



**Capítulo 13**  
**doi.org/10.53934/GPTI-13**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL JUNTO AO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO DO ESCOLAR EM CUITÉ, PARAÍBA**

**Kuenia Mariana Gomes de Oliveira<sup>1</sup>; Ajax Dimitrio de Oliveira Dantas<sup>1</sup>; Tatielle de Lima Vieira<sup>1</sup>; Iara Kelly Silva Santos<sup>1</sup>; Arthur Rafael Barros dos Santos<sup>1</sup>; Sthefany Santina Silva Santos<sup>1</sup>; Jadiany Fabrícia dos Santos Silva<sup>1</sup>; Helena Cristina Moura Pereira<sup>2</sup>; Gracielle Malheiro dos Santos<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Graduando(s) do Curso de Nutrição. Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande (CES/UFCG) E-mail: [kueniagomes@gmail.com](mailto:kueniagomes@gmail.com), [ajax.dimitrio@estudante.ufcg.edu.br](mailto:ajax.dimitrio@estudante.ufcg.edu.br), [tatielle.lima@estudante.ufcg.edu.br](mailto:tatielle.lima@estudante.ufcg.edu.br), [iarakelly@estudante.ufcg.edu.br](mailto:iarakelly@estudante.ufcg.edu.br), [arthur.rafael@estudante.ufcg.edu.br](mailto:arthur.rafael@estudante.ufcg.edu.br), [sthefany.santina@estudante.ufcg.edu.br](mailto:sthefany.santina@estudante.ufcg.edu.br), [jadiany.fabricia@estudante.ufcg.edu.br](mailto:jadiany.fabricia@estudante.ufcg.edu.br); <sup>2</sup>Nutricionista. Responsável Técnica do Programa Nacional de Alimentação do Escolar. Secretaria Municipal de Educação de Cuité, Paraíba. E-mail: [helenacristinatavares@gmail.com](mailto:helenacristinatavares@gmail.com); <sup>3</sup>Docente. Curso de Nutrição (CES/UFCG). Pesquisadora do Grupo de Pesquisa e Trabalho Interprofissional (GPTI). E-mail: [gracielle.malheiro@professor.ufcg.edu.br](mailto:gracielle.malheiro@professor.ufcg.edu.br)

**Resumo:** As ações educativas voltadas à alimentação, nutrição e saúde estão presentes ativamente no Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE, sendo, assim, de grande importância estratégias de mudanças e incentivo à alimentação saudável dentro de políticas públicas com grande abrangência nacional. O presente trabalho trata-se de um relato de experiência de abordagem qualitativa, o qual tem como objetivo descrever uma atividade de educação alimentar e nutricional (EAN) vivenciada dentro do Estágio de Saúde Coletiva na área da educação - Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A atividade buscou trabalhar a temática de alimentação na primeira infância e foi desenvolvida pelos estagiários em conjunto com a preceptora do estágio, nutricionista do PNAE. A atividade de EAN aconteceu no mês de agosto de 2023, em uma creche pública localizada na cidade de Cuité, Paraíba, direcionada aos pais das crianças matriculadas na creche que faziam parte da turma do berçário. Para construção deste relato, o mesmo foi dividido em duas partes: 1. Planejamento; 2. Execução da Atividade; 3. Avaliação. Para construção da base teórico-científica foram utilizados trabalhos publicados na base de dados Google Acadêmico entre o período de 2019 a 2023 e o documento Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas que data do ano de 2012 por ser um material referência acerca da temática trabalhada. A experiência contou com bom desenvolvimento das ações, incluindo as três etapas utilizadas, permitindo uma reflexão da ação desenvolvida. Desta forma, considera-se importante maior registro e desenvolvimento de ações de educação alimentar nutricional nos ambientes escolares. O envolvimento dos diversos atores da

comunidade escolar assim como dos parceiros e da equipe ligada ao Programa Nacional de Alimentação do Escolar precisa ser fortalecido em todas as esferas governamentais, em especial, a nível municipal, haja vista a quantidade de escolas envolvidas nesse programa quando se trata de escolas públicas de creche a ensino fundamental II.

**Palavras-chave:** Alimentação do escolar; Educação Alimentar e Nutricional; Nutrição.

## INTRODUÇÃO

A população brasileira nas últimas décadas passou por grandes transformações sociais que levaram a mudanças de hábitos. Esta transição de costumes está interligada entre a alimentação e a baixa frequência de práticas de atividade física, visto que as alterações do padrão alimentar são caracterizadas por uma combinação de alimentos de palativamente atrativos e de baixo custo, os mesmos são denominados de “*Fast Food*” e classificados como ultraprocessados, com níveis exorbitantes de gordura, sódio, açúcar e aditivos. Ademais, a praticidade da tecnologia influencia diretamente a redução de execução atividades simples como caminhar, o que têm relação direta com o aumento da obesidade e outras doenças crônicas à população do Brasil (PORTOT *et al.*, 2019).

Diante desse cenário, o excesso de peso tornou-se uma questão de prioridade para o campo das políticas públicas do país, principalmente na área de alimentação e nutrição. Considerando que, a evolução de Doenças Crônicas não Transmissíveis - DCNT estão crescendo descontroladamente no mundo, devido a fatores que estão ligados ao consumo excessivo de hipercalóricos de baixa densidade nutricional. Consequente a isto, as pessoas elevam o seu peso para estado nutricional preocupante que ao mesmo momento são indivíduos de desnutridos, isto é, estes apresentam ausência de nutrientes fundamentais para o funcional normal do corpo, gerando, uma maior possibilidade de adquirir precocemente DCNT, como hipertensão, diabetes mellitus, doenças coronarianas entre outros. Doenças que antes afetam pessoas de idade mais avançada, agora também afeta adultos jovens, adolescentes e crianças (FERREIRA, 2021)

A adolescência e a infância são fases muito importantes da vida para a construção de hábitos saudáveis, pois são etapas de vida cruciais na formação destas pessoas o que irá influenciar na fase adulta. Para a pessoa, é de suma importância o contexto sociocultural em que se desenvolvem os seus costumes, pois é neste que assentam as bases de uma alimentação equilibrada e individual, como agente ativo de sua história e contínua transformação, relaciona-se com a alimentação em todos os momentos de sua vida e constrói seus hábitos, suas representações e seus significados alimentares conforme deseja. interações culturais, biológicas e sociais (MANHÃES ALVES, DE OLIVEIRA CUNHA, 2020). Neste contexto, o ambiente escolar passa a ser considerado um cenário propício, não só para promover atividades, mas também para alargar o acesso a estratégias de alimentação saudável e de intervenção nutricional (DE CARVALHO *et al.*, 2020).

A Educação Alimentar Nutricional (EAN) é um campo de conhecimento e de prática contínua permanente, transdisciplinar, intersetorial e multidisciplinar que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis (BEZERRA, 2020). O que preconiza a Política Nacional de Alimentação e Nutrição - PNaN, são as práticas de ações direcionadas em todos os ambientes ocupados por usuários do Sistema Único de Saúde-SUS, o que fortalece as escolhas mais saudáveis em todas as fases da vida. EAN é imprescindível a adoção de abordagens e recursos educativos e ativos. Outrossim, essas ações educativas alimentares estão presentes ativamente no Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE, que são estratégias

de políticas públicas que contribuem para estabelecer o diálogo entre indivíduos, independente da fase da vida em que se encontram (KROTH, 2020).

A finalidade do presente estudo foi em relatar a experiência em EAN com pais de crianças matriculadas na rede pública de ensino, a creche. A atividade aconteceu no Município de Cuité, no estado da Paraíba por meio da supervisão da Nutricionista do PNAE com a colaboração dos estagiários de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG; Centro de Educação e Saúde - CES, visando o incentivo à alimentação saudável nos primeiros anos de vida, bem como o fortalecimento da PNAE nas escolas da rede municipal.

## **PERCURSO DA EXPERIÊNCIA**

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência de abordagem qualitativa, o qual tem como objetivo descrever uma atividade de educação alimentar e nutricional (EAN) vivenciada dentro do Estágio de Saúde Coletiva na área da educação - Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A atividade buscou trabalhar a temática de alimentação na primeira infância e foi desenvolvida pelos estagiários em conjunto com a preceptora do estágio, nutricionista do PNAE.

A atividade de EAN aconteceu no mês de agosto de 2023, em uma creche pública localizada na cidade de Cuité, Paraíba, direcionada aos pais das crianças matriculadas na creche que faziam parte da turma do berçário. Para construção deste relato, o mesmo foi dividido em duas partes: 1. Planejamento; 2. Execução da Atividade. Para construção da base teórico - científica foram utilizados trabalhos publicados na base de dados Google Acadêmico entre o período de 2019 a 2023 e o documento Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas que data do ano de 2012 por ser um material referência acerca da temática trabalhada.

## **RELATO DA EXPERIÊNCIA**

### **1. Planejamento**

Segundo o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (2012), para que se garanta a eficácia e a efetividade das ações de EAN o planejamento se mostra imprescindível, sendo um processo constituído por, além de outras etapas, diagnóstico e identificação de prioridades. Com isso, o ponto de partida da atividade foi um momento de conversa com a diretora da creche para conhecimento das necessidades/ problemáticas do local.

Após conversa inicial com a diretora da creche foi decidida a realização de um momento de orientação com pais das crianças do berçário, onde para conhecimento mais aprofundado das necessidades da turma foi feito um momento de conversa com a professora responsável pela classe. A partir das informações coletadas, foi definida a temática Alimentação na Primeira Infância, a contemplar os tópicos: Importância dos Primeiros 1000 Dias de Vida, Introdução Alimentar e Alimentação Saudável.

Foi construído um material expositivo, slides, para ser apresentado no dia do encontro com os pais.

### **2. Execução da Atividade**

A atividade foi realizada no turno da tarde com duração de 1 hora e 10 minutos, aproveitando a presença dos pais que compareceram à creche para reunião de rotina com a diretoria. Os pais foram acomodados em cadeiras dispostas em forma de círculo na sala da turma do berçário e foi utilizado um projetor para apresentação de material

construído em slides. Durante a realização da atividade as crianças permaneceram sob supervisão da sua professora em outra sala.

O início da atividade de EAN se deu com uma dinâmica em forma de Mitos X Verdades sobre a alimentação na primeira infância, foram escolhidas afirmações que geralmente causam dúvidas e que poderiam causar surpresa, com o intuito de prender a atenção dos pais, exemplos: “Introduzir alimentos sólidos cedo pode causar alergias”, “Deve-se bater no liquidificador a papa do bebê para ele não engasgar”.

De acordo com Camossa (2005), a substituição de métodos educativos que segregam o saber do não saber por debates e discussões de ideias e opiniões é necessária para que se busque uma melhor solução de problemas através da criação de pensamento crítico. Sendo assim, durante toda a execução da atividade de EAN foi estimulada a participação ativa dos pais, instigando que os mesmos expressassem suas opiniões, experiências, dúvidas e frustrações.

Após a dinâmica do Mitos X Verdades foi dado andamento a conversa com a discussão acerca da Importância dos primeiros 1000 dias de vida do bebê. Os primeiros 1000 dias de vida compreendem o período entre a concepção e os dois anos de vida do bebê, e representa um período extremamente importante para a saúde do indivíduo ao longo da sua vida (PARTOT *et al.*, 2019), afetando composição corporal, crescimento, desenvolvimento cerebral e programação metabólica, impactando nas doenças crônicas relacionadas com a alimentação na fase adulta (VICARI, 2013). Dessa forma foi reforçado então com os pais sobre a importância da alimentação nessa fase crítica da vida do bebê.

Outro tópico trabalhado foi sobre a Introdução Alimentar. Estudos relatam que frequentemente a introdução da alimentação infantil acontece precocemente (BERNARDI; JORDÃO; BARROS, 2009; LOPES *et al.*, 2018; ESCARCE *et al.*, 2018) o que torna essas crianças mais suscetíveis a desnutrição, obesidade e doenças (OPAS, 2005; NASCIMENTO *et al.*, 2016; GIUGLIANI; VICTORA, 2000). Outro erro que pode acontecer no início da alimentação é a oferta inadequada, sendo importante a oferta dos alimentos separados no prato a fim de que a criança possa diferenciar os aromas, sabores, texturas e cores dos alimentos que foram ofertados a ela (RAMOS, 2000). Sendo assim, foi reforçado com os pais o período recomendado para início de oferta de alimentos, quais grupos alimentares devem compor o prato, como deve ser a progressão de textura indo de amassados com garfo até a consistência normal e como deve ser a disposição dos alimentos no prato. Foi observado que sobre essa temática os pais apresentaram bastantes dúvidas, interagindo bastante uns com os outros e com a nutricionista buscando dicas e compartilhando suas vivências.





Figura 1 – Fonte: Dados da pesquisa, 2023.



Figura 2 – Dinâmica dos mitos e verdades.

Fonte: Autoria dos autores, a partir do texto BRASIL (2014).



Figura 3 - Alimentação na infância.

### 3. Avaliação da Atividade

Com base na interação dos pais, foi possível analisar nuances entre a dinâmica de “mito X verdade” realizada e as condutas expostas sobre a introdução alimentar na primeira infância para os seus filhos. Observou-se que eles participaram de maneira ativa ao longo das perguntas que indagavam a curiosidade sobre o tema. Medeiros (2022) retrata a dinamização das informações a partir de jogos que conduzem a interação dos participantes com o profissional de saúde como o meio de facilitar as relações entre eles.

Desse modo, o momento foi enriquecedor para ambas as partes, visto que, os pais perceberam a necessidade de compreender a importância da alimentação para os seus filhos como um fator relevante para desenvolvimento social, biológico e entre outros. Já na ótica dos estagiários, estes alcançaram uma visão positiva da vivência tanto no ambiente escolar quanto com público-alvo, pois era um público diferente com demandas distintas, mas que o objetivo foi trabalhar com eles na perspectiva de englobar todas as anseios alimentares em uma conversa bastante rica e com troca de saberes, fortalecendo, as relações da nutricionista do PNAE com a gestora da creche e um maior vínculo com o núcleo familiar do aluno assistido.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desta forma, considera-se importante maior registro e desenvolvimento de ações de educação alimentar nutricional nos ambientes escolares. O envolvimento dos diversos atores da comunidade escolar assim como dos parceiros e da equipe ligada ao Programa Nacional de Alimentação do Escolares precisa ser fortalecido em todas as esferas governamentais, em especial, a nível municipal, haja vista a quantidade de escolares envolvidos nesse programa quando se trata de escolas públicas de creche a ensino fundamental II.

A presença e a qualificação das ações por profissionais de alimentação e nutrição, como os nutricionistas, dá maior apoio e suporte nos ambientes escolares as atividades desenvolvidas por questões técnicas da área. Todavia, os diferentes saberes nesta temática são valorizados, principalmente, quando é considerado o bom planejamento, com coerência e respeito a aspectos ligados aos temas ligados a alimentação, que possa vir a ser desenvolvido por diferentes profissionais, inclusive professores do corpo docente das escolas, equipes de saúde e outros, afinal alimentação é um tema transversal e potente nos diversos afazeres e instituições.

## AGRADECIMENTOS

A gestão municipal da Prefeitura de Cuité por meio da Secretaria Municipal de Educação, através da Secretária de Educação, Senhora Aline Nieble Souza Santos pelo apoio e parceria no que tange ao Programa de Alimentação do Escolar e sua equipe, bem como, nas relações interinstitucionais junto ao curso de nutrição do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, campus de Cuité.

## REFERÊNCIAS

BEZERRA, R. K. C. Educação Alimentar e Nutricional no âmbito da Estratégia Saúde da Família: uma revisão integrativa. **Revista Sítio Novo**, v. 4, n. 3, p. 256-264, 2020.

BRASIL. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos versão resumida [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Brasília : Ministério da Saúde, 2021.

DE CARVALHO, M. T. *et al.* Educação nutricional no âmbito escolar: revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 10, p. e8979109272-e8979109272, 2020.

FERREIRA, A. P. DE S. *et al.*. Increasing trends in obesity prevalence from 2013 to 2019 and associated factors in Brazil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, p. e210009, 2021.

KROTH, D. C.; GEREMIA, D. S.; MUSSIO, B. R.. Programa Nacional de Alimentação Escolar: uma política pública saudável. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 10, p. 4065–4076, out. 2020.

PORTOT, N. R. DOS S., CARDOSOC. L. DA R., BALDOINOL. S., MARTINSV. DE S., ALCÂNTARAS. M. L., CARVALHO D. P. Prevalência do excesso de peso e fatores de risco para obesidade em adultos. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, (22), e308, 2019. <https://doi.org/10.25248/reas.e308.2019>

MANHÃES ALVES, G.; DE OLIVEIRA CUNHA, T. C. A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA O DESENVOLVIMENTO HUMANO . **Humanas Sociais & Aplicadas**, v. 10, n. 27, p. 46-62, 21 fev. 2020.

MEDEIROS, L. G. C. **Educação alimentar nos ciclos da vida**. 2022.