódio entre as marcas de um mesmo tipo de produto.

Souza et al (2016), em sua pesquisa observou um alto consumo de alimentos ultra processados, como refrigerantes, salgados fritos e assados, biscoitos doces e salgados, sendo o refrigerante o sexto item mais referido em adolescentes com faixa etária de 12 e 13 anos, o consumo de frutas foi baixa e esse grupo de alimentos ficou entre os 20 mais consumidos apenas para adolescentes do sexo masculino.

Porém, pode-se considerar que muitos adolescentes conhecem sobre nutrição, o que precisam comer para se manter saudável, mas possuem dificuldades por influência do meio. Esses novos padrões e hábitos alimentares podem repercutir como consequência na saúde futura do indivíduo quando maduro e na escolha posterior dos alimentos. (Fiaminchi, 2015)

Desta forma, a alimentação durante a infância e adolescência, ao mesmo tempo em que é importante para o crescimento e desenvolvimento, pode também representar um dos principais fatores de prevenção de algumas doenças na fase adulta.

2.4. Necessidades nutricionais

Nutriente é qualquer elemento químico necessário para o funcionamento do metabolismo de um organismo e, portanto é essencial a vida do ser humano. Estão divididos em dois grandes grupos, os macronutrientes e micronutrientes. A diferença entre os dois está na quantidade que o organismo necessita de um nutriente. (Ferreira et al, 2016)

Os macronutrientes são necessários em maiores quantidades para o bom funcionamento do organismo, e os micronutrientes que compõem as vitaminas e minerais são necessários em pequenas quantidades. Neste subtítulo iremos abordar de forma sucinta sobre a importância dos nutrientes, abrangendo os dois grupos.

Apesar da pesquisa se tratar de uma abordagem qualitativa, serão descritos valores de recomendação de nutrientes, pois a intenção não é realizar um mapeamento sobre os inúmeros tipos de alimentos, o foco é afunilar a importância dos principais macro e micronutrientes que são de fácil

acesso para a população e principalmente porque são indispensáveis para o um bom crescimento e desenvolvimento da fase da adolescência, faixa etária participante desta pesquisa.

As necessidades nutricionais referem-se à quantidade de nutrientes e de energia disponíveis nos alimentos que uma pessoa saudável deve consumir para atender suas necessidades fisiológicas normais, equilibrando, assim, o gasto energético diário. Essas necessidades são recomendadas de acordo com características físicas como peso, estatura, idade, sexo e composição corpórea, além do nível de atividade física e do momento biológico do organismo (Vitalle Medeiros, 2008).

Nesta fase da adolescência que possui uma característica de crescimento acelerado, é de grande importância a atenção a energia e a alguns nutrientes como proteína, carboidratos, minerais como o ferro, cálcio, zinco e vitaminas A, C, D e folato cujas necessidades aumentadas estão fortemente ligadas ao padrão de crescimento. (Vitollo, 2014).

Essas recomendações, *recommended dietary allowance* (recomendação dietética adequada - RDA), surgiram a partir de 1941, através do Conselho de Pesquisa Nacional do EUA, sendo atualizadas em várias ocasiões até 1989 e servindo decisivamente como diretriz útil para indivíduos, instituições, populações e subgrupos de população. (Gianinni, 2007)

Apesar de o seu objetivo original ser o de prover padrões para a boa nutrição, ele foi dificultado pelo importante fato de que as RDAs foram desenvolvidas com base na quantidade mínima apontada como necessária para a prevenção de deficiências clínicas. Essa limitação tornou-se mais aguda e promoveu impulso para o estabelecimento de novas recomendações, as *dietary reference intakes* (DRIs), que estão baseadas na quantidade de nutrientes que precisamos não só para prevenir deficiências, mas também para minimizar o risco de doenças crônicas e melhorar a qualidade de vida. (Gianinni, 2007)

Essas novas recomendações começaram a ser estudadas em 1994 pela Food and Nutrition Board, ocasião na qual foram organizados comitês para definir como deveriam ser revisadas as RDAs. Na época foram introduzidos novos e importantes conceitos sobre recomendações nutricionais. (Gianinni, 2007)

Nas DRIs inclui a recomendação de cotas ou doses alimentares (RDA), ingestão adequada (IA), estimativa média de requerimento (EAR) e ingestão máxima tolerável (UL), é utilizada para determinar as necessidades de nutrientes de todos os indivíduos. (Krause, 2012).

As recomendações nutricionais para crianças e adolescentes, voltadas ao suprimento e a manutenção de energia de macro e micronutrientes, devem ser atendidas, pois desempenham um papel imprescindível no desenvolvimento muscular, esqueléticos, endócrino e futura manutenção sexual dos jovens. (Silva, 2010)

A estimativa das necessidades de energia (EER, estimated energy requirements) para adolescentes foi estimada com o objetivo de manter a saúde, promover o crescimento e a maturação bem como para garantir um nível de atividade física adequada. Foram levadas em consideração, ainda, as modificações na composição corporal, uma vez que adolescentes do sexo masculino têm proporcionalmente maior quantidade de massa livre de gordura do que os do feminino, apresentando maior necessidade de energia. (Chemin Mura 2010)

2.4.1. Necessidades nutricionais na infância

O estado nutricional da criança na idade pré-escolar e escolar reflete-se na adolescência e na vida adulta, sendo fundamental que as necessidades nutricionais nessa fase sejam atendidas. Como as crianças estão em fase de crescimento e desenvolvimento de ossos, dentes, músculos e sangue, elas precisam de alimentos em proporções adequadas.

A avaliação da ingestão alimentar é importante para o diagnóstico nutricional da criança. Até 7 anos de idade, os ados de ingestão alimentar são fornecidos predominantemente pela mãe ou responsável. A partir dessa idade até a adolescência o principal informante é a criança.

Uma alimentação em proporções adequadas e de qualidade é essencial para o crescimento e o desenvolvimento da criança nos primeiros anos de vida. Uma alimentação saudável proporciona a energia e os nutrientes necessários para o bom desempenho do organismo e a manutenção da saúde. (Lamounier,2009)

O carboidrato (CHO) é considerado um macronutriente que apresenta papel fundamental de prover energia ao organismo. A prevenção de hipoglicemia é um aspecto fundamental a se considerar em crianças, pois em casos de ingestão insuficiente desse nutriente o organismo pode dispor de suas reservas corporais para produção de glicose. A recomendação de CHO para está fase é de 55% a 60% do valor energético total (VET).

A quantidade de gordura da dieta deve ser suficiente para permitir um adequado crescimento e desenvolvimento, além de reduzir o risco de doença aterosclerótica. Recomenda-se um consumo de 25% a 30% do consumo energético total da dieta, sendo menos de 10% de gordura saturada. As gorduras trans, por não apresentarem nenhum benefício a saúde, não há recomendações de ingestão diária. (Oliveira, Marchini,2008)

As proteínas desempenham funções estruturais e funcionais no organismo. As necessidade médias estimadas de proteínas para crianças entre 1 a 3 anos de idade é de 0,87 g de proteínas/kg/dia

e de 0,76 g de proteínas/kg por dia para crianças entre 4 e 8 anos de idade. Para crianças de 9 anos é de 0,92 g de proteína/kg/dia e para 10 anos é de 0,91 g de proteína/kg/dia. (Who/Fao/UNU, 2007).

A fibra é indispensável para a saúde e é considerada um laxante normal para as crianças, onde a recomendação para crianças de 1 a 3 anos de idade é de 19 g, de 4 a 8 anos é de 25 g e de 9 a 13 anos 31 g para meninos e 26 g para meninas. O avanço do crescimento intenso que ocorre na infância está relacionado ao aumento da necessidade de micronutrientes e através de uma ingestão inadequada pode levar ao crescimento deficiente e resultar em doenças por deficiência.

Os micronutrientes, vitaminas e minerais estão relacionados com várias atividades metabólicas do organismo humano, utilizados como coenzima (vitaminas B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9, B12 e K), como antioxidante (vitaminas C, E e zinco), como indutoras da síntese de proteínas específicas (vitaminas A, D e zinco), como pré-hormônios (vitamina D) ou como facilitador no transporte de oxigênio para as células por intermédio da hemoglobina (ferro) (Cozzolino, 2012)

As deficiências de ferro e vitamina A são as de maior prevalência no mundo. Várias pesquisas tem evidenciado que a escassez de vitaminas (principalmente A, D e complexo B), de ferro e zinco são causas importantes de atraso no crescimento e desenvolvimento da criança. Assim como o aumento de episódios de infecções intestinais e respiratórias, lesões de pele, anemias ferropriva e megaloblástica. (Ministério da Saúde, 2009)

O zinco é o segundo elemento traço mais abundante no corpo humano, o zinco é necessário para a síntese proteica, replicação de ácidos nucleicos, divisão celular, metabolismo da somatostatina, modulação da prolactina, ação da insulina e hormônios da tireoide, suprarrenal e testículo. (Leão, 2013)

É essencial ao funcionamento de linfócitos e fibroblastos, o que o torna mais essencial na defesa imunológica e na cicatrização. As fontes alimentares de zinco são carne, ovos, leites e crustáceos. Os vegetais possuem quantidades menores do mineral e muitas vezes contêm substâncias com fitatos e prejudicam a biodisponibilidade e absorção. (IOM, 2014)

2.4.2. Necessidades nutricionais na adolescência

As necessidades nutricionais dos adolescentes deve ser diferente daquelas preconizadas para crianças menores e adultos. Mesmo o cálculo da densidade energética é diferente para essa fase por ser mais complexo, uma vez que existem diferenças conforme o estágio pubertário do indivíduo, resultando em diferentes fórmulas, defendidas por diversos autores.

Além da necessidade energética de cada macronutriente é de extrema importância estimar as necessidades específicas dos micronutrientes, afim de proporcionar uma nutrição balanceada e adequada, evitando sintomas de uma deficiência nutricional específica, comum na adolescência, por conta das variações de necessidades de acordo com o estágio puberal.

Os CHO são a principal fonte de energia para os adolescentes e geralmente contribuem com 55% da ingestão calórica diária. As necessidades de carboidratos para adolescentes estão estimadas em 130g/dia, com base na média da quantidade mínima de glicose utilizada pelo cérebro. (Priore, Oliveira, Franceschini, Pereira, 2010)

As proteínas atuam na reparação a construção dos tecidos entre outras funções. Ela está diretamente relacionada com o crescimento. As recomendações nutricionais de proteína podem variar de 10% a 30% do valor total energético. (Krause, 2014)

Os lipídios servem como uma fonte concentrada de energia, além de servir de veículo para as vitaminas lipossolúveis e de ácidos graxos essenciais, suprimindo cerca de 30% das necessidades. Recomenda-se que a ingestão de gorduras não exceda 30% a 35% da ingestão calórica total, com não mais do que 10% das calorias provenientes de ácidos graxos saturados. (Eisenstein, e Coelho, 2000)

As necessidades de micronutrientes são elevadas durante a adolescência para suprir o crescimento e o desenvolvimento físico. Entretanto, os micronutrientes envolvidos na síntese de massa corporal livre de gordura, ossos e hemácias são especialmente importantes durante a adolescência. As vitaminas e minerais envolvidas na formação óssea são elevadas durante toda a adolescência e na vida adulta, pois a aquisição de densidade óssea não é completa até o final da puberdade.

As necessidades da maioria dos minerais duplicam durante a adolescência, principalmente em relação ao cálcio, ferro e zinco. Para cálcio a recomendação é de 1300 mg/dia, para ferro a uma diferença nas idades de 9 a 13 anos a recomendação é de 8 mg/dia para ambos os sexos, de 14-18 anos 11 mg/ dia para meninos e 15 mg/dia para meninas devido ao período da menarca e de 19 a 20 anos é 8 mg/dia para meninos e 18 mg/dia para meninas. (Monteiro, Camelo, 2011.)

Para o Zinco que sua deficiência tem sido associado ao retardo do crescimento, hipogonadismo e diminuição da sensação do paladar e queda de cabelos. Sua recomendação é de 9 a 13 anos 8 mg/dia para ambos os sexos, de 14 a 18 anos, 11 mg/dia para meninos e 9 mg/dia para meninas e de 19 a 20 anos, 11 mg/dia para meninos e 8 mg/dia para meninas. (IOM, 2002)

Outro fator importante para essa fase é o consumo de água, que desempenha um papel importante nas funções do organismo tais como: atua como solvente de líquidos do corpo humano; executa a regulação da temperatura corporal; principalmente no processo de transpiração; age como

importante lubrificante em diversos órgãos e outras partes do corpo; atua como meio de transporte intra e extracelulares. (Souza Elias, 2006)

3.TRANSIÇÃO NUTRICIONAL COMO CONSEQUÊNCIA DAS MODIFICAÇÕES DO PADRÃO ALIMENTAR

3.1. Perfil atual e perspectivas do estado nutricional da população brasileira

Comida é identidade cultural, mas há uma crise na identidade moderna. O comedor contemporâneo só consome, mas desconhece a história e a produção da comida. Isso começa no século anterior, com um distanciamento dos sistemas culinários tradicionais e com a industrialização preparando a comida para o comensal moderno. (Fischler, 1988)

As mudanças econômicas e tecnológicas enfraqueceram os sistemas culinários e sociais tradicionais, os alimentos são pasteurizados e artificiais e cada vez menos o indivíduo sabe o que está comendo.

Nas últimas duas ou três gerações, a vida no Brasil transformou-se em muitos aspectos. O Brasil tornou-se rapidamente uma sociedade predominantemente urbana. Os padrões de trabalho e lazer; alimentação e nutrição; e saúde e doença aproximaram-se agora dos de países desenvolvidos. (Ministério da Saúde, 2014)

Além dos padrões de trabalho e lazer para as pessoas também sofrerem mudanças, o perfil do consumo alimentar também teve sua transição, em decorrência das modificações que vão desde a produção até a preparação e o consumo dos alimentos, impactando no modo de adoecer e morrer da população. Conseqüentemente, os serviços e as políticas públicas precisam responder a essas transformações e à complexidade de suas manifestações na saúde.

Em 1998, Costa e Silva já descreviam:

A mudança da população do campo para a cidade frequentemente é acompanhada por mudanças negativas nos padrões alimentares. A denominada “transição nutricional” implica mudança no padrão alimentar “tradicional”, com base no consumo de grãos e cereais, que aos poucos está sendo substituído por um padrão alimentar com grandes quantidades de alimentos de origem animal, gorduras, açúcares, alimentos industrializados e relativamente pouca quantidade de carboidratos complexos e fibras. (Costa e Silva, 1998, p. 6)

Alterações nos padrões dietéticos e nutricionais da população brasileira de todos os estratos sociais e faixas-etárias vêm sendo avaliadas no processo da transição nutricional. Essa mudança nutricional caracteriza-se pela diminuição nas prevalências dos déficits nutricionais e aumento significativo de sobrepeso e obesidade (Batista Filho e Rissin, 2003)

Por conseguinte, com a alteração da característica da alimentação, observa-se uma acentuada redução do nível de atividade física. Vários fatores podem explicar este fato, mas as principais mudanças estão na distribuição das ocupações setoriais (da agricultura para a indústria) e um aumento do número de trabalhos com redução do esforço físico ocupacional, em virtude do aumento da tecnologia (Mendonça e Anjos, 2004).

Também é notório as alterações nas atividades de lazer, que passam de atividades com gasto energético acentuado, como práticas esportivas e longas caminhadas, para atividades sedentárias, como televisão, computador e o uso de *smartphones*.

Um estudo realizado em 2016, por Gorgulho, Pot, Sarti e Marchioni, pretendeu comparar a qualidade da refeição principal no Brasil e no Reino Unido e verificar suas semelhanças e diferenças. No Reino Unido as refeições prontas (*“fast-foods”*) são frequentemente consumidas do que no Brasil, um país que a transição nutricional é considerada relativamente baixa. As refeições com maior conteúdo energético médio foram o almoço para o Brasil e o jantar para o Reino Unido. Em média, a refeição principal brasileira apresentou melhor qualidade nutricional independentemente do sexo, idade, renda familiar, estado nutricional e energia consumida, com maiores índices de fibra, carboidratos, gordura total, gorduras saturadas e densidade de energia.

No entanto, a principal refeição do Reino Unido incluiu mais frutas e vegetais. Os preparativos alimentares combinados com arroz e feijão foram classificados como refeição principal brasileira, enquanto as combinações com *fast food*, como batatas fritas, sanduiches e bebidas açucaradas, foram classificadas como refeições principais no Reino Unido. Como conclusão do estudo, embora as refeições principais no Brasil tenham maior qualidade nutricional em relação ao Reino Unido, as principais refeições consumidas em ambos os países precisam de melhoria nutricional. (Gorgulho, Pot, Sarti e Marchioni, 2016)

3.2. Doenças relacionadas a falta de alimentação saudável

Em geral, o homem moderno não está preocupado com a qualidade nutricional dos alimentos, mas, sim, com o gosto, a aparência, a coloração, as embalagens práticas e acessíveis e que saciem a fome.

No Brasil, verificou-se que a partir dos anos 74 e 75 e 1989, houve uma redução da prevalência de desnutrição infantil (de 19,8% para 7,6%) e um aumento na prevalência de obesidade em adultos (de 5,7 % para 9,6%), o alto consumo de alimentos com elevado teor calórico, ricos em sódio, gorduras saturadas, açúcar, bebidas açucaradas e lanches do tipo *fast-food*, além de baixo consumo de frutas e hortaliças, é considerado importante fator de risco para obesidade e co-morbidades.

consequentemente, o excesso de peso e a obesidade entre os adolescentes brasileiros vêm aumentando expressivamente nos últimos 35 anos, além das doenças associadas à obesidade.

O estudo de Oliveira et al., publicado também neste número, verificou que a obesidade infantil foi inversamente relacionada com a prática da atividade física sistemática, com a presença de TV, computador e videogame nas residências, além do baixo consumo de verduras, confirmando a influência do meio ambiente sobre o desenvolvimento do excesso de peso em nosso meio.

Diante da discussão apresentada, percebe-se a importância da implementação de medidas intervencionistas no combate e prevenção a este distúrbio nutricional em indivíduos mais jovens. Algumas áreas merecem atenção, sendo a educação, a indústria alimentícia e os meios de comunicação e medidas de caráter educativo e informativo, através do currículo escolar seriam os principais veículos de atuação.

Como consequência da má nutrição a obesidade e o sobrepeso são hoje um desafio global alarmante. O número de crianças menores de 5 anos com sobrepeso está próximo ao daquelas que sofre extenuação. Desta forma, a imagem abaixo demonstra a má nutrição em todas as suas formas.



Figura 3: A má nutrição em todas as suas formas

Fonte: Instituto internacional de pesquisas sobre políticas alimentares, 2016

3.2.1. Desnutrição

A Desnutrição trata-se de uma situação patológica causada pela falta de ingestão ou absorção de nutrientes. Dependendo da gravidade, a doença pode ser dividida em primeiro, segundo e terceiro grau. Existem casos muito graves, cujas consequências podem chegar a ser irreversíveis, mesmo que a pessoa continue com vida. Entretanto, a desnutrição pode ser leve e traduzir-se, sem qualquer registro de sintomas, numa dieta inadequada.

A desnutrição, fome e pobreza costumam ser utilizadas como sinônimo, porém não o são. Monteiro (2003) conseguiu descrever em um ensaio, as diferenças existentes entre esses termos. Para o autor, a pobreza compõe a dimensão mais ampla e corresponde a não satisfação de necessidades básicas como alimentação, moradia, lazer, vestuário, saúde, educação dentre outras. É frequentemente mensurada através da renda para alcançar as elementares citadas e quando abaixo da linha da pobreza, em um caso considerado crítico, as famílias e indivíduos são considerados pobres.

A fome pode se manifestar de forma aguda ou crônica. A fome aguda diz respeito a ausência do alimento, desta forma, podendo se manifestar na magreza. A crônica, maior interesse desta reflexão, corresponde à oferta insuficiente de energia e nutrientes para desempenho das atividades cotidianas e desta forma se manifesta como desnutrição energética ou desnutrição energética proteica. (Monteiro, 2003)

O desenvolvimento do Brasil e a distribuição de renda menos desigual ocorrido nas últimas décadas trouxeram melhores condições vida para a população. Com melhores condições financeiras, a população passou a consumir mais produtos e também alimentos industrializados, favorecendo ao que chamamos de transição nutricional. Ocorreu redução progressiva da prevalência de desnutrição infantil e elevação, ao mesmo tempo em que o sobrepeso e a obesidade tornaram-se um dos principais problemas de saúde pública.

Apesar do excesso de peso, as crianças estão ao mesmo tempo desnutridas. É um tipo de desnutrição que está ligado à falta de nutrientes, e não necessariamente de comida. A criança com obesidade ingere com frequência alimentos concentrados em calorias, mas a qualidade e quantidade de micronutrientes é inapropriada. As diversas modalidades de deficiências nutricionais ou a ausência de elementos importantes na alimentação podem ser entendidas como desnutrição. (Souza, 2017).

A deficiência nutricional das crianças com sobrepeso/obesidade é consequência do hábito alimentar baseado em *fast food*, salgadinhos e guloseimas (alimentos pobres em nutrientes importantes para o desenvolvimento adequado da criança) associado às muitas horas de sedentarismo. Chegando a forma adulta com uma série de consequências que também podem ser caracterizadas como desnutrição, dependendo de seu diagnóstico.

3.2.2. Obesidade

A obesidade é uma doença cada vez mais comum, cuja prevalência já atinge proporções epidêmicas, sua etiologia é complexa, multifatorial, resultando da interação de genes, ambiente, estilos de vida e fatores emocionais. Ocorre uma aumento significativo da prevalência da obesidade em diversas populações do mundo, incluindo o Brasil. (ABESO, 2010). Uma grande preocupação

médica é o risco elevado de doenças associadas ao sobrepeso e à obesidade, tais como diabetes, doenças cardiovasculares (DCV) e alguns cânceres.

Vários fatores são importantes na gênese da obesidade, como os genéticos, fisiológicos e os metabólicos, no entanto, pode-se explicar que esse crescente aumento do número de indivíduos obesos parece estar mais relacionados às mudanças no estilo de vida e hábitos alimentares. (Lite, Rocha e Brandão, 2009)

É importante o conhecimento das comorbidades mais frequentes para permitir o diagnóstico precoce e o tratamento destas condições, e para identificar os pacientes que podem se beneficiar com a perda de peso. No estudo National Health and Nutrition Examination Study III (NHANES III), que envolveu mais de 16 mil participantes, a obesidade foi associada a um aumento da prevalência de diabetes tipo 2 (DM2), doença da vesícula biliar, doença arterial coronariana (DAC), hipertensão arterial sistêmica (HAS), osteoartrose (OA) e de dislipidemia. Resultados de outros estudos, entre eles o Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE) e o Swedish Obese Study (SOS), apontam para uma forte associação entre obesidade e a prevalência de doenças associadas e queixas de saúde física. A tabela abaixo descreve o quadro clínico associado á obesidade e suas respectivas manifestações:

QUADRO CLÍNICO	MANIFESTAÇÕES
<i>Cardiovasculopatias</i>	Hispertensão Arterial, angina, aterosclerose, trombose profunda, varizes, morte súbita
<i>Doenças respiratórias</i>	Hiperventilação alveolar e sonolência, apnéia noturna, embolia pulmonar, dispneia, síndrome da hipoventilação
<i>Doenças endócrinas e metabólicas</i>	Diabetes mellitus, hiperinsulinemia, síndrome metabólica, dislipidemia, hipotireoidismo
<i>Problemas relacionados á reprodução</i>	Infertilidade, pré-eclâmpsia, amenorreia, hipogonadismo, anormalidades menstruais e anovulação, diminuição desempenho obstétrico
<i>Problemas gastrointestinais</i>	Colelitíase, colecistite, esteatose hepática, refluxo gastroesofágico, hérnia, obstipação

<i>Doenças musculosqueléticas</i>	Osteoartrite da coluna e joelho, assadura, estrias, fadiga muscular, defeitos posturais
<i>Neoplasias</i>	Colorretal, próstatas, vesícula biliar, mama, útero e ovários, endométrio
<i>Disfunções psicossociais</i>	Prejuízo da autoimagem, sentimento de inferioridade, isolamento social, discriminação social, econômica e outras, suscetibilidade a psiconeuroses, perda de mobilidade, aumento de faltas ao trabalho e licenças médicas, aposentadoria mais precoce.
<i>Problemas diversos</i>	Aumento do risco cirúrgico e anestésico, hérnia inguinal e incisional, diminuição da agilidade física e maior propensão a acidentes e interferência com o diagnóstico de outras doenças.

Tabela 2: Quadro clínico associado á obesidade e ás respectivas manifestações

Fonte: Ferreira et al 2017. Adaptada

A obesidade é causa de incapacidade funcional, de redução da qualidade de vida, redução da expectativa de vida e aumento da mortalidade. Condições crônicas, como doença renal, osteoartrose, câncer, DM2, apneia do sono, doença hepática gordurosa não alcoólica (DHGNA), HAS e, mais importante, DCV, estão diretamente relacionadas com incapacidade funcional e com a obesidade. Além disso, muitas dessas comorbidades também estão diretamente associadas à DCV. Muitos estudos epidemiológicos têm confirmado que a perda de peso leva à melhora dessas doenças, reduzindo os fatores de risco e a mortalidade.

Além das doenças acima, uma série de outras doenças, que podem acometer qualquer órgão ou sistema, foi reconhecida como associada ao aumento de peso. Podem ser citadas a doença do refluxo gastroesofágico, a asma brônquica, insuficiência renal crônica, infertilidade masculina e feminina, disfunção erétil, síndrome dos ovários policísticos, veias varicosas e doença hemorroidária, hipertensão intracraniana idiopática (pseudotumor cerebri), disfunção cognitiva e demência. Além da maior presença de doenças, a obesidade perturba o diagnóstico e o tratamento devido à dificuldade oferecida a alguns procedimentos e limitação técnica de alguns equipamentos para esses pacientes.

A prevalência de obesidade infantil vem apresentando um rápido aumento nas últimas décadas, podendo ser considerada como uma verdadeira epidemia mundial. Esse fato é bastante preocupante pois a associação da obesidade com alterações metabólicas, como a dislipidemia, a hipertensão e a intolerância à glicose, considerados fatores de risco para diabetes mellitus tipo 2 e as doenças cardiovasculares até há alguns, que eram mais evidentes em adultos, no entanto hoje já podem ser observadas frequentemente na faixa etária mais jovem.

De acordo com os dados da pesquisa Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL), realizada periodicamente pelo ministério da saúde, quase metade da população brasileira está acima do peso. O excesso de peso é diagnosticado quando o IMC alcança valor igual ou superior a 25 kg/m², enquanto que a obesidade é diagnosticada com valor de IMC igual ou superior a 30 kg/m². A proporção avançou de 42,7%, em 2006, para 48,5%, em 2011. No mesmo período, o percentual de obesos subiu de 11,4% para 15,8%. (Anvisa, 2016)

A VIGITEL (2016), que ouviu cerca de 54 mil pessoas, em todos os estados, apontou também que a dieta do brasileiro é rica em gordura e pobre em frutas e hortaliças: há consumo excessivo de gordura saturada, como em determinados tipos de carne, leite integral e refrigerantes. O consumo de refrigerantes mais de cinco vezes por semana é comum entre 29,8% dos brasileiros.

De acordo, ainda, com o inquérito realizado, quanto maior a escolaridade, mais saudável a dieta. Frutas e hortaliças estão presentes no cardápio de 44,5% dos brasileiros que concluíram, no mínimo, 12 anos de estudo. O percentual reduz para 27,5% entre as pessoas que estudaram até, no máximo, oito anos. As proporções vão para 29,7% para quem tem nível superior e 17,4% para quem não concluiu o ensino fundamental. Aumentar o acesso à informação é uma importante medida para melhorar os hábitos alimentares do brasileiro. (ANVISA 2016)

3.2.3. Doenças crônicas não transmissíveis

As doenças crônicas não transmissíveis envolve o conjunto de condições crônicas. Em geral, estão relacionadas a múltiplas causas, são caracterizadas por início gradual, de prognóstico usualmente incerto, com longa ou indefinida duração. Apresentam curso clínico que muda ao longo do tempo, com possíveis períodos de agudização, podendo gerar incapacidades. (Brasil, 2013)

Atualmente, as DCNTs constituem o problema de saúde de maior magnitude relevante e respondem por mais de 70% das causas de mortes no Brasil. As doenças cardiovasculares, câncer, diabetes, enfermidades respiratórias crônicas e doenças neuropsiquiátricas, principais DCNTs, têm respondido por um número elevado de mortes antes dos 70 anos de idade e perda de qualidade de

vida, gerando incapacidades e alto grau de limitação das pessoas doentes em suas atividades de trabalho e de lazer. (IBGE, 2014)

De acordo com a OMS, um pequeno conjunto de fatores de risco responde pela grande maioria das mortes por DCNT e por fração substancial da carga de doenças devida a essas enfermidades. Entre esses, destacam-se o tabagismo, o consumo alimentar inadequado, a inatividade física e o consumo excessivo de bebidas alcoólicas (WHO, 2014). Para Duncan et al (2012), Os padrões de alimentação adotados nas últimas décadas podem ser prejudiciais de várias maneiras. Temo como exemplo: o consumo excessivo de sal aumenta o risco de hipertensão e eventos cardiovasculares, o alto consumo de carne vermelha, de carne altamente processada e de ácidos graxos trans que está relacionado às doenças cardiovasculares e ao diabetes.

As doenças infecciosas e parasitárias, principais causas de morte no início do século passado, cederam lugar às DCNTs. Essa passagem epidemiológica tem se refletido na área de saúde pública e o desenvolvimento de estratégias para o controle as DCNTs se tornaram uma grande emergência, que por serem de longa duração, são as que mais demandam ações, procedimentos e serviços de saúde, gerando no Brasil uma sobrecarga no Sistema Único de Saúde (SUS). (Júlio, 2014)

Para Barros (2014), faz-se necessário um olhar atento às DCNTs, seja buscando novas estratégias de cuidado, ou como meta da educação em saúde para o viver bem, a partir do conhecimento acerca das doenças, suas limitações e seu impacto no contexto social e econômico.

As doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT) são a principal causa de morte em todas as regiões do Brasil¹⁹. O sobrepeso e a obesidade, fatores de risco importantes para a ocorrência dessas doenças, apresentam níveis de prevalência crescentes em todo o mundo e atinge todas as fases da vida, inclusive crianças e adolescentes.

A síndrome metabólica que representa um grupo de fatores de risco cardiometabólicos que incluem a obesidade abdominal combinada com a elevação da pressão arterial, glicemia de jejum e triglicédeos, e redução do nível de colesterol HDL.

A presença de SM está associada a um risco aumentado de eventos cardiovasculares e mortalidade. O aumento do peso eleva significativamente o risco a longo prazo de desencadear diabetes mellitus tipo 2 e a perda de peso reduz o risco de desenvolver ou melhora o controle a diabetes.

As doenças cardiovasculares são outro fator de risco incluindo a DAC, infarto do miocárdio, angina, insuficiência cardíaca congestiva, acidente vascular cerebral, hipertensão e fibrilação arterial. Adolescentes que apresentam maior índice de IMC mesmo dentro da faixa considerada normal tem maior risco de desenvolver doença arterial coronariana. As doenças respiratórias estão dentre as complicações da obesidade, a apneia obstrutiva do sono compreende episódios de obstrução total (apneia) ou parcial (hipopneia) da via aérea durante o sono, sendo o sobrepeso um importante fator

de risco para essa condição. Um aumento de peso de 10% em 4 anos está associado a um aumento de seis vezes no risco de desenvolver a síndrome da apneia obstrutiva do sono (SAOS).

É comum a associação da obesidade com problemas psicopatológicos, as chamadas “comorbidades”. Discute-se se são causa ou efeito. A pessoa engorda por que tem problemas emocionais ou tem problemas emocionais por que é gorda? Obesos têm maior prevalência de transtornos emocionais graves, quanto maior o grau de obesidade maior o comprometimento e a dificuldade de tratamento, quanto mais problemas estiverem associados, menos favorável é o prognóstico. Entre os problemas associados podemos citar a ansiedade, dificuldades afetivas, dificuldades sociais e sexuais, de relacionamento, timidez, baixa capacidade de habilidades sociais, baixa assertividade, transtornos de humor (depressão, distímia, transtorno bipolar), excesso de preocupações, alteração da imagem corporal e, como elemento chave, a baixa autoestima, os sentimentos de inferioridade, adquiridos até pela discriminação sofrida.

Além das doenças acima, uma série de outras doenças, que podem acometer qualquer órgão ou sistema, foi reconhecida como associada ao aumento de peso. Podem ser citadas a doença do refluxo gastroesofágico, a asma brônquica, insuficiência renal crônica, infertilidade masculina e feminina, disfunção erétil, síndrome dos ovários policísticos, veias varicosas e doença hemorroidária, hipertensão intracraniana idiopática (pseudotumor cerebri), disfunção cognitiva e demência

4. ALIMENTAÇÃO E EDUCAÇÃO

4.1. Parâmetros curriculares nacionais e apresentação dos eixos transversais

As questões pertinentes ao currículo exercem função importante na escola e posteriormente na universidade, sendo considerado objeto de análise, discussão e permanente problematização. Os estudos sobre currículo surgem no século XX, por uma extrema necessidade de organização, planejamento e estabelecimento de metas a serem alcançadas por uma sociedade que iniciava escolarização em massa.

Ao longo da história surgiram várias concepções de currículo, desta forma pressupõem que possui subjacentes teorias da justiça social, contribuições filosóficas, sociológicas, psicológicas, antropológicas, e também teorias de aprendizagem de ensino. (Silva, 2006)

A questão da transversalidade foi permeando o currículo, uma vez que acredita-se que a ideia de transversalidade se apresenta inicialmente como uma tentativa de mudança e renovação do ensino, trazendo forte aposta no trabalho interdisciplinar. No Brasil, é presenciado este movimento com mais intensidade na ocasião dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), publicado pelo Ministério da Educação (MEC).

As formulações dos PCN's trazem para o ensino fundamental a ideia de ultrapassar as disciplinas ao trabalhar temas voltados para questões humanas, ou a vida, que estariam mais relacionados ao cotidiano dos estudantes. A história do currículo é marcada por decisões básicas tomadas, por um lado, com a finalidade de racionalizar, de forma administrativa, a gestão do currículo e de adequá-lo às exigências econômicas, sociais e culturais da época e, por outro, de elaborar uma crítica à escola capitalista e propor uma escola diferente seja na perspectiva socialista, seja na perspectiva antiautoritária. (Silva, 2006)

Segundo os PCN's, os temas transversais (TTs) foram implementados pelo fato de que algumas propostas indicaram a necessidade do tratamento transversal de temáticas sociais na escola, como forma de contempla-las na sua complexidade, sem restringi-las à abordagem de uma única área. (Brasil, 1997, p.64).

O documento de apresentação utiliza como critérios de eleição para os temas transversais:

- a urgência social, que se apresenta como barreira para consolidação da plenitude da cidadania, confrontando a dignidade das pessoas e destruindo sua qualidade de vida;
- a abrangência nacional, que busca contemplar questões que em maior ou menor medida e mesmo de formas diversas, fossem pertinentes a todo o país, que não exclui a possibilidade de redes estaduais e municipais e até mesmo as escolas acrescentem outros temas relevantes a sua realidade;

- a possibilidade de ensino e aprendizagem no ensino fundamental, no que se refere ao ensino de educação para saúde, educação ambiental e orientação sexual, já desenvolvidas em muitas escolas;
- favorecer a compreensão da realidade e participação social, onde os alunos possam desenvolver a capacidade de se colocarem em posição das questões que interferem na vida coletiva, superar a indiferença e intervir de forma responsável.

Em síntese, refere-se a questões sociais ponderadas como relevantes, problemáticas, sociais, atuais e urgentes, consideradas de abrangência nacional e até mesmo de caráter universal. Apresenta o entendimento de cidadania e os princípios democráticos que a norteiam, discute a magnitude do trabalho com questões sociais na escola e apresenta a sugestão em sua globalidade: a relação da transversalidade entre temas e as áreas curriculares, assim como sua presença em todo o convívio escolar.

Os PCN's sugerem que tais temas sejam debatidos no interior das disciplinas, o tratamento denominado transversal garante que os temas não fossem contemplados por apenas uma área de conhecimento, ou que constituíssem novas áreas. Todas as áreas consideradas convencionais (matemática, ciências, história, geografia, artes, português e educação física), são responsabilizadas pelo acolhimento das questões dos TTs

Desta forma, este capítulo tem por objetivo fazer uma síntese sobre os eixos transversais propostos pelo MEC e publicados como temas transversais dos parâmetros curriculares nacionais ao qual foram classificados em seis critérios: ética, saúde, pluralidade cultural, trabalho e consumo, meio ambiente e orientação sexual.

4.1.2. Ética

Em relação às discussões sobre a Ética nos PCNs, podemos observar que o documento aborda as diferentes tendências de educação moral existentes no Brasil: a filosófica, a cognitivista, a afetivista, a moralista e a democrática, apontando a importância de objetivar e centrar na tendência democrática como referência dos PCNs. (Gomes, 2010)

A ética ajuda a conduzir escolhas diante da complexidade existente nas relações humanas, portanto quanto mais cedo o indivíduo aprender sobre tal tema, mais cedo iniciará seu amadurecimento nesse aspecto e estará mais preparado para enfrentar questões referentes ao convívio social do dia a dia. O objetivo do trabalho que envolva o tema ética é propor atividades que levem o aluno a pensar sobre sua conduta diante de outras pessoas, principalmente fora da escola, que é onde

as crianças não estão sob a mira dos professores ou de agentes educacionais e colocam em prática aquilo que aprenderam em sala de aula.

Na verdade não se trata de algo pronto, como receita de bolo mais sim de princípios, que por consequência o currículo escolar sobre ética pede uma reflexão sobre a sociedade contemporânea na qual está inserida a escola. O comportamento humano é o centro de estudos da ética, esse ramo da filosofia é constituído de alguns elementos básicos como o respeito mútuo, justiça, diálogo e solidariedade. (Brasil, 2000)

O respeito mútuo pode ser interpretado com várias dimensões em relação ao comportamento com o homem, todas respeitadas mais em sentidos diferentes. Temos como exemplo o de submissão, que é o caso quando uma pessoa obedece incondicionalmente à outra, que pode ser por medo, pelo fato de um ser mais forte que outro, ou até mesmo por admiração ou reverência por se tratar de uma pessoa mais velha ou mais sábia.

O respeito ao ser humano independente de sua origem, valores, opiniões e religiões é outro tema a se destacar assim como o respeito a manifestações culturais étnicas e religiosas são alguns dos temas que são propostos pelos PCNS transversais de ética para serem trabalhados dentro do âmbito escolar.

Ao trabalhar ética na escola o professor já deve estar ciente de como a cultura vai lidar com tal situação. Podemos destacar que no Brasil, já existe uma marca registrada pelo “jeitinho brasileiro” que posteriormente se tornou o princípio da Lei de Gérson ou Lei da Vantagem, que trata-se de um momento em que determinada pessoa ou empresa brasileira obtém vantagens de uma forma indiscriminada sem se importar com questões éticas ou morais.

A ética é a responsável pela possibilidade atribuída à escola de conduzir o ser à condição de crítico e responsável pelos seus atos, no entanto, ela entrelaça a estas condições a capacidade de definir o que seja justo e injusto, moral e imoral, uma vez que atribui valores às atitudes dos educandos e os vigia, como se a qualquer momento pudessem fazer, falar ou sentir algo que não é permitido eticamente.

A Transversalidade tem em vista a importância das experiências vividas no ambiente escolar; a necessidade de deixar claros alguns valores centrais (bloco de conteúdos); a apreensão racional da moral e a base afetiva para sua legitimação. Cabe observar que, a partir dessa perspectiva transversal, a ciência psicológica é chamada para nortear e respaldar a forma metodológica e seus objetivos. (Gomes, 2010)

A importância do tema é discutida pelos autores dos PCNs, no campo da sociedade democrática e a primeira questão que se levanta é: Como devo agir perante os outros? Segundo o

documento, esta é uma questão central da Moral e da Ética, palavras que podem ser sinônimas, enquanto “conjunto de princípios ou padrões de conduta” (Brasil, 2000)

A escola ainda é o principal caminho para se discutir questões éticas uma vez que o ambiente escolar está repleto de possibilidades que evidenciam a ética como necessária e capaz de permitir um relacionamento mais amistoso entre os atores educacionais. No entanto, a escola não conseguirá responder a todas as questões levantadas quando se trata de ética, nem deverá se considerar um fracasso por não conseguir atingir o objetivo.

Para os educadores, a ética é vinculada como norteadora do comportamento dos professores, das ações e atitudes que estes praticam no ambiente escolar permitindo assim, o diálogo constante na numa melhor forma de resolver os problemas educativos. Ser ético para a maioria dos educadores é estar aberto ao diálogo, uma vez que acreditam que ele é uma poderosa ferramenta para a formação de cidadãos conscientes, críticos e responsáveis.

Esse estado de ser ético, também possibilita ao educador atuar de forma digna na execução de sua profissão construindo saberes no seu cotidiano. A ética é a responsável pela possibilidade atribuída à escola de conduzir o ser à condição de crítico e responsável pelos seus atos.

4.2.2. Saúde

O ensino de Saúde tem sido um desafio para a educação no que se refere à possibilidade de garantir uma aprendizagem efetiva e transformadora de atitudes e hábitos de vida. As experiências mostram que transmitir informações a respeito do funcionamento do corpo e das características das doenças, bem como de um elenco de hábitos de higiene, não é suficiente para que os alunos desenvolvam atitudes de vida saudável.

O principal objetivo do Tema Transversal Saúde é educar para a saúde, trabalhando procedimentos e atitudes necessários a uma vida saudável, e não apenas ensinar. Devemos também ter em mente que a criança traz consigo a valoração de comportamentos favoráveis ou desfavoráveis à saúde, oriundos da família e de outros grupos de relação mais direta, como é o caso da escola.

Portanto, valores que se expressam na escola, por meio de aspectos concretos como a qualidade da merenda, a higiene das dependências, as atividades propostas e a relação professor-aluno, são apreendidos pela criança diariamente no ambiente escolar. Daí a necessidade de o *professor* educar os *alunos*, enfocando a saúde e não a doença. Sempre com uma visão positiva sobre o tema. Como exemplo, quando um professor mede a estatura dos alunos, ele desenvolve, a partir desse exercício, o conceito de medida, o estudo das diferentes formas de registro das

informações coletadas, a herança genética e a diversidade, o estado nutricional de cada aluno e do grupo. A abordagem do *tema saúde* deve se dar no cotidiano da experiência escolar e não apenas no estudo de uma matéria.

O tema “Saúde” não tem apenas um caráter informativo, como sugerem os PCNs, mas, sobretudo um efeito de intervenção no interior do espaço escolar. É preciso educar para a saúde levando em conta todos os aspectos envolvidos na formação de hábitos e atitudes que acontecem no dia a dia da escola (Brasil, 2000). A educação para a saúde tem grandes possibilidades de ser introduzida no currículo de todos os graus, através do ensino incidental, quando surgem situações com implicações de saúde durante a rotina e rituais de vida diária da criança (Ministério da Educação e do Desporto, 1987). Os PCNs incitam a escola a, através de práticas pedagógicas diversas, construir e mediar a relação do sujeito consigo mesmo, de modo a fazer com que o indivíduo tome a si mesmo como objeto de cuidados, alterando comportamentos (Altmann, 2001).

Ao educar para a saúde, de forma contextualizada e sistemática, o professor e a comunidade escolar contribuem de maneira decisiva na formação de cidadãos capazes de atuar em favor da melhoria dos níveis de saúde pessoais e da coletividade (Brasil, 2000). Não é pressuposto da educação para a saúde a existência de um professor especialista, o que se pretende é um trabalho pedagógico cujo enfoque principal esteja na saúde e não na doença (Brasil, 1998).

A educação para a Saúde cumprirá seus objetivos ao conscientizar os alunos para o direito à saúde, sensibilizá-los para a busca permanente da compreensão de seus determinantes e capacitá-los para a utilização de medidas práticas de promoção, proteção e recuperação da saúde ao seu alcance a fim de irradiar seus efeitos em domínios mais heterogêneos, dentre outros, na comunidade. (Brasil, 2000)

4.2.3. Meio Ambiente

A sociedade no proceder da história, passou por grandes modificações tanto físicas como biológicas graças aos avanços no setor industrial. E com esses progressos, infelizmente, vieram também às sequelas para o mundo em relação à questão ambiental, uma vez que o futuro da humanidade depende da harmonia estabelecida entre a natureza e o uso do homem de forma consciente.

Diante desta discussão, foi elaborado o PCN sobre Meio Ambiente, na qual, vem discutir sobre a temática ambiental a ser desenvolvido num ambiente escolar.

De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais – Meio Ambiente e Saúde:

Os conteúdos de Meio Ambiente serão integrados ao currículo através da transversalidade, pois serão tratados nas diversas áreas do conhecimento, de modo a impregnar toda a prática educativa e, ao mesmo tempo, criar uma visão global e abrangente da questão ambiental (1997, p.36).

Nesse sentido, o Tema Transversal nos PCN's, tem como função promover “uma visão ampla em que envolva não só os elementos naturais, mas também os elementos construídos e todos os aspectos sociais envolvidos na questão ambiental” (Brasil, 1997). Geralmente, os conteúdos de Meio Ambiente tem sido desenvolvidos na escola, presentes nas disciplinas de Ciências e/ou Geografia, mas infelizmente de forma fragmentada, onde o professor não associa esse conhecimento com a realidade do aluno tornando-se assim esse tema tão distante e fragmentado.

Como por exemplo, os conteúdos de história podem ser articulados com os temas transversais, ou seja, a história pode contribuir para a compreensão de questões ambientais como: poluição, desmatamento, limite de uso de recursos naturais, desperdícios, entre outros.

Na forma proposta, os PCN's estabelecem que os conteúdos do tema transversais relacionados ao meio Ambiente ajudariam os alunos a construir uma consciência global das questões relativas ao meio, para que possam assumir posições afinadas com os valores referentes à sua proteção e melhoria. Por exemplo, em determinada turma o professor possui dez alunos com notas excelentes, onde só tiram nota máxima nas provas, mas infelizmente os mesmos, ainda assim, não possuem sensibilização em relação à educação ambiental, pois eles jogam papel na sala, jogam lixo em qualquer lugar do espaço escolar ou mesmo fora, fazendo com que esse ambiente fique sujo devido à sua atitude e sem nenhuma preocupação com o futuro do planeta através desse ato.

É preciso que o educador possa discutir esses conteúdos relacionados ao Meio ambiente no decorrer das suas aulas, para que os alunos consigam desenvolver e adotar durante o processo de desenvolvimento comportamentos ambientalmente correto, solidário, responsável, crítico e reflexivo.

A escola é um dos locais privilegiados para a realização da educação ambiental, desde que dê oportunidade à criatividade (Reigota, 2003). A partir do desenvolvimento da consciência ambiental nas crianças, através dos professores, pretende-se uma mudança na sociedade, em decorrência de uma abordagem social e política da questão. E a escola é, sem dúvida, o local ideal para se iniciar e promover esse processo (Oliveira, 2007).

4.2.4. Orientação sexual

Quando se fala de sexualidade, pressupõe-se falar de intimidade, uma vez que ela está estreitamente ligada às relações afetivas. A sexualidade é atributo de qualquer ser humano, no entanto para ser compreendida, não pode ser separada do indivíduo com um todo (Brasil, 1997).

A erotização do corpo, caracterizada pela provocação do outro, em que a suscitação não necessita dar-se de forma intensa e corpórea, remetendo-se á sexualidade e ao aumento do erotismo, tem sido aspecto discutido na atualidade, principalmente, depois que os artefatos midiáticos começaram a utilizar argumentos de erotização precoce. (Santos, 2010)

Hoje ás mídias cada vez mais desempenha um papel de produtoras e difusoras de ideias, valores e crenças, estas cresceram o conteúdo sexual e reforçaram o paradigma dominante, perpetuando as diferenças e desigualdades de gênero, preservando o estado das coisas, marcadamente, sexista. (Miguel, Toneli, 2007)

A estimulação precoce da sexualidade através de canais midiáticos, pode ter consequências a médio e longo prazo como: risco aumentado de gravidez não planejada, relação sexual precoce, exposição a doenças sexualmente não transmissíveis, distúrbios alimentares, baixo desempenho escolar, depressão e banalização do sexo. Essas repercussões biopsicossociais podem de forma crescente, provocar desarranjos sociais, familiares, orgânicos e culturais. (Quirino,2012)

Desta forma os PCN'S transversais relacionados a orientação sexual, orienta o aluno a respeito de prevenções de DST's, uma possível gravidez indesejável englobando o aborto e o mais importante o tema vem para mostrar como é importante respeitar e conhecer seu próprio corpo, sua sexualidade. A sexualidade está estampada diariamente na vida dos alunos, pois ela não constitui apenas a parte biológica, mas também aspectos históricos e culturais que criam os valores. (Brasil, 1997)

A escola agrega valores aos seus alunos, e junto com os educadores tenta mostrar de forma delicada e sutil, que essa sexualidade deve agir em prol deles e não contra eles. E essa escola não pode só ditar o que é certo e errado, deve também ouvir esses adolescentes, saber o que eles pensam.

Os educadores em parceria com a família são fundamentais na formação sexual da criança. A família deve ser orientada, visto que ela é a fonte principal da formação, da base da criança, para que proporcione uma vida moralmente sadia, inclusive sendo responsável em passar um conhecimento adequado da sexualidade humana. (Quirino, 2012)

Sabe-se que a boa educação começa em casa, visto que os pais geralmente buscam sempre a felicidade e conseqüentemente o sucesso do seu filho.

A escola é tida como um importante complemento, isso quando bem orientada. Os jovens, apesar de muitas vezes não demonstrarem, são extremamente necessitados de conceitos morais e do amparo familiar que, quando realizados de forma coerente, proporcionam a formação de homens e mulheres de valores, exemplos para a sociedade.

4.2.5. Pluralidade cultural

A pluralidade cultural está relacionada com a multiculturalidade de uma nação, ou seja, quando encontram-se reunidos em um mesmo espaço vários tipos de manifestações culturais e tradições diferentes. (Brasil, 1997)

No Brasil, devido a sua "multi-colonização", formou-se uma pluralidade de culturas vindas de praticamente todas as partes do mundo. A pluralidade cultural de um país é caracterizada pela aceitação da sua diversidade cultural. Em um país monocultural, por exemplo, existem restrições quanto a liberdade de expressão das culturas e tradições estrangeiras, sendo até mesmo consideradas alvos de perseguições.

Em um contexto de crescente globalização, a necessidade de uma educação para diversidade cultural tem sido preconizada em literatura nacional e internacional, mediante três argumentos distintos: de um lado, a diluição de fronteiras geográficas pelo avanço da tecnologia, da mídia e da informática estaria propiciando um intercâmbio entre culturas distintas, o que exigiria uma sensibilização para a pluralidade de valores e universos culturais cada vez mais presentes no cotidiano de educadores, alunos e profissionais. (Cannen, 2000)

Nos PCN's transversais do tema referido, é dividido em suas partes: na primeira, apresentam-se a justificativa, o estado atual dos trabalhos com a temática, as contribuições trazidas pelos conhecimentos em áreas diversas, e os objetivos gerais do ensino fundamental.

Na segunda parte, aborda as implicações das posturas discutidas em termos de conteúdos e seus critérios de seleção. Aponta-se que os conteúdos receberam o tratamento por blocos, nos quais são propostos núcleos temáticos, que incorporam os avanços do conhecimento, reivindicações antigas de movimentos sociais, e divulgação de direitos civis, sociais e culturais estabelecidos na Constituição Federal (Brasil, 1997, p.23)

Os assuntos são divididos por sua vez em categorias tais como: a organização familiar como instituição em transformação no mundo contemporâneo, a vida comunitária como referência afetiva, forma de organização e base de relações econômicas em diferentes regiões, as relações com o tempo e espaço por seres humanos de diferentes regiões, as relações com o tempo e com o espaço por seres humanos de diferentes origens culturais, a educação em diferentes grupos humanos, a atitude de voltar

a atenção para o ponto de vista dos grupos sociais, o ser humano como agente social e produtor de cultura, as muitas linguagens como fator de identidade de grupos, e assim por diante.

SEGUNDA PARTE: METODOLOGIA DA INVESTIGAÇÃO

5. METODOLOGIA

5.1. Área problemática

O presente estudo sobre a “Alimentação Saudável: Análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais”, surge diante da necessidade constante da abordagem do tema em sala de aula, visto que o desenvolvimento de ações de saúde de forma transversal, envolvendo crianças e adolescentes torna-se importante por possibilitar a estes sujeitos a adesão precoce a comportamentos saudáveis, uma vez que hábitos formados durante este período tendem a refletir durante as demais fases da vida. Diante dessa necessidade, é imprescindível investigar como esse tema está sendo trabalhado no contexto de escolarização o que motivou ao levantamento das seguintes questões norteadoras para esta pesquisa:

- Os professores trabalham o assunto relacionado ao tema alimentação saudável em sala de aula?
- Alimentação saudável é abordada como tema transversal em qualquer disciplina do ensino fundamental?
- O que podemos dizer da preparação dos professores para o desenvolvimento do tema?
- Como propiciar ao professor a liberdade de aquisição de conteúdos além de sua disciplina?
- Os alunos compreendem sobre os assuntos abordados e colocam em prática?
- A gestão influencia positivamente para contribuir na abordagem do tema?

Desta forma, a partir das questões levantadas pode-se formular a área problemática desta pesquisa: Existem vários fatores de planejamento, motivação e capacitação que dificultam a prática educativa e a aplicabilidade do assunto alimentação saudável como tema transversal de saúde no contexto educacional.

5.1.1. *Objetivos da investigação*

Através do levantamento das questões sobre a área problemática deste estudo apresentadas anteriormente, classificamos na tabela abaixo os objetivos estabelecidos desta pesquisa:

OBJETIVO GERAL
Analisar o grau de aplicabilidade do tema alimentação saudável, como eixo transversal do currículo no ensino fundamental.
OBJETIVOS ESPECIFICOS
1. Caracterizar a formação acadêmica dos professores atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental
2. Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação saudável em sala de aula
3. Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema
4. Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordagem do tema no contexto educacional
5. Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito no conhecimento e na práxis do aluno

Tabela 3: Dados do estudo
Fonte: Estudo, elaboração própria

5.2. *Desenho da investigação*

O presente estudo procura contribuir para a melhoria na comunidade escolar na abordagem de temas relacionados à saúde, enfatizando a importância da alimentação saudável de forma transversal.

Trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo e exploratório, conduzido pela abordagem qualitativa, com o objetivo de proporcionar maior familiaridade com o problema, que Segundo

Gonzalez et al (2014, p. 54) a pesquisa qualitativa é mais relevante à compreensão do que a explicação, onde tudo se baseia na construção social da realidade.

A abordagem qualitativa está mais relacionada no levantamento de dados sobre as motivações de um grupo, em compreender e interpretar determinados comportamentos, a opinião e as expectativas dos indivíduos de uma população, é interpretativa, pois não pretende fazer generalizações a partir do objeto estudado. Seu propósito culmina na elaboração de uma descrição ideográfica a seu respeito, de acordo com as características que o identificam e o individualizam. (Gonzalez et al, 2014)

Para Siqueira (2002), a abordagem qualitativa não é uma técnica de relações humanas, mas trata-se de um método de investigação que busca descrever e analisar as experiências dos sujeitos da pesquisa.

A pesquisa se molda a esse tipo de abordagem uma vez que se busca compreender um problema de caráter humano ou social, por meio da elaboração de um desenho complexo construído sobre palavras e desenvolvido num contexto natural. Este método utiliza, portanto, contextos cotidianos, e serve-se da pluralidade na coleta de dados e interessa-se pela significação (Gonzalez et al, 2014)

Para Guerriero (2006), a pesquisa qualitativa pode ser definida inicialmente como uma atividade contextualizada que localiza o observador no mundo. O campo da pesquisa consiste, pois, em um conjunto de práticas materiais e interpretativas – tais como, notas de campo, entrevistas, conversas, fotografias, gravações e recordações.

O método de abordagem é o estudo de caso, onde a pesquisa é considerada de interesse e é abordado em sua complexidade. É particular, porque foca sobre uma situação, fato ou fenômeno particular, onde a particularização é o centro de interesse, e o alto conteúdo descritivo permite marcar o caráter multifatorial, abordando explicações sobre como os fatos ocorrem e seus porquês e quais as razões imediatas e o contexto em que acontecem.

É exploratória, pois, não tem o intuito de obter número como resultado que possam nos indicar o caminho para tomada de decisão correta sobre uma questão-problema.

Abaixo podemos sintetizar o desenho metodológico deste estudo:

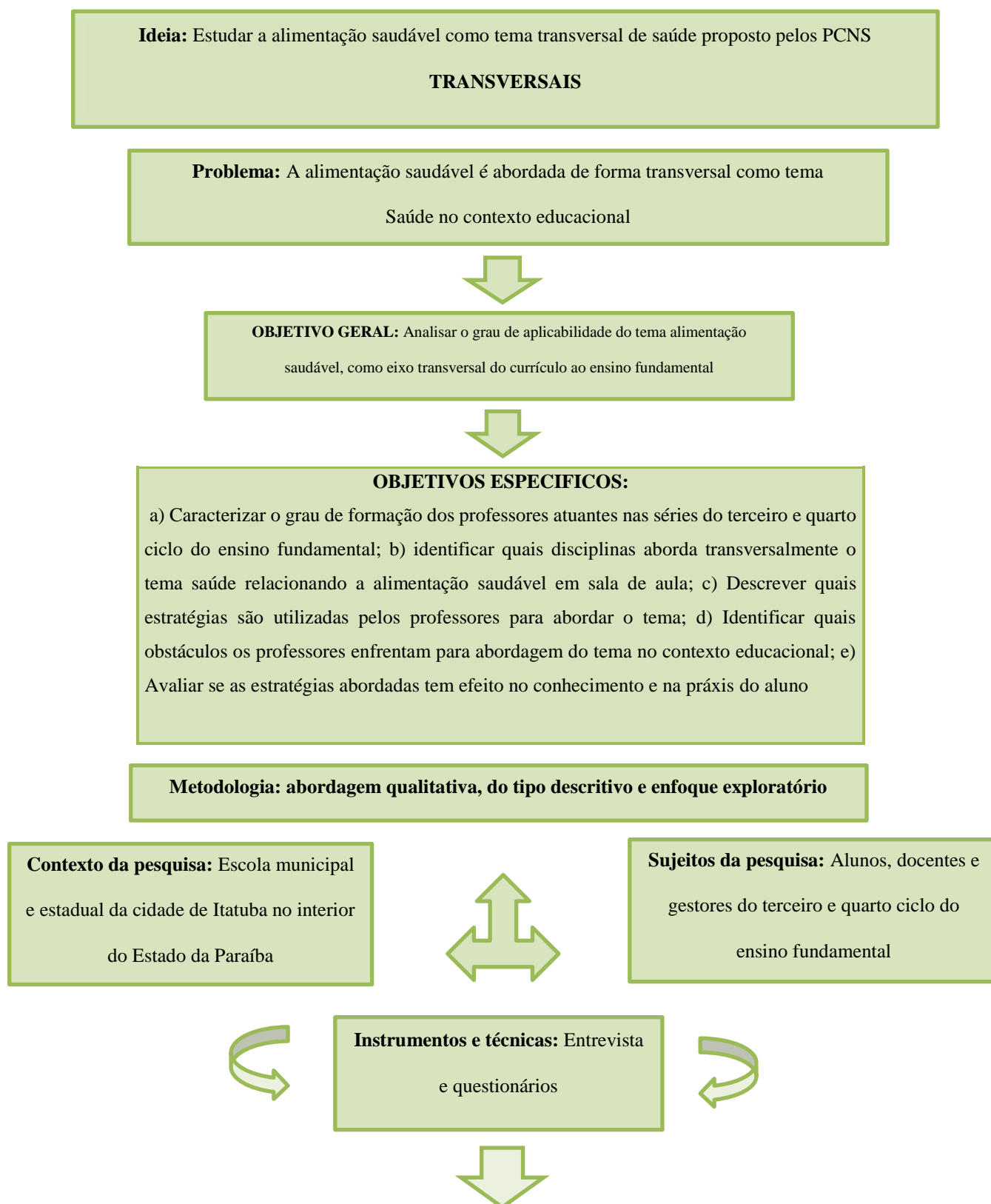


Figura 4 – Desenho metodológico do estudo

Fonte: dados do estudo, elaboração própria.

5.3. Descrição do lugar de estudo

O presente estudo foi realizado na cidade de Itatuba, município brasileiro localizado na região metropolitana de Campina Grande, situado no Nordeste estado da Paraíba situado e localizada a 121 km da capital, João Pessoa. Itatuba possui 244 Km² de área territorial e de acordo com o IBGE, a estimativa da população em 2016 foi de 10.809 mil habitantes, dos quais 2.495 são adolescentes na faixa etária de 11 a 14 anos, que é a idade dos participantes da pesquisa.



Figura 5 – Município de Itatuba - Paraíba

Fonte: Prefeitura Municipal de Itatuba – PB

O município teve sua origem na vila de Cachoeira das Cebolas, pertencentes a Ingá. Situado numa depressão de terreno, nasceu às margens do rio Surrão ou Cayuaré e do riacho Quaty que fez confluência nas proximidades da Cidade. A região era primitivamente habitada, mas foi no século passado que surgiram os primeiros proprietários organizados como João Rodrigues de Lima, Francisco Antônio de Vasconcelos e o Coronel Coriolano Arruda Câmara, precursores da evolução da Cidade. Na Divisões Administrativa do Brasil de 1936 e de 1939, bem como nas referente ao quinquênio 1939-43, figurou como Distrito de Ingá com o nome de Cachoeira das Cebolas. Já

no quinquênio 1944-48, o seu topônimo foi modificado para Itatuba, repetindo-se no quinquênio 1949-53 e permanecendo até hoje.

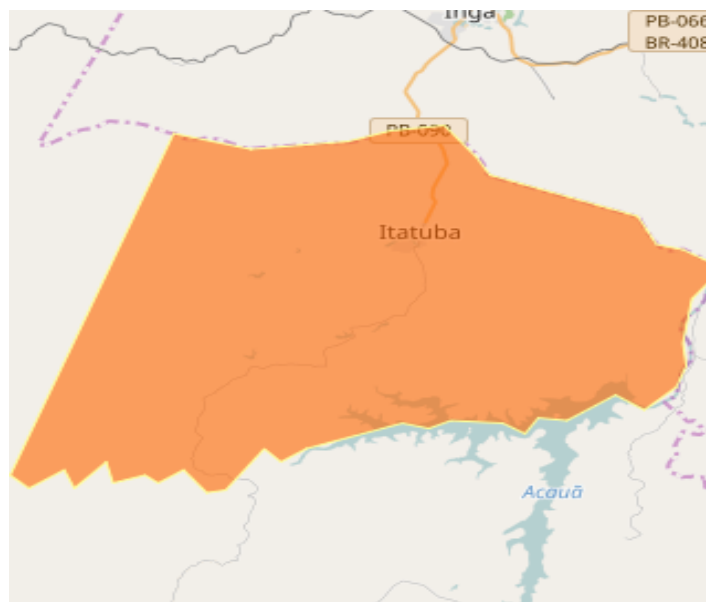


Figura 6 – Mapa do município de Itatuba - Paraíba

Fonte: (<http://www.cptec.inpe.br/>)

Diante da necessidade de se realizar pesquisas neste município, pela ausência da exploração de estudos na cidade, e apesar de ser pouco explorada com pesquisas, ela possui uma importância cultural muito grande para o estado por incorporar o sítio paleontológico do estado, pelo fato de ser localizado no interior do estado da Paraíba, em relação à metrópole de Campina Grande e a capital João Pessoa, e também pela fácil acessibilidade, o local de aplicação dos instrumentos para coleta de dados foi realizado em duas escolas uma de esfera municipal de ensino fundamental e outra de esfera estadual de ensino médio e fundamental que serão descritas logo abaixo.

5.3.1 A Escola Municipal de Ensino Fundamental, Maurino Rodrigues de Andrade

A referida escola não possui um registro formal de sua fundação. De acordo com relatos de pessoas mais velhas da cidade, a mesma surgiu a partir da necessidade de alguns cidadãos não terem acesso à educação durante o dia, por trabalharem na roça. A escola funcionava no prédio do Ginásio 3 de Abril (prédio este pertencente a Campanha Nacional de Escolas da Comunidade - CNEC) com turmas de alfabetização e de 1ª a 4ª Séries, no turno noturno. Isto na década de 70, com o nome de Escola Municipal de Itatuba, sendo geridas pela diretora geral do Órgão Municipal.

Situada na rua principal da cidade, a escola é de fácil acesso, pois muitos dos alunos moram próximo da mesma. Embora a sua segurança seja ameaçada. Pois na frente da escola não existe nenhuma sinalização para pedestres, como faixa de segurança, por exemplo, nem quebra-molas.

Os alunos oriundos da zona rural para chegar até a escola precisam utilizar o transporte escolar e muitos deles saem de casa muito cedo. Isto acontece por morarem em localidades distantes, às vezes não veem a escola por falta do transporte. E, quando chove a situação não é favorável. Pois, alguns viajam em caminhões ou caminhonetes, correndo risco de morte.

A instituição aparentemente está em manutenção possui um espaço físico para se desenvolver as diversas atividades físicas e recreativas dos educandos, com uma área coberta e um pátio onde é utilizado para aulas de futsal e vôlei, assim como jogos de futebol entre os alunos. A escola conta com 06 (seis) salas de aula, 01(uma) diretoria, 02 (dois) banheiros (01 feminino e 01 masculino), 01 (uma) cozinha, 01(um) almoxarifado e (uma) sala dos professores.

Atualmente, a instituição oferece o ensino nas modalidades: Educação Fundamental do 1º ao 9º anos e Educação Infantil (maternal, jardim I e II), atendendo a uma clientela com faixa etária entre os 06 e 15 anos e dos 03 aos 05 anos, respectivamente.

A instituição atende alunos tanto da zona urbana, provenientes dos diversos bairros, quanto alunos oriundos da zona rural. A situação econômica destes educandos é bastante precária, cuja fonte de renda de seus pais e/ou responsáveis é a agricultura e os programas do Governo Federal, como a Bolsa Família ou quando não são sustentados pelos avós, que são aposentados.

Na maioria deles a família resume-se apenas a mãe e aos avós; outros vivem sós com a mãe, pois os pais são separados ou são filhos de “mãe solteira”. E, ainda tem aqueles que possuem a família tradicional, mas que o pai trabalha “fora” e passa meses ou semanas sem vir em casa.

O alunado pertence à classe socioeconômica diversificada e traz para a escola uma variada educação moral, religiosa e cultural. Muitos deles têm pais analfabetos e que trabalham na agricultura ou na área da construção civil como pedreiros ou serventes. Não tem acesso a nenhum tipo de diversão. Apenas assistem televisão, possuem celulares e frequentam *lan-houses* como meios de entretenimento e informação. O hábito da leitura restringe-se apenas ao ambiente escolar.

5.3.2. A Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio José Rodrigues de Ataíde

A referida escola está localizada em uma comunidade considerada como área de risco em virtude de vivência com depreciações e invasões do prédio, por conta de períodos de chuva o prédio

da escola desabou e a escola ficou passível de invasões, necessitando de alguns reparos, desde a construção do muro a concertos de lajes onde ocorrem riscos de desabamento.

A escola possui uma área 1038 m² de área construída em um terreno de 5004 m² e área disponível de 396 m², ficando distribuída com 1 (uma) sala para secretaria, 8 (oito) salas de aula, 1(uma) sala de professores, 1 (uma) área de recreação, 1 (uma) seção de banheiro masculina e 1 (uma) seção de banheiro feminina totalizando 8 (oito) aparelhos sanitários, 1 (uma) cozinha, 1 (uma) quadra de esportes sem cobertura, 1(uma) sala de leitura, 1(uma) sala de almoxarifado e 1 (uma) despensa. A escola oferece A escola oferece aos alunos o Ensino Fundamental do 6^o ao 9^o ano, nos turnos da manhã, tarde e noite, Ensino Médio nos três turnos e Ensino de Jovens e Adultos (EJA) no turno da noite, segundo informações contidas no PPP da escola, as condições de trabalho são precárias devido à situação física da escola já descrita.

A escola também necessita de uma equipe técnico-pedagógica para dar um suporte no desenvolvimento de uma melhor prática docente. A convivência entre o corpo docente e Gestão Escolar com a falta de acolhimento e sensibilidade para melhor relacionamento e, conseqüentemente, um maior nível de produtividade. Em relação ao trabalho dos servidores, ocorrem problemas quanto à carga horária e sua distribuição, pois o número de funcionários ainda é insuficiente e no tocante ao espaço físico, a cozinha é pequena.

5.4. População

Quanto à população González (2014, p. 21) afirma que é o total das unidades de análise que são tema para estudo, é qualquer conjunto de elementos, finito ou infinito, definido por uma ou mais características, que tem todos os elementos em comum que os compõem somente entre eles.

A população levantada deste estudo compreende os docentes, gestores e alunos do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental da esfera estadual e municipal de Itatuba – PB. Neste caso foram escolhidas duas escolas para serem trabalhadas nesta pesquisa.

A Escola Municipal de ensino fundamental Maurino Rodrigues de Andrade conta com uma quantidade de 2 (dois) gestores, 15 (quinze) professores e um total de 430 alunos (soma de alunos três turnos) porém sempre existe uma variação da quantidade de alunos devido ao grande índice de evasão escolar, principalmente dos alunos do 3 ao 9 ano e do EJA, os motivos que geralmente levam ao aumento da evasão nesta escola são: problemas na família e trabalho precoce, consumo de drogas, falta de compromisso de alguns professores, violência e etc. Porém no 7 e 9 ano (turno manhã), turmas estas que foram escolhidas para serem trabalhadas nesta pesquisa, possuem uma população de 23 e 19 alunos respectivamente.

Escola Estadual de ensino fundamental e médio José Rodrigues de Ataíde possui um quadro de 2 gestores, 25 professores que possuem uma média de 05 a 20 anos de serviço, e um total de 910 alunos somando com turno da manhã, tarde e noite do ensino fundamental, médio e EJA, esse número possui variações devido à grande reprovação de alunos, falta de interesse em assistir aulas que acabam por abandonarem a escola. Entretanto, no 6 e 8 ano (turno tarde), turmas estas que foram escolhidas para a pesquisa, possuem uma população de 27 e 18 alunos respectivamente. O total da população de alunos para esta pesquisa é de 87 alunos.

5.5. Amostra

A amostra trata-se de um conjunto de unidades de análise provenientes de uma população (González et al, 2014), ou seja é a parte que representa uma população, a amostra significa uma parte pequena e obtém através de um grupo representativo selecionado. Diante disto as amostras para esta pesquisa foram do tipo não probabilística e intencional, e que foram acometidas dentro de um critério de representatividade o qual permite o pesquisador utilizar de “bom julgamento” para selecionar os membros da população.

Assim foram adotados os seguintes critérios de seleção: 8 (oito) professores foram selecionados para participarem da pesquisa, neste caso um de cada disciplina (artes, história, matemática, português, inglês, educação física, ciências e geografia), como critério os professores deveriam trabalhar tanto na escola municipal quanto na estadual, porém apenas 7 (sete) professores participaram desta pesquisa, o professor da disciplina de inglês desistiu de participar desta investigação. Os PCN's defendem que os temas transversais devem ser abordados em qualquer disciplina por isto esse foi objetivo principal para a inclusão deste critério aplicado com os professores. Para os gestores, como há 2 (dois) em cada escola, foi escolhido 1 (um) aleatoriamente em cada escola para participar deste estudo.

Para aplicação do questionário, foram selecionados alunos apenas do 6, 7, 8 e 9 ano, critério este estabelecido para esta pesquisa devido aos PCN's transversais priorizarem a turmas do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental. Neste caso, duas turmas foram escolhidas na escola municipal e duas turmas na escola estadual seguindo o critério descrito anteriormente. Desta forma, na escola municipal as turmas participantes foram do 7 e 9 ano, que possuiu uma amostra de 17 (dezessete) e 13 (treze) alunos respectivamente, e na escola estadual as turmas participantes foram do 6 e 8 ano com uma amostra de 20 (vinte) e 18 (dezoito) alunos respectivamente. Nesta pesquisa, o total da amostra de alunos foram de 68 (sessenta e oito)

Professores atuantes nas escolas do estado e município

Disciplinas	Quantidade
Ciências	1
Português	1
Matemática	1
História	1
Geografia	1
Artes	1
Educação física	1

Tabela 4: Professores participantes da pesquisa

Fonte: dados do estudo/ elaboração própria

Escola Municipal de ensino fundamental Maurino Rodrigues de Andrade

Série	Quantidade
7º ano	17 alunos
9º ano	13 alunos

Tabela 5: Participantes da pesquisa, escola municipal

Fonte: dados do estudo/ elaboração própria

Escola Estadual de Ensino fundamental e médio Maurino Rodrigues de Andrade

Série	Quantidade
6º ano	20 alunos
8º ano	18 alunos

Tabela 6: participantes da pesquisa escola estadual

Fonte: dados do estudo / elaboração própria

A figura abaixo demonstra a população e amostra deste estudo:

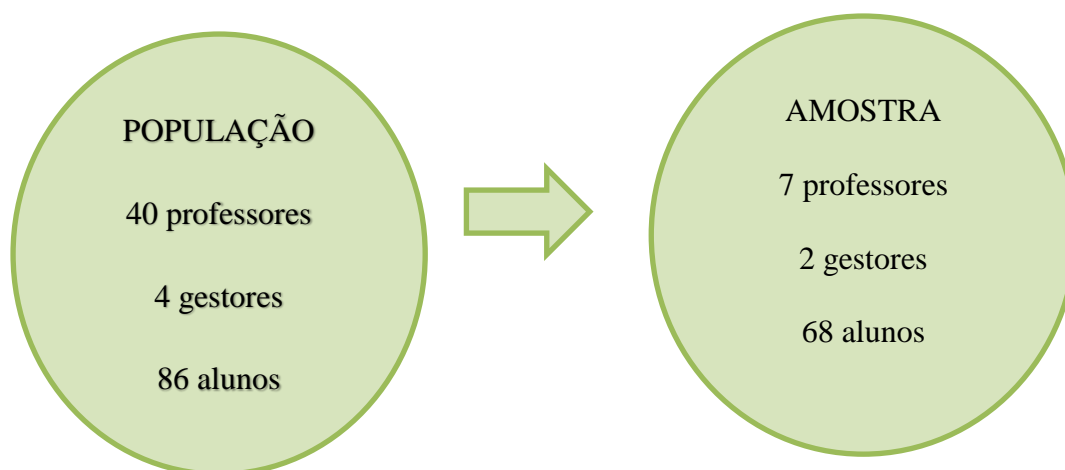


Figura 7: Dados da população e amostra

Fonte: dados do estudo / elaboração própria

5.6. Construção dos instrumentos e Técnica para coleta de dados

O quadro abaixo apresenta os métodos e técnicas usadas para coleta de dados desta investigação, bem como o relacionamento com os objetivos de cada um deles.

MÉTODO	TÉCNICA	SUJEITOS	OBJETIVO
Enquete	Questionário	Alunos do 3º e 4º ciclo do ensino fundamental (correspondentes do 6º ao 9º ano)	a) Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula; b) Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito no conhecimento e na práxis do aluno
Enquete	Entrevista semiestruturada	Professores e gestores das escolas de esfera estadual e municipal	a) Caracterizar a formação acadêmica dos professores atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental; b) Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação saudável em sala de aula

			c) Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema; d) Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordagem do tema no contexto educacional;
--	--	--	---

Tabela 7: Dados dos instrumentos da pesquisa

Fonte: Estudo, elaboração própria

Conforme Gonzalez (2014, p. 31), o questionário é um procedimento técnico que serve para obter informações e dados. É, portanto, uma ferramenta de investigação, uma técnica como o teste ou uma escala, que pode ser útil em distintos métodos. Neste caso, o questionário foi elaborado para ser aplicado aos alunos participantes deste estudo com a finalidade de alcançar os seguintes objetivos: identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula e avaliar se as estratégias abordadas tem efeito no conhecimento e na práxis do aluno.

Aos professores e gestores o método utilizado foi à entrevista que para Gonzalez (2014, p. 34) consiste num diálogo entre duas ou mais pessoas: uns que interrogam e outros que respondem. Pode-se afirmar que é uma técnica utilizada em diversos estudos, é uma conversação com finalidade de alcançar a informação.

Existem diferentes tipos de entrevista, porém a que se enquadra neste estudo é a estruturada, também chamada de formal. O entrevistador segue um roteiro previamente estabelecido com perguntas estruturadas. Na composição dos questionamentos, enfocaram-se questões referentes à formação acadêmica, ao tempo de serviço, a abordagem do tema transversal em sala de aula, as estratégias utilizadas e os obstáculos encontrados para chegar-se ao tema.

Diante da necessidade de se demonstrar graficamente os questionamentos, parte da entrevista direcionada aos professores incluídos, foi construída numa matriz metodológica baseada nas questões da pesquisa e nos objetivos, onde os objetivos específicos serviram como eixos norteadores das perguntas, voltadas a consecução do objetivo geral proposto, conforme matriz metodológica.

Os PCN's transversais do tema saúde (Brasil, 2000), O guia alimentar para a população Brasileira (Ministério da Saúde, 2015), A tese de doutorado de Natasha Toral (Toral, 2010) que tem por título: A alimentação saudável na ótica dos adolescente e o impacto de uma intervenção nutricional com materiais educativos baseados no modelo transteórico entre escolares de Brasília; O artigo científico de Fiori et al, 2012 que trata sobre abordagem dos temas alimentação e nutrição no

material didático do ensino fundamental, foram utilizados como inspiração para construção dos instrumentos desta pesquisa.

5.6.1 Validação

O questionário e a entrevista semiestruturada utilizados na coleta de dados da pesquisa foram submetidos à avaliação de uma equipe composta por 6 doutores: 5 brasileiros e 1 paraguaio. Foi elaborado um formulário próprio para a validação de Instrumentos, (**Apêndice A**), no qual foram anotadas suas impressões quanto a qualidade técnica, coerência e representatividade das questões, em relação aos objetivos da pesquisa, apontando melhorias e sugestões se o fosse necessário.

Sendo os instrumentos: questionário e técnica da entrevista, os mais conhecidos meios de captar atitudes comportamentais e particulares do indivíduo utilizados numa pesquisa, necessário se faz proteger o bem estar do pesquisado, garantindo e resguardando sua integridade, bem como os direitos de todos os voluntários participantes desta investigação. Em cumprimento com a resolução número 196/96/CNS, que aprovou as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos, foi elaborado um Termo de consentimento livre e esclarecido – TCLE (**Apêndice F, G e H**), que servirá de complemento a todos os instrumentos utilizados para coleta de dados deste estudo.

5.6.2. Procedimento para coleta de dados e época de investigação

A coleta de dados de uma pesquisa inclui uma das etapas principais do processo de investigação, sem essa etapa não haveria uma pesquisa completa, tendo em vista que os dados extraídos desse procedimento, a informação a ser analisada e a divulgação dos resultados obtidos, são imprescindíveis à concretização deste estudo.

Para coleta de dados utilizou-se primeiramente um contato prévio com os colaboradores da pesquisa em questão. No momento da abordagem houve uma exposição sobre a motivação e a temática da pesquisa e identificação como pesquisadora do Programa de mestrado em Ciências da Educação pela Universidade Autônoma de Assunção – UAA.

A aplicação dos instrumentos foi realizada em duas escolas da cidade de Itatuba – PB, uma escola municipal e outra estadual, durante os meses de outubro, novembro e dezembro do ano de 2016. A princípio foram entregues 8 entrevistas aos professores, 4 aos gestores e 100 questionários foram distribuídos aos alunos, posteriormente com a coleta de dados obtiveram-se, dentro deste número 2 gestores, sendo um gestor que atua na escola municipal e outro na escola estadual, 7 professores que trabalham nas duas escolas em diferentes turnos e 68 alunos no total.

5.6.3 Responsável pela coleta das informações

A coleta de dados foi realizada pela própria investigadora, que durante o procedimento estava portando documento de identificação e uma carta de apresentação dirigida ao diretor da escola, cujo teor da carta, informava os motivos da pesquisa e a estadia nas dependências na escola em busca do contato direto com alunos, professores e gestores para aplicação dos instrumentos, abordando-os um a um.

6. RESULTADOS

Este capítulo refere-se à análise dos dados coletados na parte prática da pesquisa, baseados nos conhecimentos captados no referencial teórico e na necessidade de se obter respostas para indagações levantadas neste estudo. A referida pesquisa foi desenvolvida com professores, gestores e alunos que atuam diretamente no terceiro e quarto ciclo, respectivamente do 6º ao 9º do ensino fundamental. Primeiramente abordaremos a análise e interpretação dos dados obtidos pelos professores, posteriormente gestores e conseguinte, os alunos.

6.1. Análise e interpretação dos resultados obtidos pela técnica de entrevista semiestruturada

6.1.1 *Aplicação da entrevista com os professores atuantes do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental*

Ao primeiro contato com os professores me identifiquei como pesquisadora e mestranda do programa de mestrado em ciências da Educação, e sobre o intuito de realizar a pesquisa naquela escola. Assim que os professores concordaram em serem participantes voluntários da pesquisa acordei de voltar no dia seguinte para realizarmos a entrevista. A coleta de dados com os professores foi realizada na própria escola com horário previamente agendado durante o intervalo, para que não comprometessem o horário de suas aulas. Antes de aplicar a entrevista semiestruturada, solicitei ao professor a prévia assinatura do TCLE (**Apêndice G**), consentindo sua participação como voluntário da pesquisa e que estava ciente de todo o cronograma a ser percorrido na etapa da coleta de dados.

O objetivo principal da realização da entrevista foi buscar através das respostas dos professores, analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável de forma transversal com os alunos do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental do município de Itatuba.

Durante a transcrição da entrevista, não foi anotado nenhum dado que identificasse o participante, ficando a identificação pessoal mantida em anonimato.

DISCIPLINA	SEXO	IDADE	T. DE SERVIÇO	FORMAÇÃO
Português	F	34	6 anos	Licenciatura em português com especialização em Linguagem
Matemática	F	23	5 anos	Licenciatura em matemática com mestrado em educação matemática
História	M	24	4 anos	Superior completo
Geografia	M	33	14 anos	Superior Completo
Ciências	F	32	11 anos	Superior completo
Artes	F	52		Ensino médio completo.
Ed. Física	M			Ensino médio completo

Tabela 8 :Caracterização dos professores participantes da entrevista

Fonte: Dados do estudo

*Utilizou-se da abreviação na coluna “SEXO” F para feminino e M para masculino.

Ao analisar o perfil dos entrevistados conforme demonstrado na tabela acima, dos sete professores entrevistados, 3 (três) eram do gênero masculino e 4 (quatro) do gênero feminino. Nesta pesquisa identifica-se o sujeito de maior idade que corresponde a cinquenta e dois (52) anos e o de menor idade que corresponde a vinte e três (23) anos. Em relação ao tempo de serviço destaca-se o de maior tempo, com 14 anos e o de menor tempo com quatro (04) anos de serviço.

Em relação a formação, desse 7 (sete) professores apenas 5 (cinco) possuem graduação e destes, apenas dois (2) possuem curso de pós-graduação. Desta forma, os 2 (dois) professores que não possuem graduação atuam na escola na escola apenas com o notório saber.

Após a transcrição de todo material coletado, procedeu-se a análise qualitativa do trabalho, extraíndo-se do texto, trechos que contribuíssem e que fossem essenciais para obtenção dos resultados almejados. Os professores entrevistados foram identificados pelas suas respectivas disciplinas.

A entrevista foi dividida em três blocos. O primeiro bloco se refere à formação acadêmica dos professores, para que possamos atingir o primeiro objetivo desta pesquisa que é averiguar a formação acadêmica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.

O segundo bloco trata-se da abordagem do tema, estratégias utilizadas e os obstáculos enfrentados, que, por conseguinte iremos compreender os seguintes objetivos: Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula, Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema e identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema.

O terceiro e último bloco discute sobre o efeito na práxis do aluno que tem como objetivo final avaliar se as estratégias abordadas tem efeito no conhecimento e na práxis do aluno. A seguir definem-se os resultados levantados neste estudo durante a aplicação e coleta de dados:

Quando questionados se a escola promove entre seu corpo docente discussões relacionadas a hábitos de alimentação saudável e se caso fosse abordado de que forma era feita a abordagem, alguns dos professores afirmaram que a escola promovia de forma participativa, porém, não muito frequente, o tema é mais abordado quando há algum evento na escola como mostra pedagógica. Por este motivo, de não ser um assunto constantemente tratado no colégio, outros professores responderam de forma direta informando que o tópico não era promovido.

“Sim! De forma participativa” (Português)

“Sim. Eventualmente em palestras ou projetos individuais” (História)

“Não. Normalmente a critério de disciplinas específicas, dentro do seu planejamento anual, como ciências e educação física.” (Geografia)

Sobre a opinião e conhecimento acerca do tema transversal os entrevistados responderam que se trata de um tema relevante, tanto para o ambiente escolar, como fora dele, e contribui para que professores e alunos possuam hábitos de vida saudável para garantir uma melhor qualidade de vida. Um dos professores entrevistados não tinha conhecimento da existência dos temas transversais propostos pelos PCNS

“É um tema de extrema relevância, tanto no ambiente escolar como fora dele”.

(Matemática)

“Importante e necessário à compreensão de boas práticas de saúde por meio de ações pedagógicas” (História)

“Importante, pois contribui para que os alunos e professores desenvolvam hábitos mais saudáveis e tenham uma melhor qualidade de vida”. (Ciências)

“Na verdade, não sei como funciona esse tema, seria interessante uma explicação”. (Artes)

Além das disciplinas de Ciências e Educação Física já tratarem do tema saúde em seu planejamento curricular, quando questionados sobre a abordagem do tema em sala de aula os professores da disciplina de matemática e história afirmaram que tratam do assunto em classe através de discussões efetivadas com textos e imagens e debates. Em um caso não obtivemos resposta e os demais professores acusaram não abordar o tema dentro da sala de aula.

“Sim através de discussões sobre o tema, e debates em sala de aula” (**Matemática**)

“Sim por meio de discussões efetivadas através de textos e imagens” (**História**)

“Não existe um cronograma prévio que trate do conteúdo, é algo difícil de trabalhar nessa disciplina”. (**Artes**)

Ao serem indagados sobre quais assuntos relacionados a alimentação são abordados em sala de aula e com que frequência, pôde-se perceber que a maioria dos professores tratavam do tema quando competia em seu planejamento curricular, ou seja, não eram explanados de forma transversal, só discutiam o assunto em sala quando fosse conveniente a partir de seu plano de aula, caso contrário o tema não era debatido, confirmamos isto em algumas das respostas dos professores:

“Efeitos do homem na natureza, animais em extinção entre outros” (**Português**)

“Alimentação nativa e africana no século XVI, Hábitos alimentares e de etiqueta no século XIX, e alimentação não saudável no século XXI” (**História**)

“Em geografia, trabalho os temas de industrialização e globalização, e uso os alimentos (consumo) como exemplos de caso” (**Geografia**)

É notório que para as aulas de Ciências e Educação Física os assuntos são abordados, por serem disciplinas que estão relacionadas ao campo da saúde, desta forma tivemos os seguintes relatos sobre os assuntos tratados em sala:

“Importância do consumo e água, de nutrientes energéticos, plásticos, etc.”

Ciências)

“Obesidade, nutrição, a importância dos carboidratos, proteínas entre outras vitaminas, valor calórico dos alimentos. (Educação Física)

A frequência com que o tema é tratado é de forma esporádica segundo os entrevistadores: *“Razoavelmente trabalho o tema. “Uma vez por semestre a depender do conteúdo a que esteja sendo trabalhado”;* *“Esporadicamente”;*

Um caso bastante distinto foi da disciplina de Artes:

“Em relação a esse tema só trabalhei uma única vez, sobre a importância da água para humanidade, principalmente revendo sobre a questão da seca. Que se faltar a água não vamos morrer de sede, só isso. ” / Esse tema trabalho só quando tem feira de ciências.

” (Artes)

Ainda sobre estratégias os entrevistados foram questionados se existia alguma base teórica ou referencial curricular que orientasse os professores a realizar suas aulas contemplando o eixo transversal de saúde, a seguir temos as seguintes respostas:

“Não, apenas temas que se fazem presentes na sociedade”. **(Português)**

“Sim. Um dos materiais que utilizo como base é programa Gestor, que traz orientações de como utilizar a matemática relacionando aos temas transversais”.

(Matemática)

“Apenas os PCNS de história do Ensino fundamental” **(História)**

“Apenas o livro didático adotado, ou em alguns casos outras fontes como internet, publicações acadêmicas. ” **(Geografia)**

“Sim, livros didáticos e sites da internet” **(Ciências)**

“Não, nunca encontrei algo que pudesse utilizar em minhas aulas” **(Artes)**

“Não. ” **(Educação Física)**

A educação da criança por ser uma tarefa que não fica restrita apenas ao espaço escolar, mais se trata de uma atribuição coletiva que envolve a escola, pais ou responsáveis, os entrevistados foram questionados se a escola promove palestras ou atividades envolvendo a família e a comunidade para discutir práticas de hábitos alimentares saudáveis e se caso a resposta fosse positiva com que frequência acontecia esses eventos, desta forma obtivemos as seguintes respostas:

“Acontece apenas quando há uma amostra pedagógica” (Português)

“Anualmente apenas na feira de ciências”. (Matemática)

“Só na feira de ciências” (História)

“Quando há uma mostra pedagógica, ou parceria com a secretaria de saúde, uma vez no ano.” (Geografia)

“Ocorre uma vez no ano. Quando promovem mostra pedagógica (Ciências)

Só quando há feira de ciências, e mesmo assim nem toda feira de ciências o tema de alimentação é abordado” (Artes)

“Sim uma vez por ano” (Educação Física)

Na questão referente aos obstáculos enfrentados para tratar do tema em sala, alguns professores relataram que sentem dificuldade em fazer uma relação entre seus conteúdos do plano de aula e o tema transversal e que não existe um material didático que possa ajuda-los na apresentação em classe:

“Sim. Porque não existe no material didático que ajude na abordagem do tema, seria necessário algum material para que auxilie o professor na conduta para abordagem do tema”

(Artes)

“Sim, às vezes, o tempo. Mas na maioria das vezes consigo trabalhar o conteúdo” (Ciências)

“O obstáculo é de tentar envolver a disciplina com o tema.” (Português)

Porém a resposta de outros entrevistados se contradiz com os relatos anteriores:

“Na verdade não há obstáculo, por ser um tema transversal, o mesmo pode e deve ser abordado em todas as disciplinas. Basta o professor se interessar em trabalhar”

(Geografia)

“ Não, acredito que dentro da matéria e do programa que descrevi anteriormente (programa gestor), me ajuda muita na abordagem do tema durante minhas aulas.”

(Matemática)

“Em relação à temática dentro do contexto histórico não vejo nenhum obstáculo, o tema possui sua relevância” **(História)**

“Não vejo obstáculo porque minha disciplina se encaixa com esse tema” **(Educação Física)**

Terceiro Bloco: Sobre o efeito na práxis do aluno

Quando interrogados se os alunos demonstram interesse pelo tema os entrevistados relataram que a influência de amigos da mídia e de propagandas os alunos não tem interesse pelo assunto, apenas por algo relacionado ao seu mundo.

“Sinceramente, eles gostam mais de temas relacionados ao seu mundo de adolescente” **(Português)**

“Não, os alunos estão cada vez mais deixando de lado seu cacho de uvas e sua maçã, e estão indo comprar pastel e coxinha na lanchonete. Claro que eles não vão se importar com alimentação saudável” **(Ed. Física)**

Em relação à melhoria nos hábitos alimentares dos alunos depois que o tema é abordado os professores responderam que os discentes são orientados a praticar hábitos de vida saudável, quando em algumas vezes o nutricionista está presente, porém não identificam os alunos praticarem tais hábitos.

“Eles são orientados a pratica-los. Na escola que ás vezes a nutricionista está por lá ela orienta.” (Português)

“Infelizmente não. Apesar de existir a merenda, a alimentação dos alunos é basicamente composta por fast food. (História)

Indagados sobre quais temas eram de interesse dos alunos os entrevistados descreveram sobre assuntos relacionados à atividade corporal, sexualidade e atividades desportivas.

“Atividade corporal” (Matemática)

“Sim. Sexualidade” (Geografia)

“Apenas atividades desportivas, jogos e brincadeiras” (Educação Física)

Finalizando a entrevista, a última questão aplicada inquiriu aos professores se a escola poderia melhorar a educação alimentar e nutricional dentro do eixo transversal de saúde:

“Acredito que sim, mediante palestras, orientações para os professores trabalharem o tema.” (Português)

“Sim. Elaborar e efetivar projetos que tragam ao ambiente escolar, produtos orgânicos.” (Matemática)

“Sim. Promover mais eventos que envolvam a discussão do tema. Melhorar o cardápio da merende escolar que por muitas vezes é repetitivo e não inclui tantos alimentos saudáveis e também tentar envolver a família na escola sobre o tema.

”(Geografia)

6.1.2 Aplicação da entrevista com gestores da escola municipal e estadual

A aplicação das entrevistas realizadas com os gestores teve como intenção confirmar a veracidade das informações relatadas pelos professores para consequentemente alcançarmos os objetivos que foram constituídos nesta pesquisa. A estrutura da entrevista para os gestores se manteve dividida em blocos da mesma forma a que foi aplicada aos professores, o modelo de entrevista que foi aplicado aos gestores se encontra no **Apêndice C**

Quando indagados se na escola durante a elaboração do PPP o tema era abordado de forma transversal enfatizando a importância da alimentação saudável e de que forma era, obtivemos as seguintes respostas:

... Sim diante dos projetos envolvendo alunos, professores, funcionários e famílias.

(Gestão municipal)

... Não sei informar porque a elaboração do PPP já tinha sido implantada, e eu já pequei o projeto em andamento. (Gestão Estadual)

A gestão integrada ao seu corpo docente estimula a realização de atividades pertinentes ao tema saúde, relacionando a alimentação como uma forma de hábito saudável na escola.

Sim. A nutricionista faz palestra com a comunidade escolar e família. Como também com professores de educação física e ciências... (Gestão municipal)

A escola precisaria ter uma nutricionista e por isso é difícil abranger. A falta de água é um agravante para as necessidades básicas. Muita coisa se cortou na merenda escola, implementar frutas.... (Gestão estadual)

Quando questionados se a direção da escola oferecia autonomia aos professores para que se trata do tema alimentação saudável com a devida importância como sugere o PCN transversal saúde, alcançamos as respostas abaixo:

...Em sala de aula a professor tem toda autonomia de desenvolver estratégias para o aprendizado... (Gestão Municipal)

Com certeza professor tem total autonomia... (Gestão estadual)

Quanto interrogados se a gestão identificava se todos os professores em suas respectivas disciplinas abordavam o tema de alimentação saudável transversalmente em sala de aula, como resposta obtivemos:

... Já constatei que professores de português abordam a leitura, matemática com gráficos e ciência com explanação, como as demais disciplinas pois projetos trabalhamos em conjunto, é uma verdadeira troca de conhecimentos... (Gestão municipal)

... Não se consegue ter um controle. Cada ano é um projeto. Ano passado trabalhamos sobre água e seca... (Gestão estadual)

Quais as disciplinas que abordam o tema e justifique quais são as dificuldades encontradas pela gestão para que todos os professores em suas respectivas matérias abordem o tema, como sugere os PCN's transversais:

Sem resposta (Gestão municipal)

... Os professores que mais trabalham são os de ciência e de educação física... (Gestão estadual)

Quanto interrogados se a gestão identificava interesse por parte dos alunos pelos temas relacionados á alimentação saudável, obteve-se as seguintes réplicas:

Sim. Pois a merenda que é fornecida: arroz, macarrão, peito de frango, charque, carne bovina, fubá, frutas, leite e verduras. Não permitimos a venda de guloseimas no ambiente escolar... (Gestão municipal)

Os alunos participam, os muros são pintados e quando tem algo diferente, porém os assuntos não são muito abordados... (Gestão estadual)

Quando inquiridos se na dependência física da escola os gestores identificavam uma melhoria nos hábitos alimentares dos alunos depois que o tema era abordado em sala e de que forma obtivemos os entrevistados responderam:

Muito pouco, principalmente a turma da manhã, grande parte dos alunos levam pastel, coxinha e refrigerante... (Gestão municipal)

Mesmo tendo a merenda o aluno deixa de consumir para comprar salgadinhos.. compram coxinhas, refrigerantes...(Gestão estadual)

Se caso a resposta anterior fosse negativa perguntamos aos entrevistados quais estratégias eram usadas pela escola para atingir o objetivo de que os alunos se alimentassem de uma mais saudável

...Não podemos proibir o aluno trazer, mais as estratégias são fazer a merenda que tem a melhor aceitação... (Gestão municipal)

...Infelizmente não há muito que fazer, como são 3 pessoas que estão a frente da gestão a primeira permite que sejam vendidos produtos industrializados...(Gestão estadual)

Ao serem interrogados se enquanto gestor a escola poderia fazer algo para melhorar a educação sobre os hábitos alimentares e de que forma, obtivemos os seguintes retornos:

Acredito que através de palestras, pois a escola como um todo é complicada, porque a criança tem hábitos adquiridos diante de uma vivência fora do âmbito escolar então é um processo lento... (Gestão municipal)

... Sempre pode, juntando professores, falar sobre a importância do tema e envolver a comunidade. Os professores poderiam construir uma horta, trazer mais pessoas através da secretária de saúde, com nutricionistas, psicólogos e orientar pais ou responsáveis sobre a importância de se ter uma vida saudável. Os alimentos industrializados também deveriam ser retirados. (Gestão estadual)

6.1.3 Questionário aplicado com os alunos do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.

Inicia-se a análise dos resultados obtidos da pesquisa realizada juntos aos alunos da escola, a qual estes foram importantes no desenvolvimento do trabalho executado. O corpo discentes, que respondeu ao questionário pertencem a dois grupos, o sexto e oitavo ano são da escola municipal e do sétimo e nono ano pertencem a escola estadual (**Apêndice D**). Dessa forma foram obtidas respostas em relação aos conhecimentos, abordagem do tema e estratégias utilizadas pelos professores para abordar o tema transversal em sala de aula. A primeira questão teve como intenção de saber com quem o aluno aprendeu a identificar o que é uma alimentação saudável:

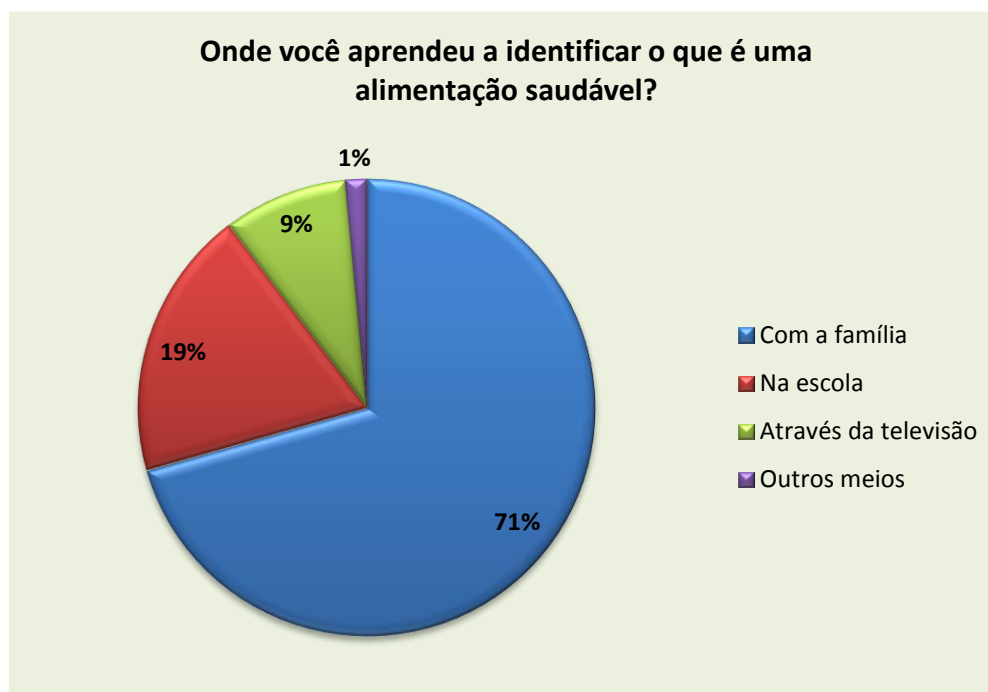


Gráfico 1: identificação de uma alimentação saudável

Fonte: própria

Ao analisarmos o gráfico constata-se que 71% alegou ser a “família” devido à mesma ser responsável pela construção dos hábitos alimentares, uma vez que a partir da infância que esse se forma. O gráfico lança que a família é a principal responsável em repassar aos alunos o conhecimento de uma alimentação saudável, apesar da escola como estabelecimento de ensino assumir papel fundamental na educação nutricional, pois lá é onde o aluno passa maior parte do seu tempo, conseqüentemente isto não dá o direito de excluir a responsabilidade da família ou responsáveis, da mesma forma que o papel da família não exclui o direito que está estabelecido na Constituição Federal: o direito á alimentação adequada.

A mais remota influência do ambiente no comportamento alimentar está durante a gestação, e tem-se demonstrado tanto em filhotes como em humanos, que quando nascem tendem a consumir alimentos que foram consumidos pela mãe durante a gestação e lactação. (Galef, 1982; Galef & Handerson, 1972; Sullivan & Birch, 1994). Posteriormente este comportamento tende a se repetir com o consumo de alimentos que os adultos de seu grupo social consomem.

Nas demais alternativas, 19% afirmou ser “na escola”, 9% respondeu ser “através da televisão” e 1% afirmou ser através de “outros meios” do qual não foi descrito pelo participante.



Gráfico 2: O tema transversal

Fonte: própria

Nesta pesquisa, pelo fato de ter sido escolhido os hábitos de uma alimentação saudável como abordagem para o tema saúde, para que os alunos pudessem responder a essa pergunta (**gráfico 2**), foi necessária uma explicação prévia do que se tratam os temas transversais. Esclarecemos que o objetivo da escola continua sendo trabalhar os conteúdos tradicionais (matemática, história, artes, ciências, geografia, português e educação física), e transversalmente, perpassando esses conteúdos, os temas mais vinculados ao cotidiano, podem ser detalhados os temas propostos pelos PCN's: ética, meio ambiente, trabalho e consumo, pluralidade cultural, e saúde a qual este último foi enfatizado por ser tema da pesquisa, e se trata de algo de extrema importância e de caráter urgente tanto da realidade escolar quanto do mundo, no século em que vivemos.

Desta forma, justificando aos alunos de que a ausência de hábitos de alimentação saudáveis podem trazer futuros malefícios com o avanço da idade ao exemplo de Doenças Crônicas não transmissíveis, doenças relacionadas à falta de higiene dos alimentos, carências de nutrientes ocasionando a dificuldade no crescimento de ossos, dentes, maturação sexual dentre outros, indagamos aos alunos se na escola eram abordados temas relacionados à alimentação como uma prática de vida saudável, para este quesito obtivemos as seguintes alternativas assinaladas pelos alunos: 49% afirmou “sim, com muita frequência”, 25% afirmou “sim, com pouca frequência”, 25% “raramente” e 1 % alegou “nunca” abordar o tema transversal na escola.

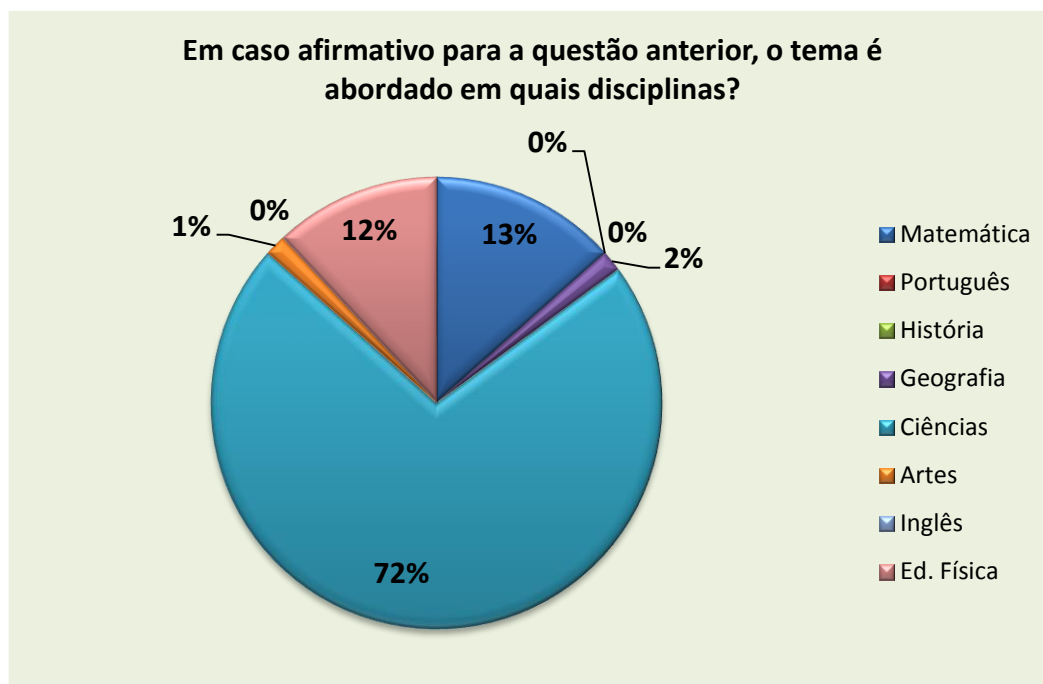


Gráfico 3: Disciplinas que abordam o tema transversal

Fonte: própria

Em caso afirmativo da questão anterior, solicitamos aos alunos para selecionarem quais disciplinas abordavam o tema em sala de aula. Obtivemos as seguintes respostas destacadas no gráfico acima (**gráfico 3**): 72 % alegaram se a disciplina de ciências, 13 % a disciplina de matemática, 12 % a disciplina de educação física, 2 % de geografia e 1% a disciplina de artes.

Os temas transversais são assim adjetivados por não pertencerem a nenhuma disciplina específica, mas atravessam todas elas como se a todas fossem pertinentes. Pretende-se que esses temas integrem as áreas convencionais de forma a estarem presentes em todas elas, relacionando-as às questões da atualidade e que sejam orientadores também do convívio escolar. O papel da escola ao trabalhar Temas transversais é facilitar, fomentar e integrar as ações de modo contextualizado, através da interdisciplinaridade e transversalidade, buscando não fragmentar em blocos rígidos os conhecimentos, para que a educação realmente constitua o meio de transformação social.

Assim, segundo orientação dos PCN's, não se trata de que os professores das diferentes áreas devam “parar” sua programação para trabalhar os temas, mas sim de que explicitem as relações entre ambos e as incluam como conteúdo de sua área, articulando a finalidade do estudo escolar com as questões sociais, possibilitando aos alunos o uso dos conhecimentos escolares em sua vida extraescolar. Não se trata, portanto, de trabalhá-los paralelamente, mas de trazer para os conteúdos e para a metodologia da área a perspectiva dos temas.

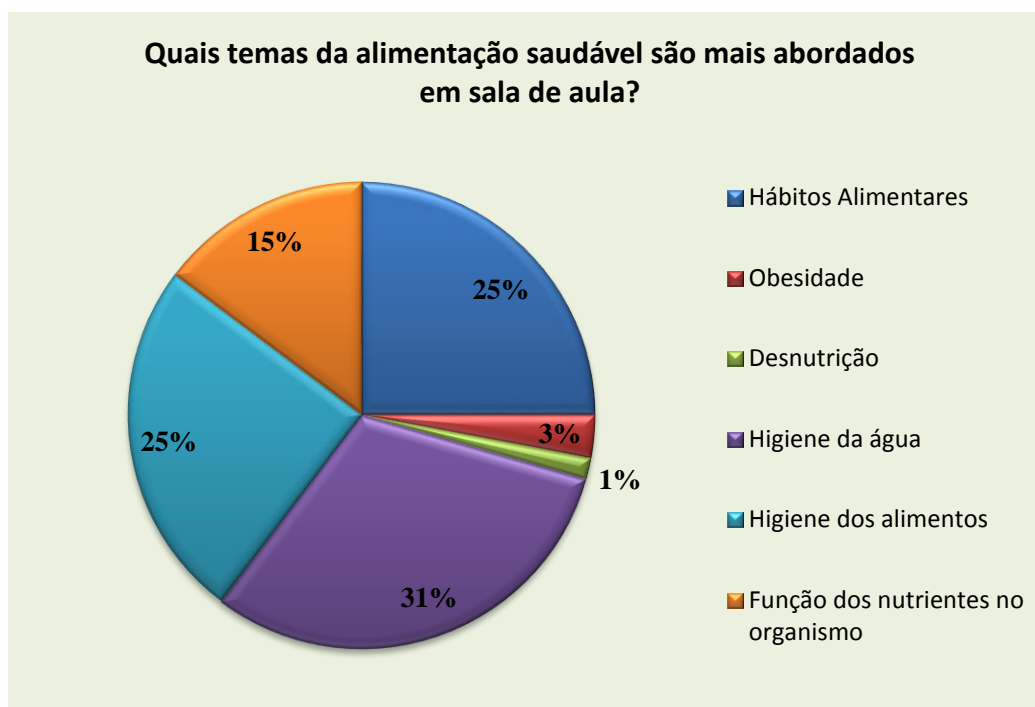


Gráfico 4: Temas abordados em sala

Fonte: própria

O assunto relacionado à alimentação possui uma grande janela de oportunidades a serem discutidas, principalmente quando proposto como abordagem para o tema transversal saúde, visto que o objetivo deste não é apenas exemplificar os alimentos que são saudáveis, mais sim de conscientizar desde a formação de hábitos alimentares, a importância de se ter o hábito de consumir alimentos nutritivos, bem higienizados, abordando as possíveis consequências da ausência dos nutrientes necessários e suas funções para um bom desenvolvimento físico, as doenças que pode acometer a uma pessoa que tanto pela falta quanto pelo excesso não se alimenta de uma forma adequada dentre outros.

Desta forma o gráfico acima, evidencia os temas mais abordados em sala de aula em ordem decrescente: Higiene da água com 31%, 25 % tanto para higiene dos alimentos quanto para hábitos alimentares, 15 % funções dos nutrientes no organismo, 3% obesidade, 1% desnutrição.

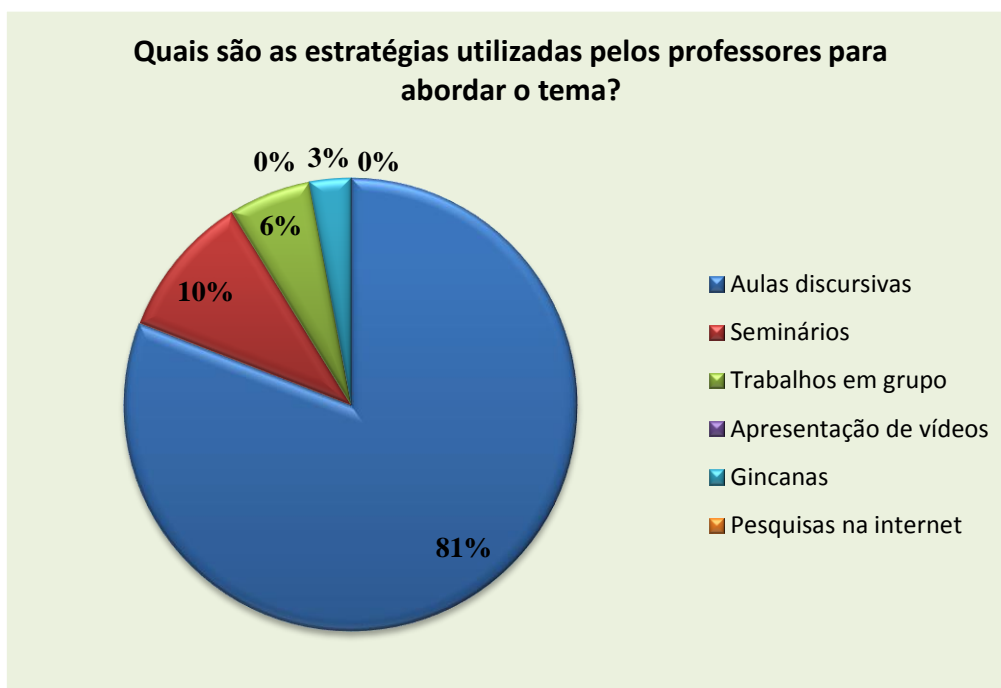


Gráfico 5: Estratégias sobre o tema transversal

Fonte: própria

Para Bastos (2017), a didática guia programada pela teoria, tem sido considerada uma ampla e imprescindível sinalizadora na aplicação dos conteúdos programáticos a que o professor utiliza para ministrar suas aulas. É definitivamente impossível usá-la como manual de orientação, passo a passo, uma vez que a sua impregnação depende da necessidade à proporção que vai surgindo. A didática do docente é considerada flexível, tendo em vista que cada turma e cada sujeito determinará práticas diferenciadas.

Os temas transversais pelo fato de não se constituir como novas áreas de conhecimento, mas num conjunto de temas que irá transitar entre diversas áreas, mexendo com diferentes percepções, de acordo com seus objetivos, conteúdos e orientações didáticas, neste sentido é possível fomentar debates sobre diversos assuntos dentro da sala de aula utilizando-se da interdisciplinaridade. A utilização de novas tecnologias como didática quando possível, como por exemplo, a exibição de filmes, gincanas, a utilização de pesquisas na internet, pode tornar a aula mais interativa, interessante e produtiva no processo educativo.

Portanto, ao indagar os alunos sobre quais estratégias eram utilizadas pelos professores para abordar o tema obtivemos as seguintes respostas: 81 % afirmaram utilizar “aulas discursivas”, 10 % “seminários”, 6% “trabalho em grupo” e 3% alegaram ser “gincanas”.

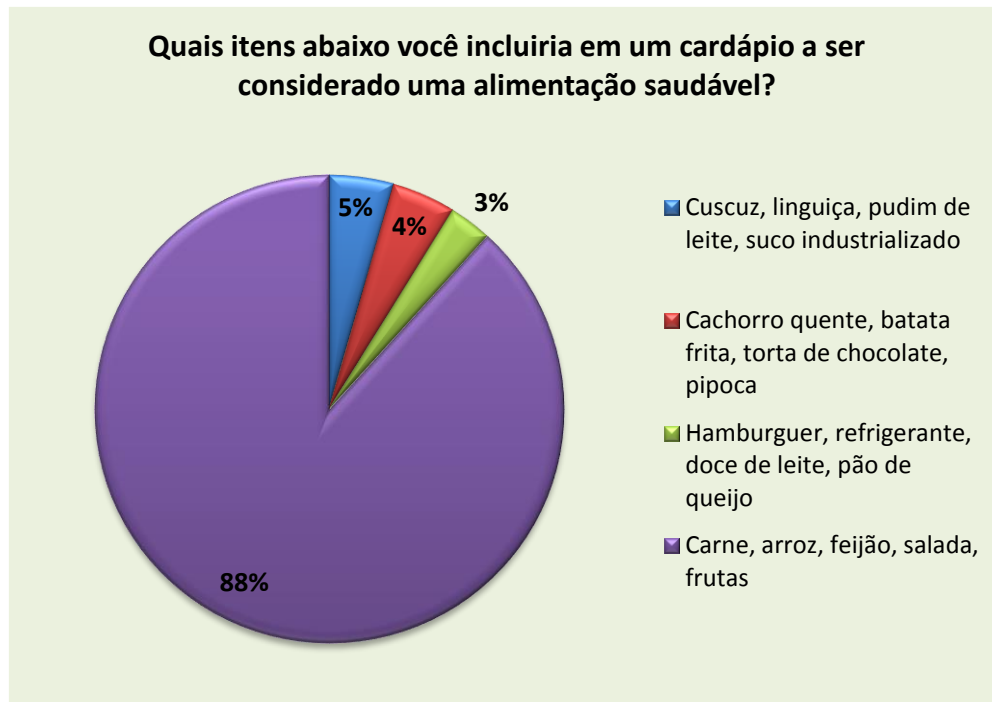


Gráfico 6: conhecimento de alimentação saudável

Fonte: própria

88% afirmou ser “carne, arroz, feijão, salada e frutas”, 5 % afirmou ser “cuscuz, linguiça, pudim de leite e suco industrializado”, 4% assinalou “cachorro quente, batata frita, torta de chocolate e pipoca” e 3% “hambúrguer, refrigerante, doce de leite e pão de queijo”

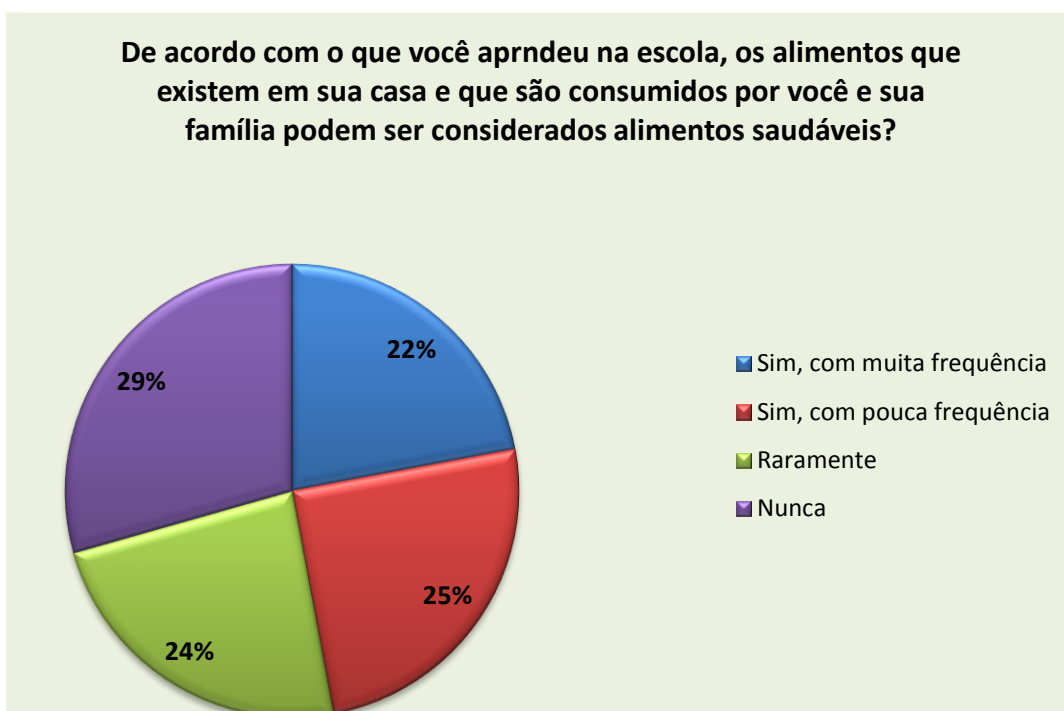


Gráfico 7: Aprendizagem na escola

Fonte: própria

29% dos alunos marcaram “nunca”, 25 % “sim, com pouca frequência”, 24% “raramente” e 22% “sim com muita frequência”.

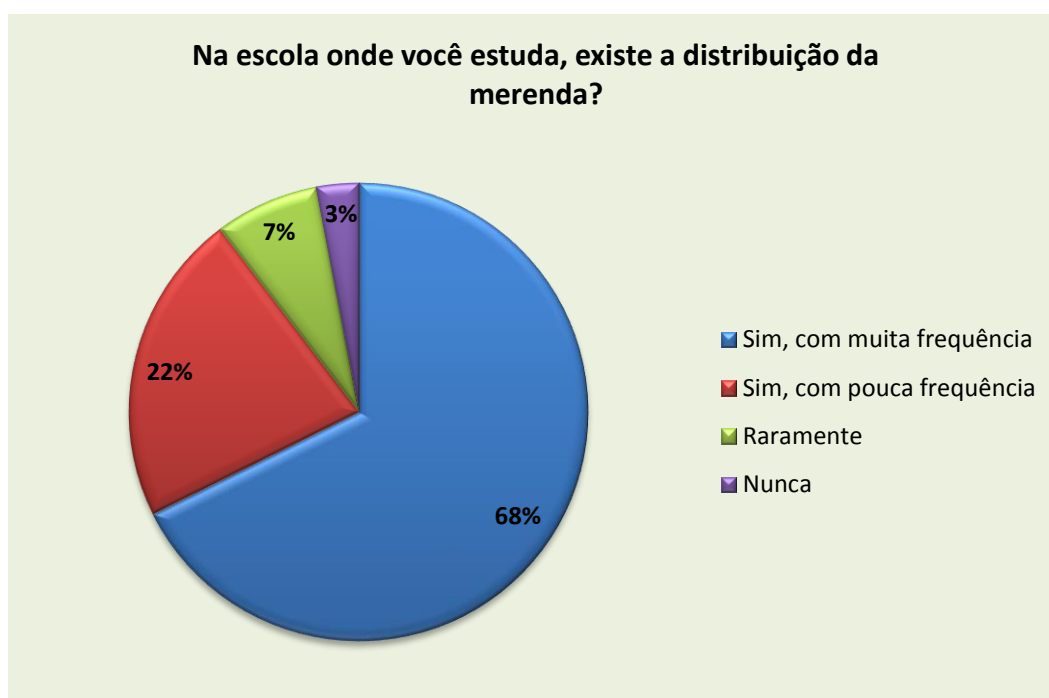


Gráfico 8: Distribuição de merenda

Fonte: Própria

O Congresso Nacional em 4 de fevereiro de 2003, promulgou uma Proposta de Emenda Constitucional (PEC) de nº 64, a qual foi conhecida como PEC da alimentação, desta forma, o Direito Humano á alimentação está na carta magna, complementando os demais direitos sociais.

Apesar de ser previsto na Constituição Federal o direito á alimentação adequada que foi promulgada uma proposta de emenda constitucional (PEC) de nº 64 em 4 de fevereiro de 2003, a qual foi chamada de PEC da alimentação.

Ao analisar o gráfico 68% dos alunos responderam que “sim, com muita frequência”, 22% responderam “sim, com pouca frequência”, 7% respondeu que “raramente” e 3% “nunca”.

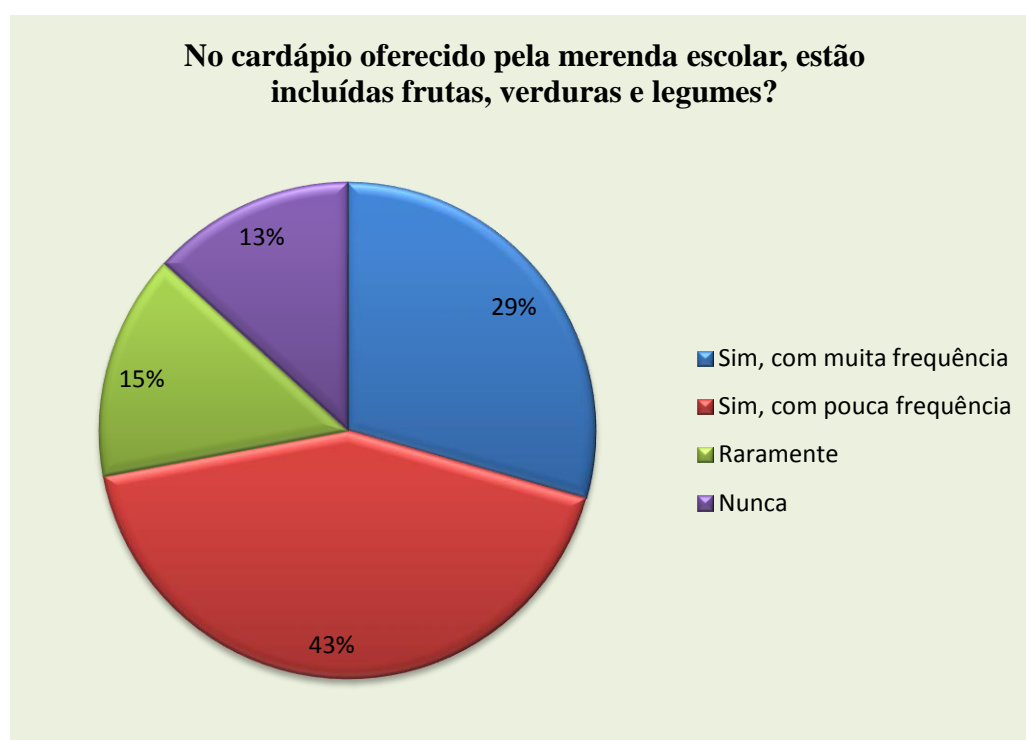


Gráfico 9: Inclusão de frutas e verduras no cardápio escolar

Fonte: própria

Analisando o gráfico 43% dos alunos responderam “sim, com pouca frequência”, 29 % “sim, com muita frequência”, 15% “raramente”, 13% “nunca”

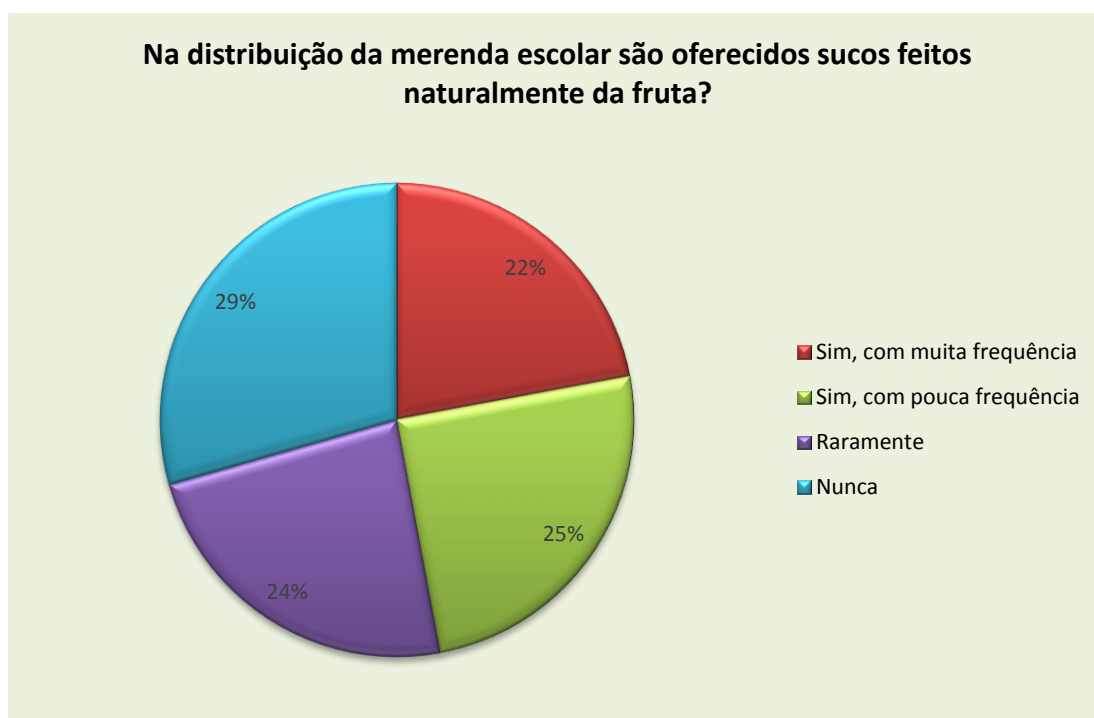


Gráfico 10: Alimentos saudáveis

Fonte: própria

Dos participantes desta pesquisa obtivemos as seguintes alternativas: 29% afirmou “nunca”, 25% “sim, com pouca frequência”, 24% “raramente” e 22% “sim, com muita frequência”.

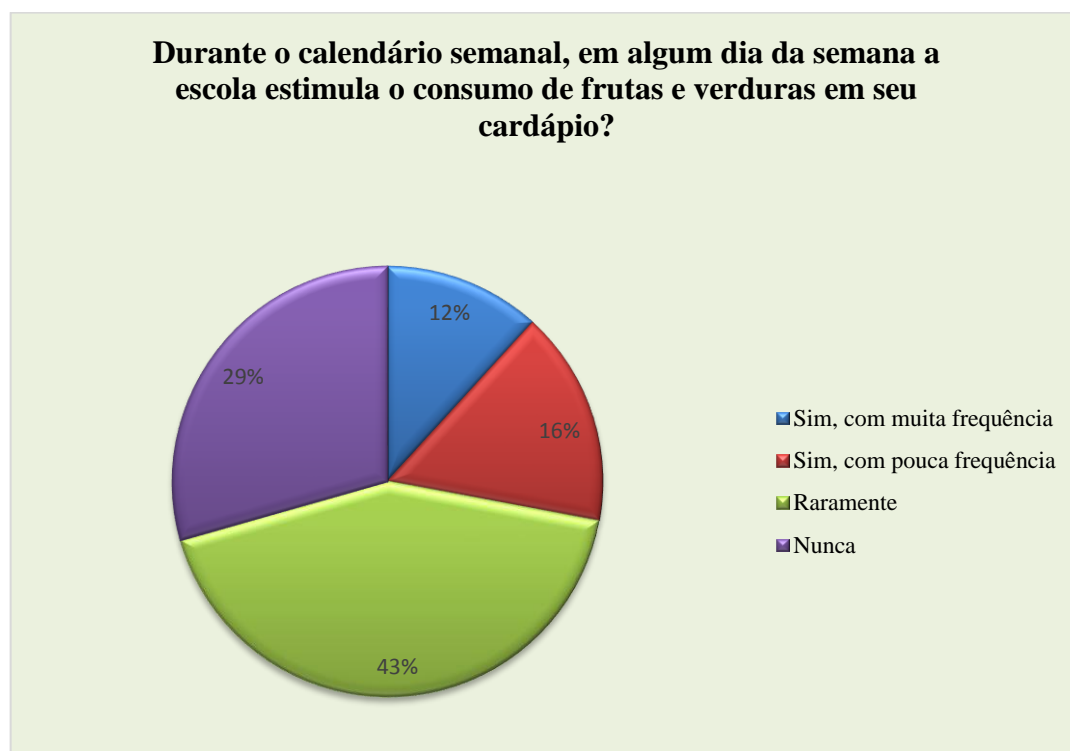


Gráfico 11: Estimulo do consumo de alimentos saudáveis

Fonte: própria

Analisando este gráfico percebe-se que 43% alunos afirmaram que “raramente”, 29% “nunca”, 16% “sim, com pouca frequência e 12% “sim, com muita frequência”.

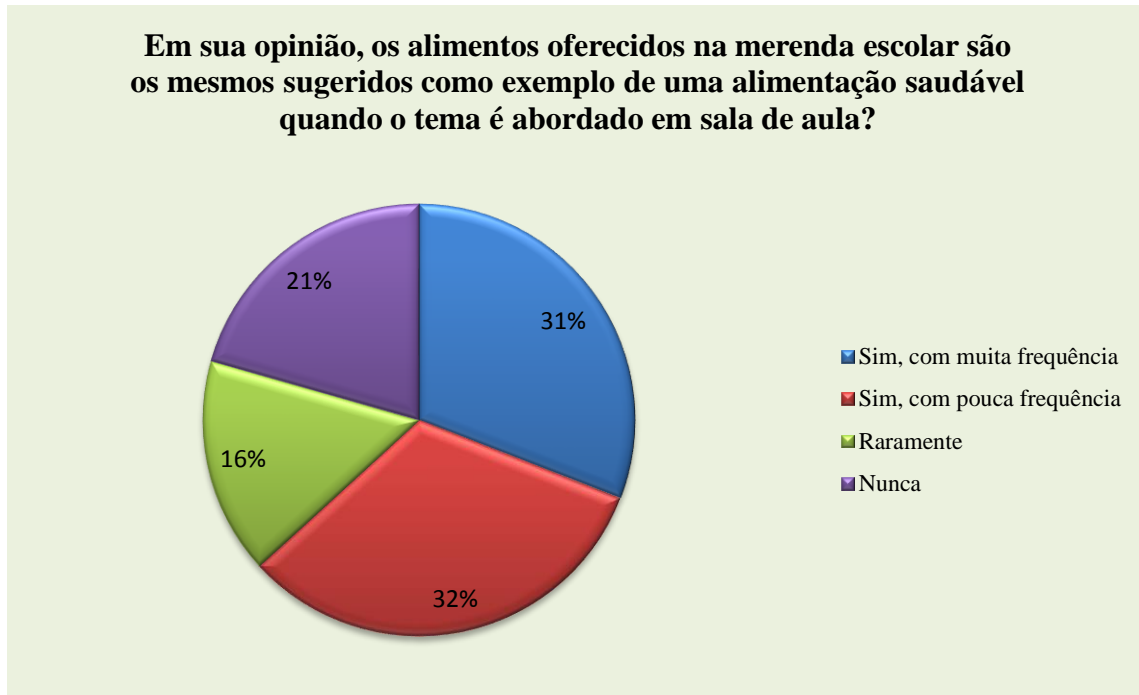


Gráfico 12: Alimentos da merenda escolar

Fonte: própria

32% dos participantes responderam que “sim, com pouca frequência”, 31% “sim, com muita frequência”, 21% afirmou que “nunca”, 16% acusou “raramente”.

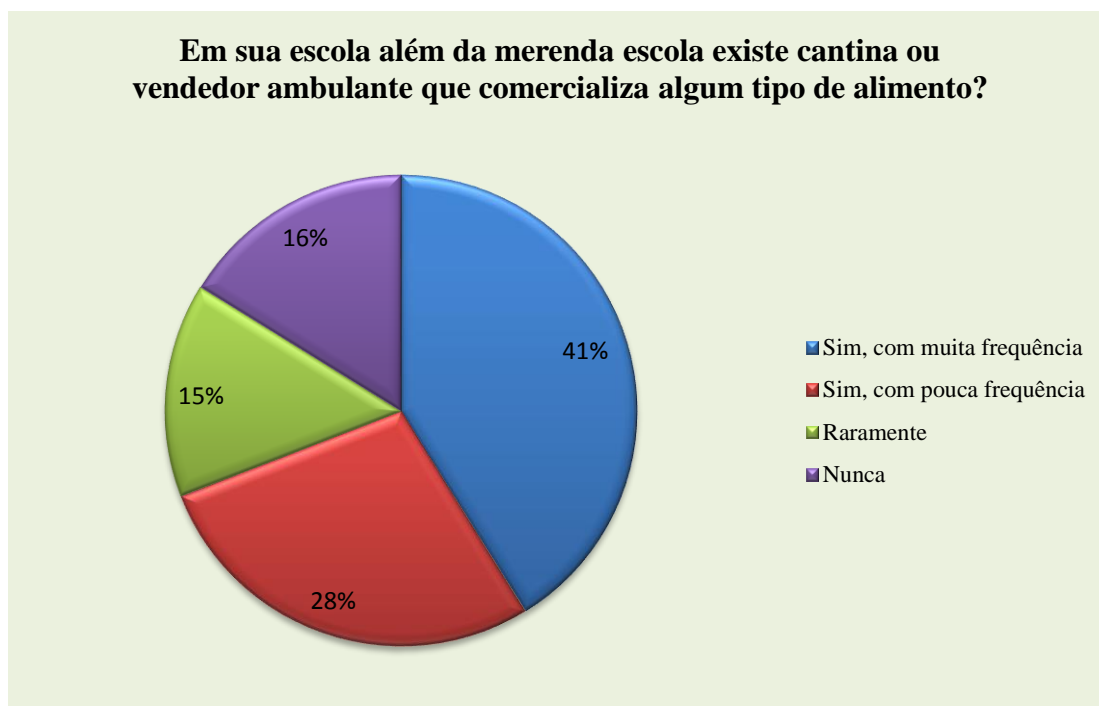


Gráfico 13: cantina ou vendedor ambulante de alimentos

Fonte: própria

No ambiente escolar, a cantina ou a venda de produtos alimentícios configura-se como um espaço no qual é possível observar os hábitos alimentares dos alunos, pois são comercializados doces (de leite, de amendoim, paçoca, etc.), refrigerantes, balas, salgadinhos tipo chips, sucos artificiais, chocolates, pirulito, biscoitos recheados, pipocas salgadas e doce.

Esses alimentos possuem baixa densidade de nutrientes necessários ao bom crescimento e desenvolvimento das crianças, elevada densidade energética e quantidades excessivas de sódio, açúcares e gorduras, o que aumenta os riscos para problemas nutricionais, como obesidade, hipertensão, problemas cardiovasculares, etc.

A venda desses alimentos no ambiente escolar representa um obstáculo para a educação nutricional e a formação de hábitos alimentares saudáveis. Além disso, esse fato contradiz com proposta do Programa Nacional de Alimentação Escolar que é a de proporcionar uma alimentação saudável que consinta às necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência em sala de aula, cooperando para o crescimento e desenvolvimento, a aprendizagem e o rendimento escolar, bem como promover a formação de hábitos alimentares adequados (Brasil, 2006)

Nesse contexto, ao questionar aos alunos se na escola existe cantina ou vendedor ambulante de alimentos obtivemos as seguintes respostas: 41% afirmaram que existe “sim, com muita frequência”, 28% “sim, com pouca frequência”, 15% respondeu que “raramente” e 16% “nunca”.

Diante do exposto, no momento que a escola oferece paralelamente uma alimentação que deve ser paga, ela valoriza o alimento vendido pela cantina: o pagamento aumenta as opções e o sentimento de autonomia; “coisas pagas” costumam ser melhores do que “coisas gratuitas” no imaginário popular, isso induz a criança ou o adolescente a um consumo inadequado, dando preferência ao industrializado e/ou *fast-foods* em detrimento da merenda natural oferecida pela escola.

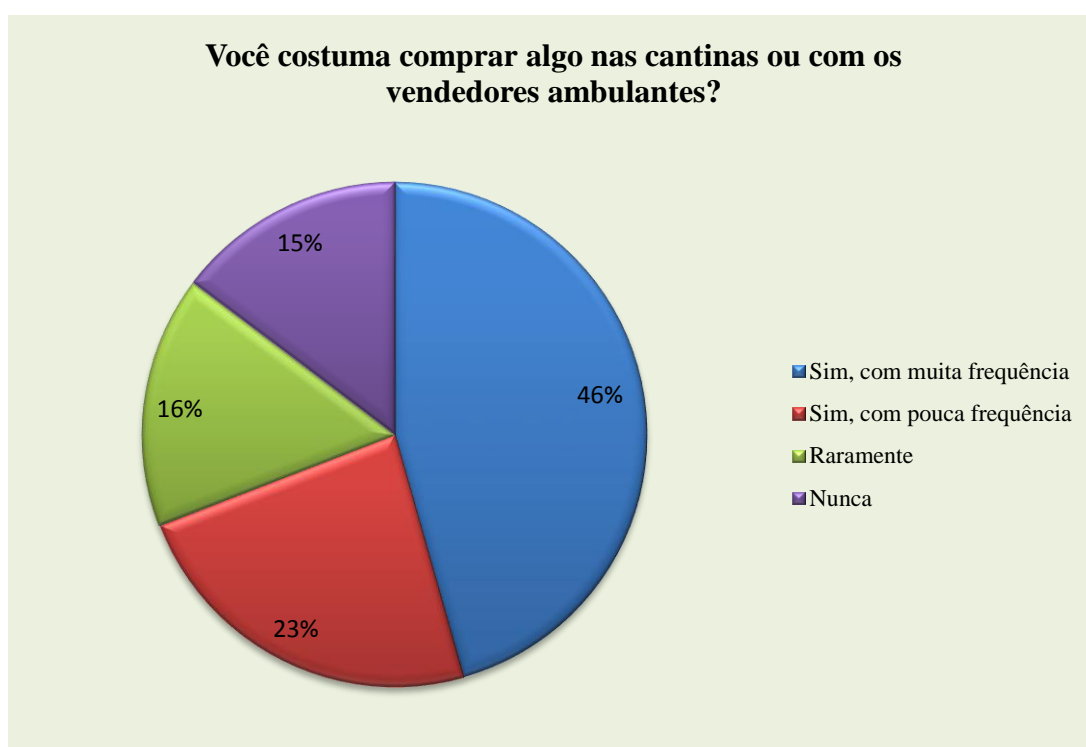


Gráfico 14: compra de alimentos que não são da merenda escolar.

Fonte: própria

Para este quesito as respostas alcançadas foram: 46% responderam que comprar “sim, com muita frequência, 23% “Sim, com pouca frequência, 16% “raramente”, 15% afirmou que “nunca”

Muitos alimentos industrializados comercializados nas cantinas escolares apresentam alta densidade energética devido à grande quantidade de gordura e açúcares que os compõem. O consumo desses alimentos, de forma indiscriminada, pode contribuir para o desequilíbrio da dieta e para o aumento de doenças ligadas à alimentação, como a obesidade, hipertensão, diabetes, etc. Além disso, o valor nutritivo das refeições pode ser comprometido quando os hábitos alimentares adquiridos

condicionam o aumento da inclusão de alimentos industrializados em detrimento do consumo de alimentos in natura, como vegetais e frutas. (Silva, 2007)

Dentro desta mesma questão o aluno que respondesse “sim, com muita frequência”, “sim, com pouca frequência” e “raramente” foi solicitado a responder quais itens costumava comprar para consumir.

Os itens que mais foram citados foram:

...Picolé, balas, pipocas, salgadinhos como coxinhas, empadas, pasteis, enrolados e bebidas como refrigerantes ou sucos de caixinha...

O interessante desta questão é que ao responderem, os alunos descreviam quase sempre os mesmos itens, principalmente quando se tratava de uma turma por exemplo, do 6º ano ao responder que geralmente costumava comprar pipocas, logo, quase todos os outros companheiros de classe descreviam o mesmo item, o que nos vale pensar que ser aceito socialmente, em especial por seu grupo de companheiros na maioria das vezes é mais importante do que expressar sua própria opinião se ela for contrária aos ditames do grupo, que é, frequentemente, poderoso e sua aprovação é reconhecida como fundamental.

Desta forma, os produtos alimentares que não são aceitos pelo grupo não são comprados ou consumidos, pois nada pode ser considerado pior para a criança ou adolescente do que se expor ao que os amigos consideram cômico.



Gráfico 15: influência na escolha dos alimentos

Fonte: própria

A escolha dos alimentos por parte de crianças e principalmente em transição com a fase da adolescência, depende basicamente, de seus hábitos e do âmbito cultural em que vivem. A formação dos hábitos alimentares é influenciada por uma série de fatores: fisiológicos, psicológicos, socioculturais e econômicos (Caroba 2002)

Apesar da família se a primeira instituição que tem ação direta sobre o início da formação dos hábitos do indivíduo a partir do momento em que se responsabiliza pela compra e preparo de alimentos em casa, na medida em que o indivíduo cresce paralelamente se iniciam rotinas que envolvem maior tempo fora de casa, na escola e com os amigos que também influenciam na escolha dos alimentos, e acaba por estabelecer o que passará a ser socialmente aceito.

A cultura em que os indivíduos são criados apresenta grande influência nas escolhas realizadas, e, assim, as interações sociais terão um grande efeito o na nossa visão acerca da alimentação e nos nossos comportamentos alimentares (Shepherd, 1999)

Na literatura há diversos modelos desenvolvidos para entender o processo de escolha dos alimentos. Entretanto a Academia de Nutrição e dietética norte-americana propôs um modelo para o entendimento dos fatores determinantes da escolha alimentar que estão apresentado na figura abaixo:

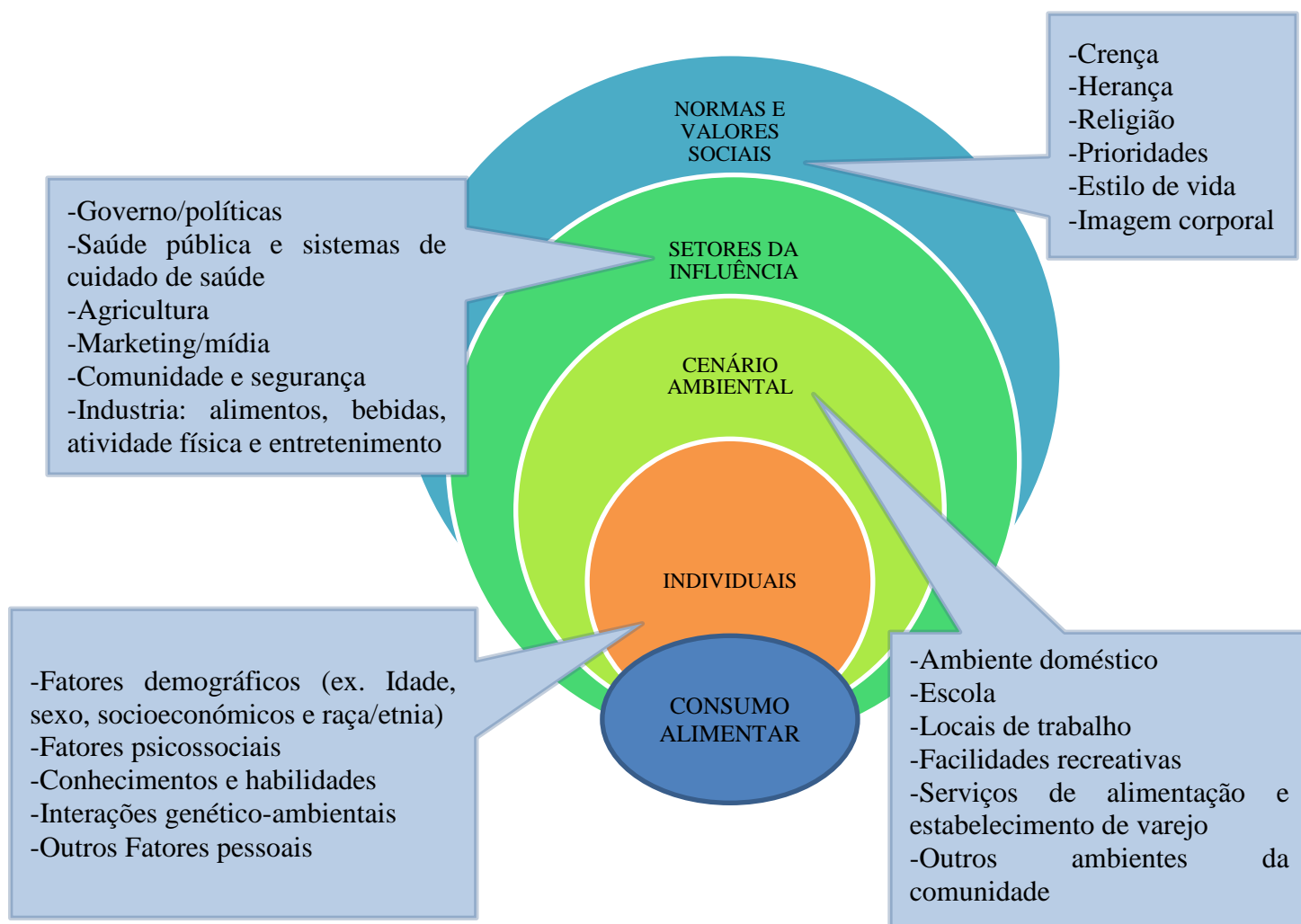


Figura 8: Modelo social ecológico da Academia de Nutrição e Dietética

Fonte: adaptada de Freeland-Graves e Nitzke (2013)

Desta forma, a partir do quesito realizado no questionário com os alunos, sobre influência nas escolhas dos alimentos, obtivemos as seguintes respostas: alternativa 31% afirmou serem os “amigos”, 22% “TV”, 21% a “internet”, 16% a “família”, 9% “escola”, 1% marcou “outros”

Televisão, revistas, notícias, programas de entretenimento. Propagandas comerciais e redes sociais, apresentam forte influência nas escolhas alimentares dos indivíduos (Philippi e Aquino, 2015)

Um estudo de revisão sistemática nacional realizado por Rosi et al, 2010 com crianças e adolescentes constatou menor consumo de frutas, legumes e verduras por aqueles que assistiam mais televisão e maior ingestão de salgadinhos, doces e bebidas açucaradas, sendo o café da manhã mais negligenciado nesse grupo do que no grupo que via menos televisão)

Resultados parecidos com a população adulta australiana sugerem que a exposição cumulativa a televisão estava relacionada ao consumo de alimentos do tipo *fast-food* (Scully, et al, 2009)

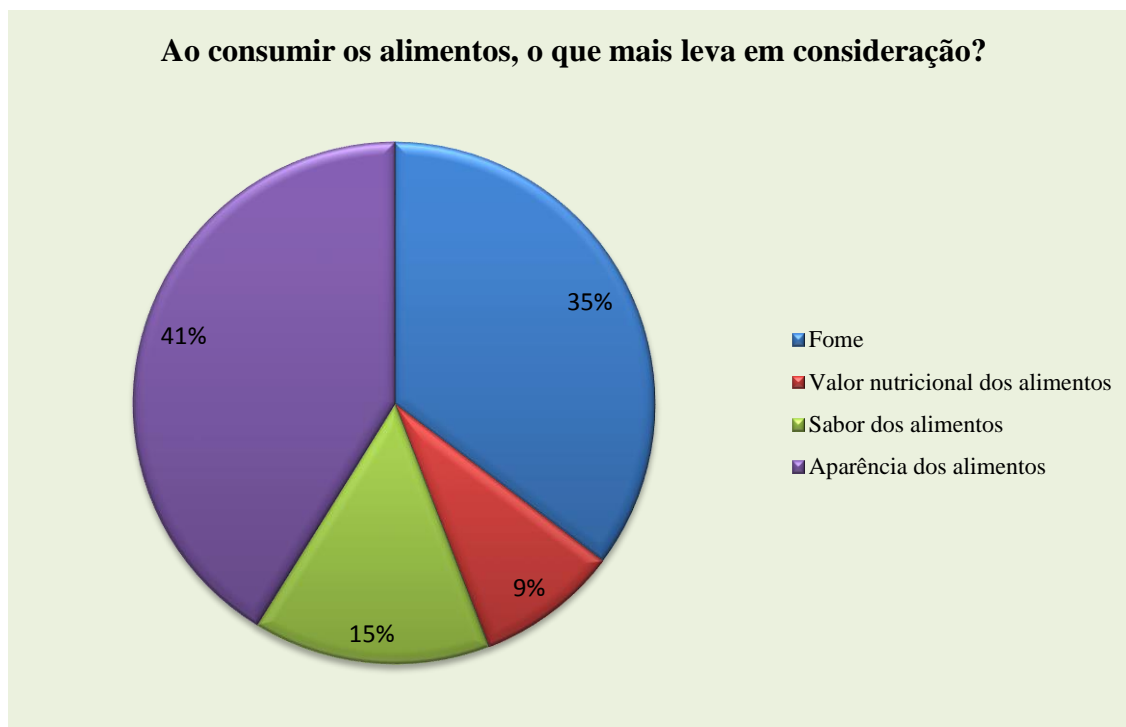


Gráfico 16: Consideração no ato de se alimentar

Fonte: própria

Como seres humanos possuímos a incrível capacidade de escolha, e uma destas envolve nossa relação com os alimentos. Porém a escolha destes está atravessada por diversos fatores: necessidade de se alimentar, desejo, prazer, entre outras, que muitas vezes nos fazem procurar algo novo, reinventar receitas e ainda mexer em nossas memórias para intensificarmos o encontro com o que buscamos.

Na alimentação humana, a natureza e cultura se encontram, pois se comer é uma necessidade vital, o quê, quando e com quem comer, são aspectos que fazem parte de um sistema que implica atribuição de significados ao ato alimentar. Como um fato social, a alimentação não se restringe a ser uma resposta ao imperativo de sobrevivência, ao “comer para viver”, pois se os homens necessitam sobreviver (e, para isso, alimentar-se), eles sobrevivem de maneira particular, culturalmente forjada e culturalmente marcada (Maciel, 2005). Ou seja, os homens criam “maneiras de viver” diferentes, o que resulta em uma grande diversidade cultural.

A aparência é algo imprescindível na Porém vale ressaltar que dependendo da condição econômica do indivíduo o que ele mais vai levar em conta no ato de se alimentar é a fome. Isto é uma realidade de muitos alunos, visto que não possui alimento em casa, procuram a escola apenas por conta da merenda escolar.

Desta forma, das 4 alternativas desta questão 41% responderam que levam em consideração “aparência dos alimentos”, 35% leva em consideração a “fome”, 15% responderam o “sabor dos alimentos” e apenas 9% responderam o “valor nutricional dos alimentos”.

7. CONCLUSÃO

A presente pesquisa teve como objetivo analisar o grau de aplicabilidade do tema alimentação saudável, como eixo transversal do currículo no ensino fundamental. Como finalidade, formaram-se conhecimentos acerca dos PCN's transversais de saúde voltados para práticas de alimentação saudável. Estes conhecimentos podem servir de subsídios na idealização de estratégias para abordar o tema dentro da escola e principalmente em sala de aula, de forma transversal e interdisciplinar de maneira que venha contribuir para o bom crescimento e desenvolvimento do alunado, a fim de reduzir riscos á saúde relacionada com a falta de uma alimentação saudável. A vista disso, contribuindo também para o melhor crescimento e desenvolvimento econômico do País, evitando gastos exorbitantes com a saúde e reduzindo riscos de mortalidades e diagnósticos de invalidez em se tratando de adquirir doenças crônicas não transmissíveis, impossibilitando do indivíduo de realizar suas atividades rotineiras.

Portanto, este estudo permitiu-se identificar, a ausência de uma formação acadêmica por parte de alguns professores, como também a carência de motivação e a relação precária entre docentes e gestores; a ausência dos pais ou responsáveis e a falta de interesse em acompanhar o ensino escolar, a transição da fase da criança e adolescência que possuem suas identidades e hábitos alimentares pré-estabelecidos e dentre outros aspectos, que contribuem como obstáculo para não concretização da abordagem do tema em sala de aula. Desta forma, chegamos à conclusão dos seguintes objetivos específicos deste estudo, que serão descritos abaixo:

7.1. Caracterizar a formação acadêmica dos professores atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental

Conclui-se neste objetivo que dos sete professores entrevistados, apenas quatro tem formação e destes, apenas dois possuem pós graduação. Para que alcance uma melhor qualificação na qualidade da educação é preciso buscar não só o desenvolvimento e enriquecimento de competências mas, principalmente uma mudança significativa na formação e identidade profissional dos que se dedicam ao ocupação de professor.

Desta forma, o quadro de professores que não possuem formação acabam por não transmitir de forma coerente o verdadeiro objetivo dos PCN's transversais em se tratando do tema saúde, visto que educar para saúde não se limita a repassar informações ou mostrar apenas um caminho, mas é ajudar ao aluno a tomar consciência de si mesmo, dos outros e da sociedade. Os professores que não

possuem graduação, possuem apenas o ensino médio e não são funcionários efetivos das escolas, trabalham por meio de contratos ou através de favorecimento político, atuando apenas com o notório saber, o que muitas vezes acaba por prejudicar ao corpo discente que necessitam de uma educação de melhor qualidade.

A promoção da saúde se refere a um processo multifatorial de responsabilidade interdisciplinar, relacionado, principalmente, à prevenção primária. O processo é dito multifatorial, uma vez que nele devem ser considerados distintos fatores e caracteriza-se como de prevenção primária. A promoção da saúde refere-se a um processo de capacitação da comunidade para agir no progresso de sua qualidade de vida incluindo uma maior participação do indivíduo nesse processo. Além disso, a responsabilidade das estratégias de promoção de saúde e prevenção de doenças assume um caráter interdisciplinar, pois profissionais de diferentes áreas atuam em prol da promoção da saúde.

A escola por se tratar de uma instituição importante em que estão sendo construídos comportamentos e hábitos, torna-se um dos ambientes para que haja a promoção de saúde por parte dos educadores, já que os escolares se expõem a constantes fatores de riscos presentes e futuros a saúde. Sendo assim, não apenas atos pontuais para promoção de saúde devem ser efetivadas no ambiente escolar, mas é imprescindível que os profissionais que ali atuam sejam hábeis para tratar de saúde na escola de forma efetiva e integrada ao currículo escolar.

Nesse sentido, o papel dos professores é indispensável quando visualizada a capacidade de multiplicação de informações que eles possuem junto aos alunos e à comunidade na qual a escola está inserida, pois os educadores possuem contato diário e direto com seus alunos, o que facilita a detecção de possíveis formas de abordagens sobre saúde.

O professor capacitado terá, entre outros, o papel de prevenir e nortear os alunos sobre hábitos saudáveis e, assim, promover saúde na escola e, por conseguinte, na comunidade em que ela está inserida. Outro ponto relevante é que o professor tem uma importante função na formação dos escolares, uma vez que estão trabalhando com crianças adolescentes em formação intelectual e desenvolvimento de hábitos. Então é de alta relevância que esses profissionais tenham uma percepção apropriada de saúde. No entanto, para que isso ocorra os professores precisam ser capacitados para promover a saúde no ambiente escolar, logo é impossível desvincular a escola promotora de saúde da capacitação dos profissionais que ali atuam.

7.2 Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionado a alimentação saudável em sala de aula

Ao fazer um comparativo com as respostas dos professores e alunos, constatou-se que das disciplinas do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental, apenas as matérias de ciências, educação física e matemática que abordam os temas dentro da sala de aula, e mesmo assim de forma precária, pois afirmaram não ter material suficiente para tratar o tema em sala nem tampouco tempo. Ao mesmo tempo em que se percebe que só trabalham os temas quando for de sua conveniência.

Desta forma, foi possível detectar que não há uma interação do tema com as disciplinas, ao que chamamos de interdisciplinaridade que está diretamente ligada à mudança de atitude de caráter cognitivo diante do conhecimento, e remete à atitude de se estar aberto para novos saberes, novos conceitos, novos olhares, favorecendo novas formas de aproximação da realidade social e novas leituras das dimensões socioculturais.

Pôde –se também averiguar que entre os temas relacionados a alimentação os que mais são abordados são higiene da água e higiene dos alimentos. Apesar de serem assuntos importantes, contudo não se tratam de caráter urgente e social, apenas de assuntos corriqueiros e paralelos a hábitos de alimentação saudável. O que caracteriza como urgente e social são temas relacionados a, hábitos alimentares que podem causar como consequência a obesidade, doenças crônicas não transmissíveis, carências nutricionais levando a uma série de complicações presentes e futuras.

7.3 Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema

Averiguou-se que as estratégias mais utilizadas por parte dos professores que abordam o tema são as aulas discursivas. É evidente que para que os alunos tenham interesse pela aula do professor é necessário que haja didática, onde a mesma para desempenhar um papel significativo na formação do educador, a didática pedagógica não é outra coisa senão a prática docente propriamente dita, consumidora daquilo que se objetivou previamente. Ou seja, é um cumprimento legal da teoria e trilhamento absoluto no caminho que se programou. De maneira alguma, poderia fazer-se uma educação e qualidade se não for levado em consideração a didática como objeto essencial no processo educativo. Desta forma, quando se trata apenas de aulas discursivas para abordagem do tema de alimentação saudável o aluno não se sente motivado nem tampouco irá absorver e por em práticas os conteúdos.

Ela favorece uma aprendizagem qualitativa, tendo em vista, focalizar sempre o melhor para os alunos e viabilizar facilidades no trabalho do professor, tornando suas ações seguras e precisas.

Em resumo, a didática é a disciplina que fundamenta a prática docente. Somente através dela é que teoria e prática se consolidam, porque ela investiga, orienta e proporciona a realização da formação do indivíduo, construindo e reconstruindo conhecimentos evoluindo para o novo.

7.4 Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordagem do tema no contexto educacional

A maioria dos professores sente-se despreparados para trabalhar a temática de alimentação saudável dentro dos PCN's transversais de saúde, e frequentemente experimentam a frustração com os resultados de seu trabalho e atribuem isso à deficiente formação inicial e continuada, em decorrência da ausência da capacidade profissional dos docentes para trabalhar com essa importante temática, naturalmente os alunos passarão a não tendo acesso a esse tipo de informação, conseqüentemente não podem ter interesse por aquilo que não conhecem.

Outro ponto importante é que a escola não é vista pelos profissionais que nela atuam, como local de trabalho. Muitos professores afirmam que não têm tempo para se dedicar a estar na escola e desenvolver projetos políticos-pedagógicos, pois trabalham em duas ou mais escolas.

Em relação à aptidão para ensinar os professores apontaram como dificuldades, aquelas relativas ao conteúdo, quando se tratava do tema saúde, principalmente relacionando a alimentação e referiram à formação, como limitante na abordagem dos temas, revelaram dificuldades referentes à disponibilidade de material de apoio, para explorar o assunto, em contrapartida, nas entrevistas, alguns dos docentes que haviam respondido, demonstraram desconhecer as orientações dos PCNs, até mesmo em relação à diversidade dos TT's, evidenciaram desta forma, não conhecer a proposta interdisciplinar de abordagem dos Temas Transversais.

Outro ponto importante é que ao construir o Projeto Político Pedagógico leva-se em conta à realidade que circunda a escola, desta forma, observou-se que na instituição de esfera estadual ainda havia uma explanação bem suscita sobre os TT's, voltados apenas para área de meio ambiente, e na escola municipal não há registros relacionados nenhum tema transversal, evidenciando que na elaboração do PPP de ambas instituições de ensino os TT's não são de grande relevância.

As manifestações dos professores demonstram que parecem ser insuficientes para o aluno as informações sobre Temas Transversais, desconsiderando a interação professor-aluno na solução dos problemas do seu cotidiano.

7.5 Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito no conhecimento e na práxis do aluno

Buscar entender como tal assunto é compreendido pelos alunos pode tornar-se uma importante ferramenta para que o professor consiga interagir e auxiliar na formação do aluno neste período de crescimento e formação como cidadão. Entretanto, dos poucos professores que abordam o tema sem dala de aula, verificou-se que os alunos não se sentem motivados, conseqüentemente não põe em prática aquilo que é explanado em classe.

Muitos, com a a crescente sensação de independência, e pelo fato de estarem em uma fase de muita influência por parte de amigos, mídias e redes sociais, optam por consumir alimentos não saudáveis, sem analisar o risco que estará garantindo para seu futuro não muito distante, uma saúde precária.

A liberdade dos alunos para trabalharem estes e outros temas de maneira a promover o empoderamento é essencial e urgente. Limitar os alunos a metodologias de ensino prescritivas e normativas, com foco nas conseqüências e omitindo informações pode no fim, fazer com que estes aprendam o conteúdo programado, contudo, dificilmente os auxiliará a transpor o aprendizado para suas vidas pessoais.

8. RECOMENDAÇÕES

A partir das reflexões abordadas nesta pesquisa, e visando a ampliação de estudos sobre o tema transversal saúde relacionada à alimentação saudável para uma melhor contribuição para qualidade de vida dos indivíduos, sugere-se as seguintes recomendações:

- Reestudo e oferta a formação continuada dos professores dentro da escola, em reuniões de trabalho pedagógico coletivo do corpo docente, sob orientação da equipe pedagógica e da gestão em busca de alternativas para ampliar o uso da abordagem do temas transversal saúde e alimentação saudável em sala de aula
- Prestar melhor apoio aos professores que não possuem graduação, desta forma estimulando-os a procurarem uma formação acadêmica em sua área de notório saber.
- Incentivar aos professores a importância de se trabalhar o tema em sala de aula, visando proporcionar uma melhor relação com o aluno e desta forma contribuindo para o seu crescimento e desenvolvimento tanto físico como cognitivo.
- Buscar alternativas para facilitar a prática pedagógica do professor na abordagem de temas relacionados à alimentação saudável, como por exemplo, realizar o contato prévio com a secretária de saúde do município ou estado, solicitando materiais que se relacionem com o tem e de convites para realização de palestras, feitas por profissionais capacitados no assunto, para que desta forma possam contribuir na concretização da abordagem do tema em sala.
- Para abordagem do tema, a escola pode envolver os alunos com atividades de caráter prático e lúdico voltadas para o cotidiano e a realidade pessoal e social dos educandos proporcionando um maior envolvimento dos mesmos na abordagem do assunto em questão favorecendo um aprendizado significativo.
- Promover canais de comunicação e de participação entre a vida familiar e escolar para favorecer ao desenvolvimento do corpo discente e conseqüentemente uma melhor relação família-escola visto que a contribuição da educação escolar é de natureza complementar a familiar, ambas não se excluem nem se dispensam mutuamente.
- Incentivar a venda de alimentos saudáveis, como frutas, sanduiches naturais, iogurtes, sucos naturais, pelos vendedores internos e externos que ficam próximo a instituição.
- Aderir ao Projeto Político Pedagógico de ambas instituições o tema transversal sobre alimentação saudável, e realizar projetos de intervenção pedagógica, desta forma contribuindo para um avanço na abordagem do tema no contexto educacional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Burity, V.; Franceschini, T.; Valente, F.; Recine, E.; Leão, M.; Carvalho, M. F. (2010). *Direito Humano á Alimentação adequada no Contexto da Segurança Alimentar e Nutricional*. Brasília: ABRANDH
- Canen, A. (2000). Educação multicultural, identidade nacional e pluralidade cultural, tensões e implicações curriculares. *Cadernos de pesquisa*, 111 (12), 135-149.
- Carneiro, H. S. (2005). Comida e sociedade: significados sociais na história da alimentação. *Curitiba: História questões e debates*, 42 (1), (71-80).
- Caroba, D. C. R. (2002). *A escola e o consumo alimentar de adolescentes matriculados na rede pública de ensino* (Dissertação de mestrado). Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz, Piracicaba – São Paulo.
- Constituição da República Federativa do Brasil: Promulgada em 5 de outubro de 1988*. (2003). (32a ed.). São Paulo: Saraiva.
- Cozolino, S. M. F. (2012). Biodisponibilidade de Nutrientes. São Paulo: Editora Manole Ltda.
- Davidoff, L. L. (2001). *Introdução á psicologia*. (3 ed.) São Paulo: Makron Books.
- Figueiredo, T. A. M., Machado, V. L. T., Abreu, M. M. S. (2010). A Saúde na escola: Um breve resgate Histórico. *Ciencia & Saúde coletiva*. 15, 397-402.
- Fiore, E. G; Jobstraibizer, G. A; Silva, C. S.; Cervato- Mancuso, A. M. (2012) Abordagem dos Temas Alimentação e Nutrição no Material Didático do Ensino Fundamental: interface com segurança alimentar e nutricional e parâmetros curriculares nacionais. São Paulo: *Saúde e Sociedade*, 21 (4) ,1063-1074.
- Garcia, A. M.; Carnesqui, R. W. D. (Orgs.). (2005). *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz.
- Gomes, T. (2010). A ética como tema transversal nos Parametros Curriculares Nacionais. (Dissertação de mestrado). Universidade Metodista de Piracicaba – São Paulo
- González, J. A. T., Fernández, A. H., Camargo, C. B. (2014). *Aspectos fundamentais da pesquisa científica*. Asunción: Marben.
- International Organization for Migration – IOM. (2015). *Regional Office for the Middle East and North Africa*. Cairo, Egypt.
- Jacques, I. T. O. (2013). *A constitucionalização da alimentação: um direito a ser implementado adequadamente no Brasil*. (Tese de doutorado). Universidade Católica do Rio Grande do Sul – Porto Alegre.
- Leão. M. (Org.) (2013). *O direito humano á alimentação adequada e o sistema nacional de segurança alimentar e nutricional*. Brasília: ABRANDH.

Lei n. 11.346, 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Recuperado de http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111346.htm

Maciel, M. E. (2005). Olhares antropológicos sobre a alimentação: identidade cultural e alimentação. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz

Marinho, J. C. B., Silva, J. A., Ferreira, M. (2015). A educação em saúde como proposta transversal: Analisando os Parâmetros Curriculares Nacionais e algumas concepções docentes. *História, Ciências, Saúde*. 22, 429-443.

Ossucci, R. R. (2008). *Hábitos Alimentares na adolescência*. (Produção didática pedagógica). Universidade Estadual do Oeste do Paraná - Paraná

Ornellas, L. H. (2013). *Técnica dietética: seleção e preparo de alimentos*. (8ª ed). São Paulo: Atheneu.

Philippi, S. T.; Aquino, R. C. (Orgs.).(2015). *Dietética: Princípios para o planejamento de uma alimentação saudável*. Barueri – São Paulo: Manole

Quirino, G. S. (2012). *Sexualidade e educação sexual: Prática docente em uma escola pública de Juazeiro do Norte – Ceará*. (Tese de doutorado). Universidade Federal de Santa Maria – Rio Grande do Sul.

Rodrigues, N. L. (2011). *Desempenho motor e escolar em crianças de 6 a 10 anos: um estudo associativo*. (Monografia). Universidade Federal do Rio Grande do Sul – Porto Alegre

Santos, M. E. T. (2014). *Tema transversal Saúde nos anos Iniciais da Educação Básica: um estudo em escolas com baixo IDEB* (Dissertação de mestrado). Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria - Rio Grande do Sul.

Silva, D. C. A. (2014). *Prática de alimentação saudável: percepção de adolescentes* (Dissertação de mestrado). Universidade Federal de Pernambuco, Recife – Pernambuco.

Taddei, J. A. A. C.; Lang, R. M. F.; Silva, G. L.; Toloni, M. H. A.; Veja, J. B. (2016). *Nutrição em Saúde Pública*. Rio de Janeiro: Editora Rubio.

Zancul, M. S. (2008). *Orientação nutricional e alimentar dentro da escola: formação de conceitos e mudanças de comportamento* (Tese de doutorado). Universidade Estadual Paulista, Araraquara – São Paulo.

Zuin, L. F., Zuin, P. B. (2009). *Alimentação é cultura – aspectos históricos e culturais que envolvem a alimentação e o ato de se alimentar*. *Nutrire*. 34,225-241.

ANEXOS

Anexo A – Carta de autorização para realização da pesquisa assinada pela gestora da Escola Municipal de Ensino Fundamental Maurino Rodrigues de Andrade – Itatuba PB

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DO MUNICÍPIO
ITATUBA-PARAÍBA

E.M.E.F. Maurino Rodrigues de Andrade
Itatuba/PB

À direção da Escola:

Escola Municipal de Ensino Fundamental Maurino Rodrigues de Andrade

S.R.(a) Diretor (a)

Márcia Cristina Andrade Ribeiro

Prezado (a) senhor (a),

REBECA MAIRÃ DOS SANTOS NOBREGA RODRIGUES, aluna do Programa de Mestrado em Ciências da Educação da Universidade Autônoma de Assunção – (UAA), no Paraguai, está desenvolvendo a pesquisa intitulada Alimentação Saudável: análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais, que tem como objetivo geral Analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável por professores em uma escola pública do ensino fundamental no município de Itatuba tendo como base os PCNS transversais de saúde. Os objetivos específicos são: averiguar a formação acadêmica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental; identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula; descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema; identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema e avaliar se as estratégias abordadas tem efeito na práxis do aluno. Nesta perspectiva, a pesquisadora solicita a autorização de Vossa Senhoria para coleta, neste estabelecimento de ensino, através da aplicação de questionários e entrevistas, as informações necessárias a fim de que seus objetivos sejam alcançados de maneira satisfatória.

Informa, ainda, que no desenvolvimento de sua dissertação, os nomes dos profissionais ou integrantes voluntários desta pesquisa serão mantidos em sigilo, a fim de preservar-lhes a identidade.

Nestes termos, pede e aguarda deferimento,

Itatuba, 16 de novembro de 2016.

Rebeca Mairã dos Santos Nobrega Rodrigues

Rebeca Mairã dos Santos N. Rodrigues
(Pesquisadora)

Márcia Cristina Andrade Ribeiro

Direção da Escola

Márcia Cristina Andrade Ribeiro
Secretária Adjunta
Mat. 3049

Anexo B - Carta de autorização para realização da pesquisa assinada pela gestora da escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio José Rodrigues de Ataíde – Itatuba PB

À direção da Escola:
Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio José Rodrigues de Ataíde

S.R.(a) Diretor (a)
Severina Martins de Andrade

Prezado (a) senhor (a),

REBECA MAIRÃ DOS SANTOS NOBREGA RODRIGUES, aluna do Programa de Mestrado em Ciências da Educação da Universidade Autônoma de Assunção – (UAA), no Paraguai, está desenvolvendo a pesquisa intitulada Alimentação Saudável: análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais, que tem como objetivo geral Analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável por professores em uma escola pública do ensino fundamental no município de Itatuba tendo como base os PCNS transversais de saúde. Os objetivos específicos são: averiguar a formação acadêmica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental; identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula; descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema; identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema e avaliar se as estratégias abordadas tem efeito na práxis do aluno. Nesta perspectiva, a pesquisadora solicita a autorização de Vossa Senhoria para coleta, neste estabelecimento de ensino, através da aplicação de questionários e entrevistas, as informações necessárias a fim de que seus objetivos sejam alcançados de maneira satisfatória.

Informa, ainda, que no desenvolvimento de sua dissertação, os nomes dos profissionais ou integrantes voluntários desta pesquisa serão mantidos em sigilo, a fim de preservar-lhes a identidade.

Nestes termos, pede e aguarda deferimento, .

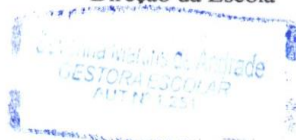
Itatuba, 16 de novembro de 2016.

Rebeca Mairã dos Santos Nobrega Rodrigues

Rebeca Mairã dos Santos N. Rodrigues
(Pesquisadora)

Severina Martins de Andrade

Direção da Escola



APÊNDICES**Apêndice A – Validação dos instrumentos****UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ASUNCIÓN****FACULTAD DE CIENCIAS HUMANÍSTICAS Y DE LA COMUNICACIÓN****DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN****MAESTRÍA EM CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN****MESTRANDA: REBECA MAIRÃ DOS SANTOS NOBREGA RODRIGUES****TUTOR: DR. JOSÉ ANTONIO TORRES GONZÁLEZ****Prezado (a) Professor (a),**

Este formulário destina-se à **1ª fase da validação** do instrumento que será utilizado na coleta de dados em minha pesquisa de campo de mestrado em Ciências da Educação pela Universidade Autônoma de Assunção – UAA, cujo tema é: *Alimentação saudável: análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais*. Esta pesquisa tem como objetivo geral: Analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável por professores em uma escola pública do ensino fundamental no município de Itatuba tendo como base os PCNs transversais de saúde. Os objetivos específicos que norteiam essa pesquisa são: 1. Averiguar a formação acadêmica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental; 2. Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula; 3. Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema; 4. Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema e 5. Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito na no conhecimento e na práxis do aluno.

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 verso desta folha.

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 no verso da folha. Sem mais para o momento antecipadamente agradeço por sua atenção e pela presteza em contribuir com o desenvolvimento da minha pesquisa.

1. Identificar quais disciplinas abordam, transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula						
2. Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema						
Sobre abordagem em sala de aula e estratégias utilizadas pelos professores	COERÊNCIA			CLAREZA		
	SIM	NÃO	?	SIM	NÃO	
1. Em sua opinião: Quais itens abaixo você incluiria em um cardápio a ser considerado uma alimentação saudável? <input type="checkbox"/> Cuscuz, linguiça, pudim de leite, suco industrializado. <input type="checkbox"/> Cachorro quente, batata frita, torta de chocolate, pipoca. <input type="checkbox"/> Hambúrguer, refrigerante, doce de leite, pão de queijo <input type="checkbox"/> Carne, arroz, feijão, salada, fruta						
2. Onde você aprendeu a identificar o que é uma alimentação saudável? <input type="checkbox"/> Com a família <input type="checkbox"/> Na escola <input type="checkbox"/> Através da televisão <input type="checkbox"/> Outros meios _____						
3. Na sua escola são abordados temas relacionados à alimentação como uma prática de vida saudável? <input type="checkbox"/> sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> raramente <input type="checkbox"/> sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca						

<p>4. Em caso afirmativo para a questão anterior, o tema é abordado em quais disciplinas?</p> <p><input type="checkbox"/> Matemática <input type="checkbox"/> Português <input type="checkbox"/> História <input type="checkbox"/> Geografia <input type="checkbox"/> Ciências <input type="checkbox"/> Artes <input type="checkbox"/> Inglês <input type="checkbox"/> Educação Física</p>						
<p>5. Qual/quais tema(s) da alimentação saudável é/são mais abordado(s) em sala de aula?</p> <p><input type="checkbox"/> Hábitos alimentares <input type="checkbox"/> Obesidade <input type="checkbox"/> Desnutrição <input type="checkbox"/> Higiene da água <input type="checkbox"/> Higiene dos alimentos <input type="checkbox"/> Função dos nutrientes no organismo.</p>						
<p>6. Quais são as estratégias utilizadas pelo(s) professor(es) para abordar o tema?</p> <p><input type="checkbox"/> Aulas discursivas <input type="checkbox"/> Seminários <input type="checkbox"/> Trabalhos em grupo <input type="checkbox"/> Apresentação de vídeos <input type="checkbox"/> Gincanas <input type="checkbox"/> Outros: _____</p>						
5. Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito na práxis do aluno.						
Sobre o efeito na práxis do aluno	COERÊNCIA			CLAREZA		
	SIM	NÃO	?	SIM	NÃO	?
<p>1. De acordo com o que você aprendeu na escola, os alimentos que existem em sua casa e que são consumidos por você e sua família podem ser considerados alimentos saudáveis?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						
<p>2. Na escola onde você estuda, existe a distribuição de merenda?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						

<p>3. Você consome a merenda distribuída em sua escola?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						
<p>4. Você gosta da merenda escolar?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						
<p>5. No cardápio oferecido pela merenda escolar, estão incluídas frutas, verduras e legumes?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						
<p>6. Na distribuição da merenda escolar são oferecidos sucos feitos naturalmente da fruta?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						
<p>7. Você, enquanto aluno, pode sugerir algum item no cardápio semanal da merenda escolar?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						
<p>8. Durante o calendário semanal, em algum dia da semana a escola estimula o consumo de frutas e verduras em seu cardápio?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						
<p>9. Em sua opinião os alimentos oferecidos na merenda escolar são os mesmos sugeridos como exemplo de uma alimentação saudável quando o tema é abordado em sala de aula?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Sim, com pouca frequência <input type="checkbox"/> Nunca</p>						
<p>10. Em sua escola além da merenda escolar existe cantina ou vendedor ambulante que comercializa algum tipo de alimento?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, com muita frequência <input type="checkbox"/> Raramente</p>						

() Sim, com pouca frequência () Nunca					
11.Você costuma comprar algo nas cantinas ou com os vendedores ambulantes? () Sim, com muita frequência () Raramente () Sim, com pouca frequência () Nunca Se sim, o que costuma comprar? _____					
12.Você acredita que os alimentos vendidos na cantina são melhores para sua saúde do que as refeições da merenda escolar? () Sim, sempre () Algumas vezes () Não, Nunca () Não sabe					
13.Você acredita que o consumo de frutas e verduras pode ajudar na contribuição para prevenir doenças? () Sim, contribuem muito () Moderadamente () Sim, contribuem pouco () Não contribuem					
14.O que mais influencia na escolha dos alimentos que você consome? () Escola () TV () Internet () Amigos () Família () Outros: _____					
15.Ao consumir um alimento, o que mais leva em consideração? () Fome () Valor nutricional dos alimentos () Vontade de comer () Sabor dos alimentos () Rapidez de consumi-los					

ROTEIRO DA ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA PARA APLICAÇÃO COM PROFESSORES

1. Averiguar a formação acadêmica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.						
Sobre a formação dos professores	COERÊNCIA			CLAREZA		
	SIM	NÃO	?	SIM	NÃO	?

1. Magistério: Sim () Não () Graduação superior: Sim () Não () em que: Pós-graduação: Sim () Não () em que:						
2. Há quanto tempo atua como professor da rede pública?						
3. Há quanto tempo leciona nessa escola?						
<p>2. Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula</p> <p>3. Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema</p> <p>4. Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema</p>						
Sobre Abordagem e aplicabilidade do tema/ estratégias utilizadas/ obstáculos.	COERÊNCIA			CLAREZA		
	SIM	NÃO	?	SIM	NÃO	?
1. A escola promove entre seu corpo docente discussões relacionadas a hábitos de alimentação saudável? De que forma?						
2. Qual sua opinião sobre o tema transversal saúde definido pelos PCN's (Parâmetros Curriculares Nacionais)?						
3. Durante a elaboração do projeto político pedagógico de sua disciplina, é abordado o tema transversal saúde enfatizando a importância da alimentação saudável? De que forma?						
5. Você aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como um hábito de vida saudável? Se sim, explique quais estratégias são aplicadas com seus alunos.						
7. Quais temas relacionados à alimentação saudável são abordados em sala de aula? Descreva.						
8. Com que frequência você aborda o tema em sala de aula?						
9. Existe uma base teórica, referencial curricular ou algum projeto que orienta o planejamento de suas aulas para abordar este tema? Qual? Especifique:						
10. Para abordar o tema em sala de aula, você desenvolve/planeja sozinho ou com ajuda de outro professor/profissional?						
11. A educação da criança é uma tarefa que não fica restrita apenas ao espaço escolar, mais é uma atribuição coletiva que envolve a escola, pais ou responsáveis. Ciente dessas atribuições, a escola promove palestras envolvendo a família e a comunidade como um todo para discutir práticas de hábitos alimentares saudáveis? Caso a resposta seja positiva, com que frequência isso acontece?						
12. Em sua opinião, os conteúdos oferecidos na formação do professor de sua área são suficientes para abordar e desenvolver trabalhos relacionados ao tema? Para o						

melhor desempenho dessa função será necessário algum curso de capacitação ou pós-graduação?						
13.Existe algum tipo de obstáculo que impede de você, como professor, abordar o tema?						
5. Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito na práxis do aluno.						
Sobre Efeito na práxis do aluno	COERÊNCIA			CLAREZA		
	SIM	NÃO	?	SIM	NÃO	?
1.Você acha que os alunos demonstram interesse pelos temas relacionados á alimentação saudável? Justifique:						
2.Em sua avaliação, nas dependências físicas da escola, você identifica uma melhoria nos hábitos alimentares dos alunos depois que o tema relacionado á alimentação como prática de hábitos saudáveis é abordado em sala de aula no ensino fundamental? De que forma?						
3.Além da prática de hábitos de alimentação saudável prevista nos PCN's transversais, existem outros temas relacionados à saúde que despertem maior interesse por parte dos alunos? Quais?						
4.Em sua opinião a escola pode fazer algo para melhorar a educação alimentar e nutricional dos alunos? Justifique:						

ROTEIRO DA ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA PARA APLICAÇÃO COM GESTORES.

1. Averiguar a formação acadêmica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.						
1.Magistério: Sim () Não () Graduação superior: Sim () Não () em que: Pós-graduação: Sim () Não () em que:	COERÊNCIA			CLAREZA		
	SIM	NÃO	?	SIM	NÃO	?
2.Há quanto tempo você é gestor dessa escola?						
2. Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula 3. Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema 4. Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema						
Sobre abordagem do tema/ estratégias utilizadas/ Obstáculos.	COERÊNCIA			CLAREZA		
	SIM	NÃO	?	SIM	NÃO	?

1. Em sua escola durante a elaboração do Projeto Político Pedagógico é abordado o tema transversal saúde enfatizando a importância da alimentação saudável? De que forma?						
2. A gestão, integrada ao seu corpo docente, estimula a realização de atividades pertinentes ao tema saúde, relacionando a alimentação como uma forma de hábito saudável na escola? Se sim, cite quais estratégias são aplicadas.						
3. A gestão compreende que os conteúdos oferecidos na formação dos professores em suas respectivas disciplinas ou áreas de atuação são suficientes para abordar e desenvolver trabalhos relacionados ao tema de alimentação saudável? Ou para o desempenho dessa função será necessário algum curso de capacitação ou pós-graduação?						
4. A gestão oferece autonomia aos professores para que trate do tema alimentação saudável com a devida importância como sugere o PCN transversal saúde?						
5. A gestão, em sua avaliação, identifica se todos os professores em suas respectivas disciplinas abordam o tema de alimentação saudável transversalmente em sala de aula?						
6. Caso a resposta anterior seja negativa, cite quais disciplinas abordam esse tema, e justifique quais são as dificuldades encontradas pela gestão para que todos os professores em suas respectivas disciplinas abordem o tema, como sugere os temas transversais estabelecidos pelos PCN's:						
7. A educação da criança é uma tarefa que não fica restrita apenas ao espaço escolar, mais é uma atribuição coletiva que envolve a escola, pais ou responsáveis. Ciente dessas atribuições, a escola promove palestras envolvendo a família e a comunidade como um todo para discutir práticas de hábitos alimentares saudáveis? Caso a resposta seja positiva, com que frequência isso acontece?						
5. Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito na práxis do aluno.						
Sobre efeito na práxis do aluno.	COERÊNCIA			CLAREZA		
	SIM	NÃO	?	SIM	NÃO	?
1. Em sua avaliação a gestão identifica interesse por parte dos alunos pelos temas relacionados á alimentação saudável? Justifique quais são os indicadores						
2. Em sua avaliação, nas dependências físicas da escola, você identifica uma melhoria nos hábitos alimentares dos alunos depois que o tema relacionado á alimentação como prática de hábitos saudáveis é abordado em sala de aula no ensino fundamental? De que forma?						

Caso a resposta anterior seja negativa, quais são as estratégias usadas pela escola para atingir tal objetivo?						
3.Em sua opinião, enquanto gestor(a), a escola pode fazer algo para melhorar a educação sobre os hábitos alimentares? De que forma?						

DADOS DO AVALIADOR

Nome completo: _____

Formação: _____

Instituição de Ensino: _____

Assinatura do Avaliador (opcional): _____

Apêndice B – Entrevista semiestruturada para professores do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.

**ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA PARA PROFESSORES QUE ATUAM NO
TERCEIRO E QUARTO CICLO DO ENSINO FUNDAMENTAL**

Esta entrevista enquadra-se numa investigação no âmbito de uma dissertação de Mestrado em Ciências da educação. Os resultados obtidos serão utilizados apenas para fins académicos (dissertação de Mestrado), sendo realçado que as respostas dos inquiridos representam apenas a sua opinião individual. Essa entrevista é anónima, não devendo por isso colocar a sua identificação em nenhuma das folhas nem assinar, apenas colocar a letra inicial do nome e sobrenome. Não existem respostas certas ou erradas. Responda de forma espontânea e sincera a todas as questões.

Obrigada pela sua colaboração.

IDENTIFICAÇÃO

Iniciais do nome: _____ **Sexo:** Feminino () Masculino ()

Idade: _____ **Série que está atuando:** _____

FORMAÇÃO ACADÊMICA

Magistério: Sim () Não ()

Graduação superior: Sim () Não () em que: _____

Pós-graduação: Sim () Não () em que: _____

1. Há quanto tempo atua como professor da rede pública?

2. Há quanto tempo leciona nessa escola?

ABORDAGEM DO TEMA / ESTRATÉGIAS UTILIZADAS / OBSTÁCULOS

1. Durante a elaboração do projeto político pedagógico de sua disciplina, é abordado o tema transversal saúde enfatizando a importância da alimentação saudável? De que forma?

2. Você aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como um hábito de vida saudável? Se sim, explique quais estratégias são aplicadas para abordar esse tema?

3. Quais temas relacionados à alimentação saudável são abordados em sala de aula? Descreva.

4. Com que frequência você aborda o tema em sala de aula?

5. Existe uma base teórica, referencial curricular ou algum projeto que orienta o planejamento de suas aulas para abordar este tema? Qual? Especifique:

6. A educação da criança é uma tarefa que não fica restrita apenas ao espaço escolar, mais é uma atribuição coletiva que envolve a escola, pais ou responsáveis. Ciente dessas atribuições, a escola promove palestras envolvendo a família e a comunidade como um todo para discutir práticas de hábitos alimentares saudáveis? Caso a resposta seja positiva, com que frequência isso acontece?

7. Em sua opinião, os conteúdos oferecidos na formação do professor de sua área são suficientes para abordar e desenvolver trabalhos relacionados ao tema? Para o melhor desempenho dessa função será necessário algum curso de capacitação ou pós-graduação?

8. Existe algum tipo de obstáculo que impede de você, como professor, abordar o tema?
Cite.

EFEITO NA PRÁXIS DO ALUNO

1. Você acha que os alunos demonstram interesse pelos temas relacionados á alimentação saudável?
Justifique:

2. Em sua avaliação, nas dependências físicas da escola, você identifica uma melhoria nos hábitos alimentares dos alunos depois que o tema relacionado á alimentação como prática de hábitos saudáveis é abordado em sala de aula no ensino fundamental? De que forma?

3. Além da prática de hábitos de alimentação saudável prevista nos PCN's transversais, existem outros temas relacionados à saúde que despertem maior interesse por parte dos alunos? Quais?

4. Em sua opinião a escola pode fazer algo para melhorar a educação alimentar e nutricional dos alunos? Justifique:

Apêndice C - Entrevista semiestruturada para gestores atuantes na escola

Municipal e Estadual.

ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA PARA GESTORES

Esta entrevista destina-se a coleta de dados de minha pesquisa de campo do mestrado em Ciências da Educação pela Universidade Autônoma de Assunção – UAA, cujo tema é: *Alimentação saudável: análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais*.

Esta pesquisa tem como objetivo geral: Analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável por professores em uma escola pública do ensino fundamental no município de Itatuba tendo como base os PCNS transversais de saúde.

Os objetivos específicos que norteiam essa pesquisa são: 1. Averiguar a formação acadêmica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental; 2. Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula; 3. Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema; 4. Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema e 5. Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito no conhecimento e na práxis do aluno.

Os resultados obtidos serão utilizados apenas para fins acadêmicos (dissertação de Mestrado), sendo realçado que as respostas dos inquiridos representam apenas a sua opinião individual. Essa entrevista é anônima, não devendo por isso colocar a sua identificação em nenhuma das folhas nem assinar, apenas colocar a letra inicial do nome e sobrenome. Não existem respostas certas ou erradas. Responda de forma espontânea e sincera a todas as questões.

Obrigada pela sua colaboração.

IDENTIFICAÇÃO

Iniciais do nome: _____ **Sexo:** Feminino () Masculino ()

Idade: _____

FORMAÇÃO ACADÊMICA

Magistério: Sim () Não ()

Graduação superior: Sim () Não () em que: _____

Pós-graduação: Sim () Não () em que: _____

3. Há quanto tempo você é gestor dessa escola?

ABORDAGEM DO TEMA / ESTRATÉGIAS UTILIZADAS / OBSTÁCULOS

1. Em sua escola durante a elaboração do Projeto Político Pedagógico é abordado o tema transversal saúde enfatizando a importância da alimentação saudável? De que forma?

2. A gestão, integrada ao seu corpo docente, estimula a realização de atividades pertinentes ao tema saúde, relacionando a alimentação como uma forma de hábito saudável na escola? Se sim, cite quais estratégias são aplicadas.

3. A gestão compreende que os conteúdos oferecidos na formação dos professores em suas respectivas disciplinas ou áreas de atuação são suficientes para abordar e desenvolver trabalhos relacionados ao tema de alimentação saudável? Ou para o desempenho dessa função será necessário algum curso de capacitação ou pós-graduação?

4. A gestão oferece autonomia aos professores para que trate do tema alimentação saudável com a devida importância como sugere o PCN transversal saúde?

5. A gestão, em sua avaliação, identifica se todos os professores em suas respectivas disciplinas abordam o tema de alimentação saudável transversalmente em sala de aula?

6. Caso a resposta anterior seja negativa, cite quais disciplinas abordam esse tema, e justifique quais são as dificuldades encontradas pela gestão para que todos os professores em suas respectivas disciplinas abordem o tema, como sugere os temas transversais estabelecidos pelos PCN's:

7. A educação da criança é uma tarefa que não fica restrita apenas ao espaço escolar, mais é uma atribuição coletiva que envolve a escola, pais ou responsáveis. Ciente dessas atribuições, a escola promove palestras envolvendo a família e a comunidade como um todo para discutir práticas de hábitos alimentares saudáveis? Caso a resposta seja positiva, com que frequência isso acontece?

EFEITO NA PRÁXIS DO ALUNO

1. Em sua avaliação a gestão identifica interesse por parte dos alunos pelos temas relacionados á alimentação saudável? Justifique quais são os indicadores.

2. Em sua avaliação, nas dependências físicas da escola, você identifica uma melhoria nos hábitos alimentares dos alunos depois que o tema relacionado á alimentação como prática de hábitos saudáveis é abordado em sala de aula no ensino fundamental? De que forma?

3. Caso a resposta anterior seja negativa, quais são as estratégias usadas pela escola para atingir tal objetivo?

4. Em sua opinião, enquanto gestor (a), a escola pode fazer algo para melhorar a educação sobre os hábitos alimentares? De que forma?

Apêndice D – Questionário esquematizado para os alunos do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental da escola Municipal e Estadual de Itatuba.

**QUESTIONÁRIO COM PERGUNTAS OBJETIVAS PARA ALUNOS DO TERCEIRO E QUARTO
CICLO DO ENSINO FUNDAMENTAL**

Este questionário enquadra-se numa investigação no âmbito de uma dissertação de Mestrado em Ciências da educação. Os resultados obtidos serão utilizados apenas para fins académicos (dissertação de Mestrado), sendo realçado que as respostas dos inquiridos representam apenas a sua opinião individual. O questionário é anónimo, não devendo por isso colocar a sua identificação em nenhuma das folhas nem assinar o questionário. Não existem respostas certas ou erradas. Responda de forma espontânea e sincera a todas as questões. Obrigada pela sua colaboração.

- Averiguar a formação académica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental.
 - Identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula
 - Descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema
 - Identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema
- Avaliar se as estratégias abordadas tem efeito na práxis do aluno.

IDENTIFICAÇÃO

Nome da Escola: _____ **Sexo:** Feminino () Masculino ()

Idade: 08 a 10 anos ()

Série:

11 a 13 anos ()

14 a 16 anos ()

17 a 19 anos ()

Mais de 19 anos ()

CONHECIMENTOS/ ABORDAGEM DO TEMA / ESTRATÉGIAS UTILIZADAS**PELOS PROFESSORES**

1. Em sua opinião: Quais itens abaixo você incluiria em um cardápio a ser considerado uma alimentação saudável?
 - Cuscuz, linguiça, pudim de leite, suco industrializado.
 - Cachorro quente, batata frita, torta de chocolate, pipoca.
 - Hambúrguer, refrigerante, doce de leite, pão de queijo
 - Carne, arroz, feijão, salada, fruta

2. Onde você aprendeu a identificar o que é uma alimentação saudável?
 - Com a família
 - Na escola
 - Através da televisão
 - Outros meios _____

3. Na sua escola são abordados temas relacionados à alimentação como uma prática de vida saudável?
 - sim, com muita frequência raramente
 - sim, com pouca frequência Nunca

4. Em caso afirmativo para a questão anterior, o tema é abordado em quais disciplinas?
 - Matemática
 - Português
 - História
 - Geografia
 - Ciências
 - Artes
 - Inglês
 - Educação Física

5. Qual/quais tema(s) da alimentação saudável é/são mais abordado(s) em sala de aula?
 - Hábitos alimentares
 - Obesidade
 - Desnutrição
 - Higiene da água
 - Higiene dos alimentos
 - Função dos nutrientes no organismo

6. Quais são as estratégias utilizadas pelo(s) professor(es) para abordar o tema?

- Aulas discursivas
- Seminários
- Trabalhos em grupo
- Apresentação de vídeos
- Gincanas
- outros: _____

EFEITO PRÁXIS (AÇÃO OU CONDUTA – DIANTE DO TEMA ABORDADO)

1. De acordo com o que você aprendeu na escola, os alimentos que existem em sua casa e que são consumidos por você e sua família podem ser considerados alimentos saudáveis?

- Sim, com muita frequência Raramente
- Sim, com pouca frequência Nunca

2. Na escola onde você estuda, existe a distribuição de merenda?

- Sim, com muita frequência Raramente
- Sim, com pouca frequência Nunca

3. Você consome a merenda distribuída em sua escola?

- Sim, com muita frequência Raramente
- Sim, com pouca frequência Nunca

4. Você gosta da merenda escolar?

- Sim, com muita frequência Raramente
- Sim, com pouca frequência Nunca

5. No cardápio oferecido pela merenda escolar, estão incluídas frutas, verduras e legumes?

- Sim, com muita frequência Raramente
- Sim, com pouca frequência Nunca

6. Na distribuição da merenda escolar são oferecidos sucos feitos naturalmente da fruta?

- Sim, com muita frequência Raramente
- Sim, com pouca frequência Nunca

7. Você, enquanto aluno, pode sugerir algum item no cardápio semanal da merenda escolar?

- Sim, com muita frequência Raramente
 Sim, com pouca frequência Nunca

8. Durante o calendário semanal, em algum dia da semana a escola estimula o consumo de frutas e verduras em seu cardápio?

- Sim, com muita frequência Raramente
 Sim, com pouca frequência Nunca

9. Em sua opinião os alimentos oferecidos na merenda escolar são os mesmos sugeridos como exemplo de uma alimentação saudável quando o tema é abordado em sala de aula?

- Sim, com muita frequência Raramente
 Sim, com pouca frequência Nunca

10. Em sua escola além da merenda escolar existe cantina ou vendedor ambulante que comercializa algum tipo de alimento?

- Sim, com muita frequência Raramente
 Sim, com pouca frequência Nunca

11. Você costuma comprar algo nas cantinas ou com os vendedores ambulantes?

- Sim, com muita frequência Raramente
 Sim, com pouca frequência Nunca

Se sim, o que costuma comprar?

12. Você acredita que os alimentos vendidos na cantina são melhores para sua saúde do que as refeições da merenda escolar?

- Sim, sempre Algumas vezes
 Não, Nunca Não sabe

13. Você acredita que o consumo de frutas e verduras pode ajudar na contribuição para prevenir doenças?

- Sim, contribuem muito Moderadamente
 Sim, contribuem pouco Não contribuem

14. O que mais influencia na escolha dos alimentos que você consome?

- Escola TV Internet
 Amigos Família Outros: _____.

15. Ao consumir um alimento, o que mais leva em consideração?

- Fome
 Valor nutricional dos alimentos
 Vontade de comer
 Sabor dos alimentos
 Rapidez de consumi-los

Apêndice E – Carta para direção da escola Municipal e Estadual e Itatuba

À direção da Escola:

S.R.(a) Diretor (a)

Prezado (a) senhor (a),

REBECA MAIRÃ DOS SANTOS NOBREGA RODRIGUES, aluna do Programa de Mestrado em Ciências da Educação da Universidade Autônoma de Assunção – (UAA), no Paraguai, está desenvolvendo a pesquisa intitulada Alimentação Saudável: análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais, que tem como objetivo geral Analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável por professores em uma escola pública do ensino fundamental no município de Itatuba tendo como base os PCNS transversais de saúde. Os objetivos específicos são: averiguar a formação acadêmica dos professores, atuantes nas séries do terceiro e quarto ciclo do ensino fundamental; identificar quais disciplinas aborda transversalmente o tema saúde relacionando a alimentação como hábito de vida saudável em sala de aula; descrever quais estratégias são utilizadas pelos professores para abordar o tema; identificar quais obstáculos os professores enfrentam para abordar o tema e avaliar se as estratégias abordadas tem efeito na práxis do aluno. Nesta perspectiva, a pesquisadora solicita a autorização de Vossa Senhoria para coleta, neste estabelecimento de ensino, através da aplicação de questionários e entrevistas, as informações necessárias a fim de que seus objetivos sejam alcançados de maneira satisfatória.

Informa, ainda, que no desenvolvimento de sua dissertação, os nomes dos profissionais ou integrantes voluntários desta pesquisa serão mantidos em sigilo, a fim de preservar-lhes a identidade.

Nestes termos, pede e aguarda deferimento,

Itatuba, ____ de _____ de _____.

Rebeca Mairã dos Santos N. Rodrigues

Direção da Escola

Apêndice F – TCLE :Termo de consentimento livre e esclarecido para menores de idade

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

1. Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa intitulada “Alimentação Saudável: Análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais”
2. Estas informações estão sendo fornecidas para sua participação voluntária neste estudo, que tem como objetivo analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável por professores em uma escola pública do ensino fundamental no município de Itatuba tendo como base os PCNS transversais de saúde.
3. A sua participação na pesquisa se dará por meio de uma entrevista com duração aproximada de 30 minutos, ou o tempo que achar necessário.
4. Não há riscos físicos previsíveis, no entanto poderá ocorrer algum desconforto relacionado com o procedimento da pesquisa (preenchimento da resposta da entrevista)
5. A partir desta pesquisa esperamos formar conhecimentos pertinentes às atividades envolvendo os temas sobre alimentação e nutrição nas escolas que pode ser um meio eficaz para melhorar o desempenho cognitivo dos alunos, assim como o estado nutricional das crianças e adolescentes, contribuindo para uma melhor qualidade de vida no futuro.
6. Garantia de acesso: em qualquer etapa do estudo você poderá ter acesso a pesquisadora responsável pela pesquisa para esclarecimento de eventuais dúvidas. Pesquisadora. Rebeca Mairã dos Santos Nobrega Rodrigues. Contato pelo telefone (83) 9-8803-4556, ou e-mail rebecanutripb@gmail.com.
7. É seu direito como um participante de uma pesquisa, continuar ou não voluntariamente neste estudo. Compreendendo sobre o que, como e porque o estudo está sendo feito. Caso opte por abandonar a participação no estudo, basta que entre em contato com a pesquisadora e manifeste sua intenção sem que precise oferecer qualquer justificativa para tal;
8. Direito de Confidencialidade: as informações obtidas serão analisadas em conjunto com as dos demais voluntários, não sendo divulgada a identificação de nenhum participante.

Consentimento Livre e Esclarecido

Acredito ter sido suficientemente informado (a) a respeito das informações que li a respeito da aplicação do instrumento que subsidiará a pesquisa referente a “Alimentação saudável: Análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais.”

Ficaram claros para mim, quais são os propósitos do estudo, os procedimentos a serem realizados, seus desconfortos e riscos, as garantias de confidencialidade e de esclarecimentos permanentes. Ficou claro também que minha participação é isenta de despesas. Concordo voluntariamente em participar deste estudo e poderei retirar meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidades ou prejuízo ou perda de qualquer benefício que eu possa ter adquirido, ou no meu atendimento neste serviço. Estou ciente de que receberei uma cópia deste documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa
ou do Responsável (menor de idade)

Assinatura da Pesquisadora

Apêndice G – TCLE – Termo de consentimento livre e esclarecido para professores e gestores**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

1. Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa intitulada “Alimentação Saudável: Análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais”
2. Estas informações estão sendo fornecidas para sua participação voluntária neste estudo, que tem como objetivo analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável por professores em uma escola pública do ensino fundamental no município de Itatuba tendo como base os PCNS transversais de saúde.
3. A sua participação na pesquisa se dará por meio de uma entrevista com duração aproximada de 30 minutos, ou o tempo que achar necessário.
4. Não há riscos físicos previsíveis, no entanto poderá ocorrer algum desconforto relacionado com o procedimento da pesquisa (preenchimento da resposta da entrevista)
5. A partir desta pesquisa esperamos formar conhecimentos inerentes de que boa alimentação pode refletir diretamente na saúde do indivíduo, e que as atividades envolvendo os temas sobre alimentação e nutrição nas escolas pode ser um meio rápido e eficaz para melhorar o estado nutricional das crianças e adolescentes.
6. Garantia de acesso: em qualquer etapa do estudo você poderá ter acesso a pesquisadora responsável pela pesquisa para esclarecimento de eventuais dúvidas. Pesquisadora. Rebeca Mairã dos Santos Nobrega Rodrigues. Contato pelo telefone (83) 9-8803-4556, ou e-mail rebecanutripb@gmail.com.
7. É seu direito como um participante de uma pesquisa, continuar ou não voluntariamente neste estudo. Compreendendo sobre o que , como e porque o estudo está sendo feito. Caso opte por abandonar a participação no estudo, basta que entre em contato com a pesquisadora e manifeste sua intenção sem que precise oferecer qualquer justificativa para tal;
8. Direito de Confidencialidade: as informações obtidas serão analisadas em conjunto com as dos demais voluntários, não sendo divulgada a identificação de nenhum participante.

Consentimento Livre e Esclarecido

Acredito ter sido suficientemente informado (a) a respeito das informações que li a respeito da aplicação do instrumento que subsidiará a pesquisa referente a “Alimentação saudável: Análise da abordagem do tema saúde no contexto educacional através dos PCNS transversais.”

Ficaram claros para mim, quais são os propósitos do estudo, os procedimentos a serem realizados, seus desconfortos e riscos, as garantias de confidencialidade e de esclarecimentos permanentes. Ficou claro também que minha participação é isenta de despesas. Concordo voluntariamente em participar deste estudo e poderei retirar meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidades ou prejuízo ou perda de qualquer benefício que eu possa ter adquirido, ou no meu atendimento neste serviço. Estou ciente de que receberei uma cópia deste documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa

Assinatura da Pesquisadora

Apêndice H – Termo de Assentimento para menor de idade.**TERMO DE ASSENTIMENTO****(no caso do menor)**

Você está sendo convidado (a) como voluntário (a) a participar da pesquisa ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: ANÁLISE DA ABORDAGEM DO TEMA SAÚDE NO CONTEXTO EDUCACIONAL ATRAVÉS DOS PCNS TRANSVERSAIS. Neste estudo pretendemos analisar a aplicabilidade do tema alimentação saudável por professores em uma escola pública do ensino fundamental no município de Itatuba tendo como base os PCNS transversais de saúde. O motivo que nos leva a estudar esse assunto é que uma boa alimentação pode refletir diretamente na saúde do indivíduo, e que as atividades envolvendo os temas sobre alimentação e nutrição nas escolas pode ser um meio rápido e eficaz para melhorar o estado nutricional das crianças e adolescentes.

Para este estudo adotaremos o seguinte procedimento: Aplicação de um questionário com perguntas fechadas que estão relacionadas ao objetivo desta pesquisa. Para participar deste estudo, o responsável por você deverá autorizar e assinar um termo de consentimento. Você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Você será esclarecido (a) em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se. O responsável por você poderá retirar o consentimento ou interromper a sua participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido (a) pelo pesquisador que irá tratar a sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Você não será identificado em nenhuma publicação. Este estudo apresenta risco mínimo, isto é, o mesmo risco existente em atividades rotineiras como conversar, tomar banho, ler etc.

Os resultados estarão à sua disposição quando finalizada. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a permissão do responsável por você. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 anos, e após esse tempo serão destruídos. Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida a você.

Eu, _____, portador (a) do documento de Identidade (opcional) _____ (se já tiver documento), fui informado (a) dos objetivos do presente estudo de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações, e o meu responsável poderá modificar a decisão de participar se assim o desejar. Tendo o consentimento do meu responsável já assinado, declaro que concordo em participar desse estudo. Recebi uma cópia deste termo assentimento e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Itatuba- PB, ____ de _____ de 20____.

Assinatura do (a) menor

Assinatura da pesquisadora

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, você poderá consultar:

PESQUISADORA RESPONSÁVEL: Rebeca Mairã
dos Santos Nobrega Rodrigues
ENDEREÇO: Rua Silvino Chaves, 964 – Manaíra.
JOÃO PESSOA – PB – CEP: 58038-420.
FONE: (83) 988034556 / E-MAIL:
rebecanutripb@gmail.com

