O PAPEL DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL E A RESPONSABILIDADE DO PROFESSOR NO QUESITO FORMAÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS

THE ROLE OF HEALTHY FOOD IN THE CHILD DEVELOPMENT PROCESS AND THE TEACHER'S RESPONSIBILITY IN THE HEALTHY HABIT FORMATION ISSUE

Flávia Assunção de Oliveira[1]
Maria Luisa de Oliveira[2]
Anna Rebeka O. Ferreira[3]
Márcio Fraiberg Machado[4]

RESUMO: A OMS (Organização Mundial de Saúde) nos alerta que 41 milhões de crianças com até 5 anos são obesas. Diante de tal preocupação o assunto alimentação saudável tem sido um dos temas atuais em discussão. Esta pesquisa objetivou demonstrar a relevância da figura do professor, frente a formação de hábitos saudáveis de seus alunos, de modo que auxiliem na construção de um pensamento que defende a importância da alimentação saudável como componente essencial na constituição do ser integral. Foi realizada uma pesquisa qualitativa do tipo revisão bibliográfica, feita através de um levantamento de dados, no qual foram pesquisados artigos referentes à temática abordada em bases de dados como: Scielo (*Scientific Electronic Library Online*), Capes (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) e BVS (Biblioteca Virtual e Saúde). Os resultados obtidos revelam a existência de uma carência de estudos relacionados à formação de estratégias de ensino no quesito relacionado à alimentação saudável, dificultando assim a prática dos professores em relação ao assunto. Conclui-se que é necessário a elaboração de estratégias de ensino que visem um aprofundamento maior ao tema, e que haja uma conscientização mútua, por parte de pais e professores quanto à sua responsabilidade como incentivadores de bons hábitos alimentares.

Palavras-Chave: Alimentação saudável; Obesidade infantil; Escola; Anos iniciais; Professor;

[1] Acadêmica de Graduação em Pedagogia, Faculdade Adventista Paranaense, Ivatuba, Paraná
[2] Acadêmica de Graduação em Pedagogia, Faculdade Adventista Paranaense, Ivatuba, Paraná
[3] Acadêmica de Graduação em Enfermagem, Faculdade Adventista Paranaense, Ivatuba, Paraná
[4] Docente de Ensino em Ciências, Depto de Educação. Faculdade Adventista Paranaense, Ivatuba, Paraná

ABSTRACT: The OMS – *Organização Mundial de Saúde* (World Health Organization) warns that 41 million children up to 5 years of age are obese. Faced with such concern, the issue of healthy eating has been one of the current issues under discussion. The aim of this research was to demonstrate the relevance of the teacher's figure to the formation of healthy habits of his students, so that they help in the construction of a thought that defends the importance of healthy eating as an essential component in the constitution of the integral being. A qualitative research of the bibliographic review type was done, through a data survey, in which articles were searched about the subject approached in databases such as Scielo (Scientific Electronic Library Online), Capes - *Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior* (Coordination of Perfectioning of Personnel at the Superior Level) and BVS - *Biblioteca Virtual e Saúde* (Virtual Library and Health). The results show that there is a lack of studies related to the formation of teaching strategies in relation to healthy eating, thus making it difficult for teachers to practice the subject. It is concluded that it is necessary to elaborate teaching strategies that aim at a deeper understanding of the subject, and it is important there be mutual awareness among parents and teachers about their responsibility as promoters of good eating habits.

Keywords: Healthy eating; Child obesity; School; Initial years; Teacher;

INTRODUÇÃO

O homem sempre teve como objetivo sanar suas necessidades básicas, desde os primórdios esteve preocupado em sobreviver e para isso sempre buscou se localizar onde havia acesso à água e comida. A alimentação é um ato voluntário e consciente, o homem é intrinsecamente conduzido a buscar meios de se alimentar, e é seletivo ao fazê-lo, essa prática é condizente à quantidade, tipo e aquilo que seleciona como comestível e aceitável.

Segundo Rodrigues, et al (2009), é indiscutível que esse aspecto se adequa a situação que esse indivíduo se encontra, ao se encontrar em um cenário de fome e miséria, por exemplo, o homem acaba se adaptando conforme aquilo que tem à disposição.

O homem pré-histórico já desenvolvia práticas de sobrevivência em relação ao alimento, e isso se dava ao manejo dessa comida e a forma de conservação da mesma. Mesmo antes de controlar a agricultura e criar seu próprio rebanho, ele estava preocupado em manter reservas daquilo que caçava ou colhia, refere-se Herculano, et al (2010).

Com o tempo a tecnologia em relação aos alimentos foi se aprimorando, e o homem conforme as circunstâncias, foi se adaptando. No cenário de hoje, a economia entra no jogo, e é um dos fatores predominantes para que esse acesso seja escasso ou em excesso.

Alimentação saudável e suas implicações do desenvolvimento Infantil

A alimentação saudável já nos primeiros anos de vida é de extrema importância a todos nós. É na infância que o ser humano desenvolve suas capacidades, e é nos alimentos que se encontram os nutrientes necessários para que o organismo desempenhe o seu papel, de modo que se obtenha um desenvolvimento mental e físico agindo de maneira eficaz.

Nesta perspectiva, Fechine, et al (2016), coadunando ao pensamento, comenta sobre a importância de se obter uma conscientização primeiramente dos pais e posteriormente, porém não menos necessária, dos professores, sobre a relevância de promover uma conscientização em relação ao assunto, pois torna-se fundamental para o desenvolvimento integral do sujeito

A falta de nutrientes no cérebro pode causar diversos déficits, como a dificuldade no desempenho cognitivo e perda de funções básicas do cérebro como: memória, concentração, aquisição do aprendizado, entre outras. Segundo Souza (2000), a alimentação adequada para o cérebro tem grande influência, uma vez que a maturidade emocional e intelectual está atrelada aos nutrientes recebidos pelas células nervosas e outras células sujeitas.

De acordo com Póvoa (2005, p.9), “as aptidões cognitivas determinarão a resposta que daremos aos estímulos externos, de modo que novas conexões sejam criadas ampliando mais nossas possibilidades de aprendizados, descobertas, inovações e invenções”.

Alimentar-nos corretamente é um dos meios eficazes para que nosso cérebro desempenhe suas funções de modo efetivo, proporcionando ao indivíduo uma resposta convincente às exigências propostas por esta sociedade, ressalta Weber, et.al (2015).

.

Professor: personagem preponderante na formação dos bons hábitos alimentares

É na puerícia que a criança constrói seus hábitos alimentares e que consequentemente vai se tornando o seu estilo de vida. O papel do adulto neste momento é de extrema importância, uma vez que este exerce influência direta na vida das crianças. Seus costumes alimentares servirão como exemplo no que se refere à formação dos hábitos dos menores. As experiências obtidas na infância

refletirão em sua forma de agir à medida que amadurecem. Seus hábitos serão determinados neste período, revela Soares, et al (2009).

Neste contexto a família, escola e sociedade, exercem um papel direto na formação da consciência alimentar dos indivíduos. Por sua vez, é requerido às escolas que incluam no processo de ensino, em ciências especificamente, a educação alimentar, que nortearão os alunos em seus hábitos diários. Além do mais estas instituições necessitam incluir em seus cardápios uma alimentação adequada, que contribuam ao desenvolvimento do aluno, influenciando seu rendimento escolar, (Lei n° 11.947, Art.° 2).

De acordo com Davanço, et al (2004), o professor dos anos iniciais torna-se um grande agente influenciador neste processo de aquisição de práticas alimentares. Seu tempo com os alunos e a afetividade criada, torna-o peça fundamental no quesito influenciador de bons hábitos. Predispondo de recursos lúdicos, o educador possui artifícios didáticos capaz de criar um ambiente satisfatório, desenvolvendo uma aprendizagem significativa, levando o aluno à uma interiorização de conceitos indispensáveis à formação do aluno.

JUSTIFICATIVA

A Educação Alimentar e Nutricional se constitui em um tema amplamente discutido atualmente, pois as suas implicações podem afetar os indivíduos ao longo de toda a vida. Pesquisas nas áreas da Saúde e Educação, como (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 2018), têm voltado a sua atenção para o alto índice de obesidade infantil e os problemas oriundos desta para a saúde física, mental e emocional das crianças em fase de formação, seja no espaço escolar ou em outros espaços nas suas interações sociais.

Diante do panorama apontado nas pesquisas, emerge a necessidade de uma ênfase na promoção da saúde, a partir de programas voltados para o desenvolvimento de uma alimentação saudável e equilibrada, acompanhada de atividade física, levando em consideração que sua ausência ocasiona o sedentarismo que atualmente, no século XXI, é um fator de risco e desencadeador de doenças, de acordo com Mendes (2006). com vistas a dirimir o paradigma sedentário tão presente na geração do século XXI.

Nesta perspectiva, a escola desempenha um papel preponderante, pois como espaço institucional voltado para a formação dos sujeitos, com vistas à sua inserção para a cidadania e mercado, abarca um período considerável da vida destes, ou seja, acompanha os indivíduos desde a infância até a idade adulta. Por isso, a escola, possui em mãos, a partir de seus agentes e em parcerias com instituições voltadas para a promoção da saúde, a possibilidade de promover projetos voltados

não apenas para a reeducação, mas preponderantemente para a Educação Alimentar e Nutricional, objetivando a estruturação de hábitos saudáveis na infância, preparando os sujeitos para a vida adulta, como defende Mendes (2006), entendendo que a mudança de hábitos já instalados nessa fase é mais difícil de ser trabalhada, e aqueles que já são formados na infância tendem a se perpetuar quando adultos.

Ressalte-se que existem Políticas Públicas voltadas para a Saúde no Brasil referentes à promoção da saúde e prevenção, como a Lei n° 11.947, Art. 2°, referindo-se à importância do tema alimentação ser trabalhado como educação e não somente como reeducação, partindo da priori que o assunto deve ser apresentado desde a infância e não somente no processo de reestruturação de bons hábitos já na fase adulta.

Deve-se fazer menção do papel influenciador que exerce a sociedade aos indivíduos. Para que se entenda a dimensão desta responsabilidade, a constituição de 1988 é bem clara ao abordar o assunto saúde como direito fundamental do cidadão com enfoque especial. No Art.196, da Constituição Brasileira de 1988, encontra-se a seguinte mensura

> A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantindo mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação (BRASIL, 1988)

Dando ênfase à relevância da discussão, a OMS, no dia 04 de abril de 2018 publicou uma diretriz, cujo o objetivo é de fornecer orientações para que órgãos interessados no que se refere à educação alimentar para bebês e crianças, obtenham direcionamento sobre o assunto. A discussão dirige-nos à um patamar preocupante. Segundo a agência especializada,

De acordo com a ONU (Organização das Nações Unidas), a obesidade infantil tem sido preocupante, estima-se que 41 milhões de crianças com idade abaixo de 5 anos são obesas ou estão acima do peso no mundo. Fator que permite ratificar a importância de se trabalhar o assunto Alimentação Saudável, estabelecendo e apresentando assim a formação de bons hábitos desde a tenra idade, visando a diminuição no índice de obesidade infantil e a formação da compreensão do papel da família, da escola e da sociedade neste tema.

O ambiente domiciliar, segundo Silva, et al (2015), representa um fator de proteção à adesão de dietas saudáveis e controle de peso entre adolescentes, por desenvolver a maior participação dos familiares no controle de escolhas, compra e preparo dos alimentos".

Neste processo da Educação Alimentar e Nutricional, a família desempenha um papel preponderante, pois no seio familiar ocorre a consolidação do que é difundido na escola, desta forma, é indispensável que a família tenha compreensão de sua responsabilidade, não somente no processo de reestruturação dos hábitos, mas na educação primordial, uma vez que os pais têm autonomia para estimular a constância dos hábitos e participação direta na aquisição dos costumes rotineiros.

Partindo do pressuposto que a Lei nº 12.796, de 4 de abril de 2013 trouxe alterações à LDB (Lei de Diretrizes e Bases) n°. 9394/96, no que diz respeito à Educação Infantil, onde a partir desta normativa, as crianças devem ser matriculadas a partir dos 4 anos percebe-se um aumento do período da criança no espaço escolar e, portanto, urge uma atenção não somente aos aspectos acadêmicos pertinentes à escola, mas ao desenvolvimento de práticas adequadas voltadas para a saúde, com vistas ao não comprometimento do desenvolvimento infantil.

Em relação a escola, é notório, que a mesma vem assumindo outras atribuições sociais para além da disseminação do conhecimento científico tornando-se uma extensão do lar. Os méritos que perpassam agora também à escola, no quesito Educação Alimentar e Nutricional, em virtude de que a criança receberá orientações a respeito do assunto, não somente pelos pais, mas também dos professores e outros componentes da escola, como é defendido pela (PORTARIA INTERMINISTERIAL Nº 1.010, DE 08 DE MAIO DE 2006), que se trata da instituição da promoção de saúde nas escolas de âmbito nacional, públicas e privadas.

As práticas de promoção e estímulos oferecidos pela mesma, através de jogos, brincadeiras, desafios ou qualquer prática que promovam o incentivo aos alunos e o desejo de cooperação e interação nesse processo de conscientização, contribuirá para esse processo. Não excluindo, portanto, a parte das instituições de ensino como propulsoras de bons hábitos (SOUZA, 2005).

Os PCNs (Parâmetros Curriculares Nacionais), cujo objetivo é o estabelecimento de diretrizes e orientações aos educadores das redes privadas e públicas, instituem além das disciplinas convencionais, seis temas transversais: ética, pluralidade cultural, meio ambiente, saúde, orientação sexual, trabalho e consumo, procurando a integração com as demais disciplinas. O objetivo consiste em proporcionar um trabalho harmonioso no espaço escolar voltado para a temática da alimentação saudável, integrando a família, os espaços sociais de interação; enquadrando o papel do governo com suas políticas públicas e sociais neste contexto (BRASIL, 1998).

Entendendo a necessidade de se trabalhar de forma harmônica os aspectos: físico, mental e emocional, e levando em consideração a importância para que o desenvolvimento do indivíduo seja pleno, fica explícito que é de responsabilidade de todos, que a mesma seja assegurada de forma que eficaz, através da família, escola e sociedade. Consea (2004, p.81) afirma que

> A alimentação e nutrição adequadas constituem direitos fundamentais do ser humano. São condições básicas para que se alcance um desenvolvimento físico, emocional e intelectual satisfatório, fator determinante para a qualidade de vida e o exercício da cidadania. Se for verdade que, muitas vezes, a falta de recursos financeiros é o maior obstáculo a uma alimentação correta, também é fato que ações de orientação e educativas têm um papel importante no combate a males como a desnutrição e a obesidade. Ao chamar a atenção de crianças e adolescentes para os benefícios de uma alimentação equilibrada, a escola dá a sua contribuição para tornar mais saudável a comunidade em que se insere.

Como mencionado anteriormente, a escola passa a ser instrumento influenciador na vida das crianças, e a prática dos bons hábitos deve ser adquirida de maneira lúdica e palpável às mesmas. Requer do professor um ensino que auxilie os alunos a entenderem a necessidade de formar hábitos, que serão relevantes para seu desenvolvimento.

Dados atuais da OMS foram oportunos como referencial da pesquisa, uma vez que o assunto é objeto de estudo hodierno para tal órgão. Essa nova diretriz divulgada em 04 de abril de 2018, traz como proposta, o enfrentamento da obesidade infantil, entendendo que é de suma importância a discussão dessa temática e orientando os órgãos de saúde responsáveis, para que o assunto seja tratado desde a infância e não somente com os adultos.

Tendo em vista a extrema importância do assunto alimentação saudável no processo de desenvolvimento integral da criança, entende-se que as mesmas fazem escolhas com a influência direcionada pelo ambiente que vive e o desenvolvimento social e econômico que as rodeia, é o que defende a OMS (2017) em relato divulgado.

Entende-se que bem como a função da família e da escola neste processo de aquisição de hábitos, buscou-se então por meio da pesquisa aqui apresentada, demonstrar a relevância da figura do professor, frente a formação de hábitos saudáveis de seus alunos, de modo que auxiliem na construção de um pensamento que defende a importância da alimentação saudável como componente essencial na constituição do ser integral.

Diante do exposto, o artigo em evidência teve como objetivo geral de estudo: Analisar o interesse à discussão do papel do professor nos anos iniciais; de maneira que, os objetivos específicos salientam: Averiguação da relação existente entre obesidade infantil e aprendizagem, compreender as influências positivas e negativas exercidas por pais e professores no que se diz respeito aos hábitos alimentares, relatar a importância da escola implantar estratégias de ensino para que haja uma estimulação na formação dos bons hábitos alimentares.

METODOLOGIA

A metodologia se trata dos métodos e dos instrumentos necessários para a construção de um trabalho científico, que indicará a forma e o tipo de pesquisa realizada. Segundo Severino (2002), é na metodologia que devemos deixar claro o tipo de métodos que vamos utilizar durante a realização da pesquisa.

A natureza do presente projeto de pesquisa é qualitativa de caráter descritivo exploratório. entendemos ser relevante para identificar novas situações, investigar novas possibilidades e descobrir novas ideologias. Segundo Zikmund (2000), visa esclarecer e delinear a natureza da problemática, abrindo o caminho para novas investigações a partir de um pressuposto. A pesquisa exploratória permite explicar ao leitor uma temática utilizando explicações alternativas, viabilizando vislumbres diferentes.

Visando explorar determinado assunto por intermédio de diversos pontos de vista, procurou-se demonstrar as diversas linhas de pensamento de determinada temática, tendo como objetivo discorrer sobre a importância da alimentação saudável na formação do aluno na educação infantil, percebida por diferentes autores, bem como a atribuição do professor no processo de formação dos hábitos saudáveis.

As fontes usadas serão primárias e secundárias, buscando trazer citações que corroborem para a relevância do tema, através do estudo de artigos que tratem do assunto alimentação saudável, e desenvolvimento do ser humano.

Para o levantamento de dados foram pesquisados artigos referentes à temática abordada em bases de dados como: Scielo (Scientific Electronic Library Online), Capes (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) e BVS (Biblioteca Virtual e Saúde). Artigos referentes aos seguintes assuntos foram enfatizados: Alimentação saudável, investigando estritamente o âmbito educacional, e na obesidade infantil e a suas implicações à aprendizagem.

Para critério de seleção foram escolhidos artigos entre o período de 2013 a 2017, usando como filtro a escolha do idioma português, e usando as seguintes palavras chaves: alimentação saudável, obesidade infantil, ensino, aprendizagem, escola e professor. A averiguação adentrou-se em artigos, excluindo de sua seleção teses, artigos de jornais, livros, recursos textuais, artigos não relevantes à temática, pesquisas estrangeiras e publicações anteriores ao ano de 2013.

Diante desta filtragem obtivemos artigos referentes ao tema e alguns que fugiram do contexto por serem voltados à área da saúde e por não abrangerem a faixa etária dos anos iniciais, critério proposto no objetivo do presente estudo. Diante da apuração, 22 artigos (quadro 1) foram usados como enfoque da discussão.

Quadro 1: Resultados obtidos através da filtragem

Base de Dados	Total de Busca	Fora do Contexto	Sem Texto Completo	Seleção Final
BVS	5	2	0	2
CAPS	110	9	04	13
Scielo	27	13	0	7

Fonte: Construção dos autores

Após a análise bibliográfica o trabalho foi dividido em três categorias: A primeira faz uma abordagem sobre a relação existente entre a obesidade infantil e a aprendizagem; a segunda se refere à influência exercida pelos pais e professores na aquisição de bons hábitos alimentares, e por fim, buscar apresentar estratégias de ensino existentes para a formação de hábitos alimentares saudáveis, enfatizando a importância dos mesmos. Tabelou-se os dados referente a busca, exposta (Quadro 2), contendo as seguintes informações: autor, título, revista e o ano de publicação, visando facilitar a compreensão e visualização dos temas referenciados.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Quadro 2: Relação existente entre Obesidade Infantil e aprendizagem

Autor	Título do artigo	Revista	Ano de Publicação
PINTO, NUNES, MELLO.	Análise dos fatores associados ao excesso de peso em escolares	Revista Paulista de Pediatria	2015
Araújo et.al.	O impacto da educação alimentar e nutricional na prevenção do excesso de peso em escolares: Uma revisão bibliográfica	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento	2017
BONÉ, BONITO,CALDEIRA	Capacitação de crianças com dificuldades intelectuais para boas práticas alimentares	Holos	2015
Kneipp et al.	Excesso de peso e variáveis associadas em escolares de Itajaí, Santa Catarina, Brasil	Ciência & Saúde Coletiva	2015

CARVALHO, BELÉM, ODA	Sobrepeso e obesidade em alunos de 6-10 anos de escola estadual de Umuarama/PR	Portal Regional da BVS Informação e Conhecimento para a Saúde	2017
Parente Albuquerque et al.	Relação da obesidade com o comportamento alimentar e o estilo de vida de escolares brasileiros	Revista Nutrición Clínica Dietética Hospitalaria	2016

Fonte: Construção dos autores

Os artigos referenciados fazem alusão as dificuldades encontradas na alimentação correta e direcionada das crianças, levando em consideração o fator mais explícito dessa dieta incorreta, o excesso de peso, consequência de uma alimentação imprópria, desprovida de nutrientes necessários à formação cognitiva, ao inadequado desenvolvimento intelectual.

Boné, Bonito e Caldeira (2015) referem-se à alimentação adequada como sendo o fundamento da existência do ser humano, contribuindo na formação do ser integral e harmônico do indivíduo, além da formação dos bons hábitos, práticas e comportamentos.

As práticas errôneas na infância, que incluem a escassez no consumo de frutas, verduras, hortaliças, tem sido um dos fatores associados ao ganho de peso excessivo, denominado obesidade, que como mostra pesquisa realizada por Parente Albuquerque (2016) tem desencadeado esses sintomas já nos primeiros anos. Fator que está diretamente associado com as doenças crônicas agravadas na vida adulta. Corroborando com está pesquisa, Carvalho (2017) afirma que a obesidade desenvolvida na infância, no Brasil, tem sido preponderante para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares no adulto.

Tais problemas originados devido à obesidade infantil, tem implicações que perpassam problemas crônicos. Mas, segundo estudos de Kneipp et al (2015), o assunto obesidade infantil implica diretamente à discriminação entre indivíduos, desfavorecendo o desenvolvimento social, trazendo de fato, consequências diretas à vida profissional do indivíduo. Nesse ínterim a ação dos responsáveis e dos professores (quadro 3), é fundamental a uma dieta equilibrada.

Quadro 3: Influência alimentar exercida por pais e professores

Autor	Título do artigo	Revista	Ano de publicação

BENTO, ESTEVES, FRANÇA	Alimentação saudável e dificuldades para torná-la uma realidade: percepções de pais/responsáveis por pré-escolares de uma creche em Belo Horizonte/MG, Brasil	Ciência & Saúde Coletiva	2015
Xavier et al.	Prevalência de sobrepeso e obesidade em alunos de uma escola pública	Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício	2015
Fechine et al.	Percepção dos pais e professores sobre a influência dos alimentos industrializados na saúde infantil	Revista Brasileira em Promoção da Saúde	2015
Freitas et al.	Escola: lugar de estudar e de comer	Ciência & Saúde Coletiva	2013
Pedraza et al.	Hábitos alimentares de escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil.	Ciência & Saúde Coletiva	2017
HÖFELMANN, MOMM	Café da manhã: omissão e fatores associados em escolares de Itajaí, Santa Catarina, Brasil	SBAN (Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição)	2014
Juzwiak CR et al.	A experiência da Oficina Permanente de Educação Alimentar e em Saúde (OPEAS): formação de profissionais para a promoção da alimentação saudável nas escolas	Ciência & Saúde Coletiva	2013
Rocha, A. S.; Facina, V. B.	Professores da rede municipal de ensino e o conhecimento sobre o papel da escola na formação dos hábitos alimentares dos escolares	Ciênc. Educ., Bauru	2017
SOUZA, Thais; FONSECA, Alexandre.	Análise crítica de saberes e práticas sobre alimentação de profissionais de saúde e de educação	Trab. Educ. Saúde, Rio de Janeiro	2015
Flores-Peña Y, et. al	Estratégias maternas referentes à alimentação e à atividade física e sua relação com o estado nutricional dos filhos	Rev. Latino-Am. Enfermagem	2014

Santos DFB et al	Implicações da pouca preocupação e percepção familiar no sobrepeso infantil no município de Curitiba, PR, Brasil	Ciência & Saúde Coletiva	2017

Fonte: Construção dos autores

Os artigos apresentados neste quadro referem-se aos pais e professores como principais agentes no desenvolvimento da conscientização de hábitos alimentares. Os estudos expostos na tabela mostram a relação existente no comportamento alimentar do filho e os costumes rotineiros vivenciados pelos pais. Por consequência, o professor exerce papel de estimulador na continuação dos bons hábitos adquiridos em casa ou na reestruturação de costumes inadequados já obtidos.

Fechine (2015), menciona em seu estudo a correlação dos hábitos alimentares inadequados atrelado à influência da mídia sobre os pais dos alunos, que mesmo sabendo dos malefícios causados pelo uso de produtos industrializados, ainda assim optam por seu consumo. Assim como escolas, que em sua merenda escolar elegem estes produtos, muitas vezes, como componentes primordiais.

Entendendo o papel social da escola, Rocha e Facina (2017) relatam a importância da mesma ao desenvolver a estimulação da conscientização alimentar (quadro 4). Suas práticas educacionais devem estar atreladas às leis de promoção da saúde nas instituições, assim como pais e a comunidade devem estar integrados no esforço em transformar a escola em um ambiente saudável.

Quadro 4: Estratégias de ensino para a formação de hábitos alimentares saudáveis

Autor	Título do artigo	Revista	Ano de publicação
CASEMIRO, FONSECA, SECCO	Promover saúde na escola: reflexões a partir de uma revisão sobre saúde escolar na América Latina	Ciência & Saúde Coletiva	2014
Silva	Políticas e práticas de promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis nas crianças e jovens do conselho de Torres Vedras	Revista Portuguesa de Saúde Pública	2013
AP WEBER et. al	Adesão aos “10 passos da alimentação saudável para crianças” e fatores associados em escolares	Rev. de Nutrição, Campinas	2015
Raphaelli, C. O. et al.	Adesão e aceitabilidade de cardápios da alimentação escolar do ensino fundamental de escolas de zona rural	Braz. J. Food Technol.	2017

Romanholo et al.	Estudos epidemiológicos e a obesidade em escolares	Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício	2016

Fonte: Construção dos autores

No que diz respeito a análise desse trabalho, foram expostos artigos relacionados às estratégias de ensino, que servirão como apoio na formação dos bons hábitos alimentares. Olhando por um nuance educativo, entende-se que o educando encucará os conceitos referentes a esses hábitos, através de práticas diferenciadas e lúdicas.

Reportando-se à ideia de que hoje, a maior parcela das crianças possui acesso à educação, promover saúde no ambiente escolar é uma excelente forma de conscientizar, tendo como um dos objetivos prevenir eventuais doenças. Diante disso, segundo Casemiro, Fonseca & Secco (2014) é preciso que as instituições educacionais criem estratégias de promoção neste sentido, de forma que haja um melhoramento no bem-estar dos integrantes da comunidade educativa.

Entendendo a relevância da discussão Romanho (2016) coaduna com a ideia ao discorrer em suas considerações a importância de se promover políticas educativas que proponham ações diretas ao enfrentamento desses hábitos inadequados desenvolvidos pelos escolares.

Percebeu-se uma escassez de estudos referentes ao tema abordado neste objetivo. Entende-se a necessidade de mais pesquisas que se aprofundem nesta questão, de modo que venham a contribuir como apoio pedagógico às escolas, e que as mesmas entendam o assunto alimentação saudável como item primordial em seus currículos, compreendendo não apenas o que ensinar, mas como ensinar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O referente artigo foi elaborado com o intuito de apontar o papel que o professor possui como agente ativo no processo de aquisição de bons hábitos alimentares do aluno, considerando que esses hábitos são pré-estabelecidos em casa, pela família, na medida em que o aluno é inserido na escola, o professor acaba atuando como responsável pela continuidade desses hábitos já adquiridos.

Entende-se que tais hábitos estabelecidos no período pré-escolar, podem ser em sua maioria positivos, e também negativos, cabe ao educador trabalhar a reestruturação dentro da sala de aula. Compreendendo assim que esses hábitos podem comprometer a aprendizagem do aluno.

Tendo em vista que o professor, assim como os pais, é aquele que passa grande parte do tempo com o aluno, entende-se que compete ao mesmo intensificar o trabalho em relação a práticas que

desenvolvam e estabeleçam uma conscientização sobre o tema da alimentação saudável, acarretando à uma mudança dos hábitos errôneos. A escola deve dar o auxílio e devida atenção a esse assunto, acatar parâmetros já existentes em relação ao tema, e cientificar-se que além da educação, que é direito de todos os alunos, a saúde alimentar também tem papel preponderante nas escolas e é fator que implica na formação do indivíduo.

A partir desta compreensão, estratégias para a aquisição de bons hábitos alimentares devem ser criadas pela escola, de maneira que a mesma trabalhe sua realidade e regularidades. Essas estratégias devem ser abordadas de forma lúdica e significante, cabe ao professor estabelecer esses métodos de maneira diferenciada e pautadas na interdisciplinaridade e com enfoque no ensino em ciências.

A presente discussão abordando o tema do papel do professor no processo de aquisição de hábitos saudáveis, deve ser mais trabalhado e ganhar maior destaque, para que novas estratégias de ensino sejam estabelecidas e estruturadas no âmbito educacional. A temática necessita de mais pesquisas, onde professores possam apresentar as ferramentas que vêm utilizando, para que outros educadores possam se apropriar dos estudos e reestruturar suas práticas.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, A.; FERREIRA, V.; NEUMANN, D.; MIRANDA, L.; PIRES, I.; et.al. O impacto da educação alimentar e nutricional na prevenção do excesso de peso em escolares: Uma revisão bibliográfica. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimen**to, p. 94-105, 2017.

BENTO, I.; ESTEVES, J.; FRANÇA, T.; Alimentação saudável e dificuldades para torná-la uma realidade: percepções de pais/responsáveis por pré-escolares de uma creche em Belo Horizonte/MG, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, p. 2389 - 2400, 2015.

BONÉ, M. A.; BONITO, J; CALDEIRA, V; Capacitação de crianças com dificuldades intelectuais para boas práticas alimentares. **Holos**, p. 212-224, 2015.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: **Senado Federal: Centro Gráfico**, Art. 196. 1988.

BRASIL. **Lei n° 11.947, de 16 de junho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. Brasília, 26 de junho de 2009a. Disponível em: www.planalto.gov.br/ccivil_3_/ato- 2007/2010/2009/Lei/L11947>.htm. Acesso em: 31 mai. 2018.

BRASIL. Ministério da Educação. Parâmetros Curriculares Nacionais - Ensino Fundamental. Brasília: MEC. **Secretaria de Educação**, 1998.

CARVALHO, A.; BELÉM, M.; ODA, J.; Sobrepeso e obesidade em alunos de 6-10 anos de escola estadual de Umuarama/PR. **Portal Regional da BVS Informação e Conhecimento para a Saúde,** p. 3-12. 2017.

CASEMIRO, J.; FONSECA, A.; SECCO, F.; Promover saúde na escola: reflexões a partir de uma revisão sobre saúde escolar na América Latina. **Ciência & Saúde Coletiva**, p. 829-840, 2014

CONSEA. Alimentação e educação nutricional nas escolas e creches. Olinda-RE: In: **CONFERÊNCIA NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR**. Relatório final. 2004, 2° ed.

DAVANÇO, G.M., TADDEI, J.A.A.C., GAGLIANONE, C.P. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a Curso de Educação Nutricional. Campinas-SP. **Revista Nutrição**. p. 177-184, 2004.

FECHINE, Á. et al.; Percepção dos pais e professores sobre a influência dos alimentos industrializados na saúde infantil. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, p. 16-22, 2015.

FREITAS, M. et al.; Escola: lugar de estudar e de comer. **Ciência & Saúde Coletiva**, p. 979 -985, 2013.

FLORES-PEÑA, Y. et. al; Estratégias maternas referentes à alimentação e à atividade física e sua relação com o estado nutricional dos filhos. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, p. 286-292. 2014.

HERCULANO, T. et al.; Alimentação saudável: O papel da escola na construção de novos hábitos.**Universidade do Vale do Paraíba**, Brasil, p.1-4, 2010.

HÖFELMANN, D.; MOMM, N.; Café da manhã: omissão e fatores associados em escolares de Itajaí, Santa Catarina, Brasil. **SBAN (Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição)**, p.40 - 55, 2014.

JUZWIAK, C. et al.; A experiência da Oficina Permanente de Educação Alimentar e em Saúde (OPEAS): formação de profissionais para a promoção da alimentação saudável nas escolas. **Ciência & Saúde Coletiva**, p. 1009-1018, 2013.

KNEIPP, C.; HABITZREUTER, F.; MEZADRI, T.; HOFELMANN, D.; Excesso de peso e variáveis associadas em escolares de Itajaí, Santa Catarina, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, p. 2411-2422, 2015.

MENDES, M. J. F. L. et al. Associação de fatores de risco para doenças cardiovasculares em adolescentes e seus pais. Recife. **Revista Brasileira de Saúde Materna e Infantil**, v. 6, s. 1, p. 549-554, 2006.

Ministério da Saúde (BR). **Portaria Interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2006**. Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/pri1010_08_05_2006.html. Acesso em: 02 abr. 2018

OLIVEIRA, A. P.; OLIVEIRA, A.; OLIVEIRA, E.; AZAMBUJA, M.; RINALDI, W.; Estado nutricional de escolares de 6 a 10 anos em Cruzeiro do Oeste- PR. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, p. 289-295, 2011.

ONU. Assembleia Geral das Nações Unidas. **Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança.** 1989. Disponível em: https://nacoesunidas.org/oms-lanca-novas-diretrizes-de-combate-a-obesidade-infantil-no-mundo>. Acesso em: 05 abr. 2018.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Comissão sobre o fim da obesidade infantil.** 2017. Disponível em: http://www.who.int/end-childhood-obesity/news/new-estimate-child-adolescent-obesity/en/. Acesso em: 06 abr. 2018

PARENTE ALBUQUERQUE, L. et al; Relação da obesidade com o comportamento alimentar e o estilo de vida de escolares brasileiros. **Revista Nutrición Clínica Dietética Hospitalaria**, p.17 - 23, 2016.

PEDRAZA, D. et al.; Hábitos Alimentares de Escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, p. 469 – 477, 2017.

PINTO, R.; NUNES, A.; MELLO, L.; Análise dos fatores associados ao excesso de peso em escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, p. 460 – 468, 2015.

PÓVOA, H; col. AYER, L; CALLEGARO, J. **Nutrição cerebral.** Rio de Janeiro: Objetiva, p.228, 2005.

RAPHAELLI, C. O. et al.; Adesão e aceitabilidade de cardápios da alimentação escolar do ensino fundamental de escolas de zona rural. **Braz. J. Food Technol**, p.1-9, 2017.

ROCHA, A.; FACINA, V.; Professores da rede municipal de ensino e o conhecimento sobre o papel da escola na formação dos hábitos alimentares dos escolares. **Ciênc.Educ.** Bauru, p. 691 - 706, 2017.

RODRIGUES, C. et al. **Alimentação e nutrição no Brasil** l,Brasília - Universidade de Brasília, 2009.

ROMANHOLO, R.; ROMANHOLO, H.; LUCENA, A.; FERREIRA, J.; BORGES, C.; ALMEIDA, F.; Estudos epidemiológicos e a obesidade em escolares. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, p. 411 – 421, 2016.

SANTOS, Daniele. et al; Implicações da pouca preocupação e percepção familiar no sobrepeso infantil no município de Curitiba, PR, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, p. 1717 – 1724, 2017.

SEVERINO, A. J. Metodologia do Trabalho Científico. 22a ed. São Paulo: Cortez, 2002. **UEL/CECA/EDU**. Programa da disciplina 6 EDU 001 Metodologia do Trabalho Científico em Educação. Londrina, 2005.

SILVA, Dayanne Caroline de Assis; FRAZÃO, Iracema da Silva; OSÓRIO, Mônica Maria; VASCONCELOS, Maria Gorete Lucena de Vasconcelos. Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 11, p. 3299-3308, nov. 2015.

SILVA, Sílvia; Políticas e práticas de promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis nas crianças e jovens do concelho de Torres Vedras. **Revista Portuguesa de Saúde Pública**, p. 84 - 94, 2013.

SOARES, A. C. F.; LAZARRI, A. C. M.; FERDINANDI, M. N. Análise da importância dos conteúdos da disciplina de educação nutricional no ensino fundamental segundo professores de escolas públicas e privadas da cidade de Maringá-Paraná. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 2, n. 2, p. 179-184, mai./ago. 2009.

SOUZA, Dr Josélio Gomes. Medicina Psicossomática, **Isbn**, RJ-2000.

SOUZA, L. A. S. "Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis". **Revista de Nutrição**, Campinas, 18(5): 681-692 setembro/outubro, 2005.

SOUZA, T.; FONSECA, A.; Análise crítica de saberes e práticas sobre alimentação de profissionais de saúde e de educação. **Trab. Educ. Saúde**, Rio de Janeiro, p. 739 -756, 2015.

XAVIER, S. et al.; Prevalência de sobrepeso e obesidade em alunos de uma escola pública. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, p.622 - 629, 2015.

WEBER, A.P. et. al; Adesão aos "10 passos da alimentação saudável para crianças" e fatores associados em escolares. **Rev. de Nutrição**, Campinas, p.289 - 304, 2015.

ZIKMUND, W. G. Business research methods. 5.ed. **Fort Worth, TX: Dryden**, 2000.