

## ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO NA PRÁTICA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO INFANTIL

Vivian Siqueira Santos Gonçalves<sup>1</sup>  
Mariana Schittini Barros<sup>2</sup>  
Celeste Aparecida Dias<sup>3</sup>  
Adriana da Silva Miranda<sup>4</sup>

### Resumo

Sendo a educação em saúde um processo que visa à autonomia do indivíduo para lidar com problemas da vida cotidiana, a Educação Nutricional é um instrumento de promoção da saúde através da construção de bons hábitos alimentares adquiridos principalmente na idade escolar. A partir de atividades de diagnóstico aplicadas a professoras da Educação Infantil de uma escola da rede particular de ensino de Caratinga-MG, percebeu-se que elas não participam desse processo, mesmo a escola sendo atendida por um projeto de educação nutricional onde alunos de um curso superior de Nutrição ministram aulas para as crianças. Falta de tempo e desconhecimento de conceitos básicos de Nutrição foram os principais problemas apontados por elas. Desenvolveu-se então uma estratégia de intervenção buscando levar à conscientização e à sensibilização dessas profissionais sobre a importância de sua participação junto às crianças na construção de bons hábitos alimentares. Na fase de avaliação notou-se a importância da capacitação das professoras por um profissional nutricionista visando a promoção da saúde e a adoção de hábitos de vida saudáveis por crianças de até cinco anos.

**Palavras-chave:** Nutrição; Educação Nutricional; Intervenção Educativa.

### Introdução

O projeto “Nutrição para Educação Infantil” é desenvolvido pelo curso de Nutrição do UNEC (Centro Universitário de Caratinga), por meio da atuação semanal de alunos-estagiários durante dois semestres letivos com as crianças da Educação Infantil de uma escola da rede particular de ensino, em Caratinga, Minas Gerais. A escola atende alunos da Educação Infantil ao Ensino Médio, inclusive em cursos técnicos. O projeto tem duplo público alvo: 1- alunos da Educação Infantil, suas famílias e professoras. 2- alunos do Curso de Nutrição e Pedagogia que contribuem nas atividades como estagiários. O trabalho desenvolvido visa promover a educação nutricional, buscando a construção de conceitos e hábitos corretos em relação à alimentação saudável.

Diversos temas abordando alimentação e nutrição humana são trabalhados em aulas semanais de quarenta e cinco minutos ministradas pelos estagiários. Os pais acompanham

---

<sup>1</sup> Graduanda em Nutrição – Universidade Federal de Viçosa – UFV e Pedagoga – Centro Universitário de Caratinga – UNEC  
tiavi@oi.com.br

<sup>2</sup> Graduanda em Nutrição – Centro Universitário de Caratinga – UNEC

<sup>3</sup> Pedagoga. Diretora do Instituto Superior de Educação. Pedagoga e docente do curso de Nutrição – Centro Universitário de Caratinga – UNEC

<sup>4</sup> Nutricionista. Docente do Curso de Nutrição – Centro de Universitário de Caratinga – UNEC

todo o processo através do “Caderno de Nutrição”, onde são registradas as atividades realizadas.

As professoras, como foi estabelecido pela direção da escola, devem permanecer em sala durante as aulas para acompanhar e/ou participar das discussões. O grupo é composto por cinco professoras que trabalham com crianças de três a cinco anos em turmas de maternal, primeiro e segundo períodos, da Educação Infantil. Todas são licenciadas em áreas da educação e possuem experiência anterior na função que desempenham.

Durante a rotina do projeto, percebeu-se um grande envolvimento dos alunos da Educação Infantil em todas as atividades propostas, mas notou-se certo distanciamento de algumas professoras. Foram observadas também algumas atitudes incoerentes com a proposta trazida pelo projeto. Dentre elas, cita-se:

- Atribuição da responsabilidade pelo momento de alimentação saudável somente aos estagiários;
- Práticas de alimentação inadequadas junto às crianças, uma vez que é sempre muito enfatizada pelos estagiários a importância de bons exemplos diante das mesmas;
- Saídas constantes das salas durante as aulas de nutrição;
- Falta de envolvimento com os estagiários na avaliação das atividades programadas por eles e desempenho durante as aulas, tendo em vista que estes não têm a convivência que o professor possui com propostas didáticas e metodológicas utilizadas pela escola, necessitando sempre de sua participação para auxiliá-los.

A educação em saúde visa a autocapacitação dos indivíduos e dos vários grupos de uma sociedade para lidar com os problemas fundamentais da vida cotidiana, como nutrição, desenvolvimento biopsicológico e reprodução, dentro do contexto atual de uma sociedade em rápida mudança. É evidente que a educação nutricional torna-se parte essencial da educação para a saúde, visto que a saúde física e mental dependem do estado de nutrição do indivíduo (TURANO e ALMEIDA, 1999).

A educação nutricional é notoriamente um instrumento de promoção da saúde através da construção de bons hábitos alimentares adquiridos principalmente na idade escolar. Ela deve ser fruto do conjunto de relações estabelecidas entre diferentes agentes participantes do processo de aquisição de conhecimento: crianças, família, escola e profissionais nutricionistas.

Segundo Turano e Almeida (1999), a escola é um dos melhores locais para se promover a educação nutricional, porque nos permite trabalhar com crianças. Sabe-se que é nesta fase da vida do sujeito, a infância, que se fixam as atitudes e práticas alimentares

difíceis de modificar na idade adulta. A escola também é vista por Souza *et al* (2007) como uma das instâncias de maior influência na formação do hábito alimentar das crianças, sendo muitas vezes os próprios pais os responsáveis por esta afirmação.

McGinnis (1991, apud DAVANÇO *et al*, 2004) afirma que o conhecimento, as atitudes, os comportamentos e as habilidades desenvolvidas por meio de efetivos programas de saúde em escolas, voltados para a conscientização de que a adoção de hábitos saudáveis trará melhor qualidade de vida, capacitam crianças e jovens para fazer escolhas corretas sobre comportamentos que promovem a saúde do indivíduo, família e comunidade.

O profissional nutricionista é um profissional com fundamentação teórica no campo da nutrição, capaz de traduzir esta ciência para a linguagem de seu público, orientando o comportamento alimentar dos indivíduos (CFN, 1982). Sua presença em ambientes que promovam atividades voltadas para aquisição e construção de conhecimento sistematizado, como a escola, é muito importante e capaz de contribuir na formação de hábitos alimentares duradouros em crianças com as quais venha trabalhar.

Onde quer que o nutricionista atue, deverá ser sempre um educador, suas ações deverão ser como agente de mudança num processo que ocorre, no mínimo entre duas pessoas: educando e educador. Ser um educador significa criar possibilidades para mudar conhecimentos, atitudes e ações em todas as situações que se fizerem necessárias (TURANO e ALMEIDA, 1999).

Aquino e Campos (2007), citando Boog (1997), ressaltam que a educação nutricional deve ser pensada como um encontro, instaurado através do diálogo. Ela não deve ser uma ferramenta para se “obedecer à dieta”, ao contrário, deve ser um processo de trabalho com as pessoas visando à conscientização da importância da alimentação, realizado de forma libertadora. Para que tal processo se estabeleça, há a necessidade de o educador possuir conhecimentos não somente acerca da dietética como também da Filosofia da Educação e da Pedagogia.

No contexto estabelecido de que a educação nutricional não ocorrerá sem a participação de todos os personagens envolvidos nas relações das crianças, é importante destacar a contribuição do professor no processo de mobilização para o ato de aprender, posto que através das aulas, pode-se obter elementos para os alunos ressignificarem suas experiências alimentares (VASCONCELOS, 1998 apud VALLE e EUCLYDES, 2007).

Sendo a escola ambiente propício para o processo educativo, o professor é o profissional central da equipe de saúde escolar, pois, além de ter maior contato com os alunos,

está envolvido na realidade social e cultural de cada discente e possui uma similaridade comunicativa (DAVANÇO *et al.*, 2004).

Temporini (1988) salienta que especialistas em saúde escolar são unânimes quanto à propriedade do professor estar numa posição estratégica para desempenhar tarefa de educador em saúde devido ao seu contato diário e prolongado com os estudantes. Tal convivência lhe propicia vantagem incomum para conhecer o modo de ser de cada um deles e notar mudanças na aparência ou na conduta, que podem ser prenúncio de defeitos ou enfermidades.

Para Juzwiak (2001) o profissional nutricionista, entre outras funções, é responsável por trabalhar em parceria com os professores apoiando-os com o embasamento técnico, afirmando ainda que há uma gama de temas de nutrição passíveis de serem trabalhados com crianças.

O professor, no entanto, pode não ter noção da importância do seu papel na orientação alimentar e nutricional de seus alunos ou até mesmo não possuir a preparação adequada para fazê-lo. Temporini (1988) ressalta que já se evidenciou que o professor nem sempre dispõe de conhecimentos, atitudes, habilidades e práticas no campo da saúde escolar. Surge então, a necessidade de capacitá-lo e conscientizá-lo da importância de sua intervenção na educação nutricional dos discentes com os quais esteja se relacionando.

Para que o professor se transforme em agente promotor de hábitos alimentares saudáveis é essencial que possua, além do conhecimento dos preceitos teóricos de dieta equilibrada, uma postura consciente de sua atuação na formação dos hábitos alimentares da criança e da necessidade de trabalhar o tema nutrição no currículo escolar (DAVANÇO *et al.*, 2004).

A importância do professor no processo ensino-aprendizagem em educação nutricional é reafirmada pelas Diretrizes Básicas em Saúde Escolar (SBP, 1997) onde ele é descrito como o responsável pelo desenvolvimento do ensino de saúde nas escolas. De acordo com as diretrizes, o ensino de saúde não pode ser tarefa exclusiva de médicos, enfermeiros e outros profissionais da área da saúde, dentro da escola. Isto, entretanto, não os desobriga da prática da educação, como complemento indispensável, ao exercerem suas atividades de atenção à saúde. Apesar de instituído há mais de vinte anos, o ensino de saúde, não tem recebido a atenção que merece, no sentido de preparo pedagógico dos professores para a execução destas atividades.

O trabalho do nutricionista capacitando permanentemente o professor e acompanhando de perto suas atividades deve ser percebido como uma garantia de que este se sentirá preparado e seguro para abordar diferentes temas dentro do assunto nutrição em sala

de aula, enquanto aquele não abdicará de sua postura constante de educador. O relacionamento entre os dois proporciona uma troca de experiências muito positiva, pois enquanto o professor se embasa na ciência da nutrição, o nutricionista entra em contato com a didática necessária às abordagens educacionais das quais necessita para um bom andamento de sua prática como educador.

A presença diária do professor na vida dos educandos torna-os formadores de opinião e parceiros importantes na promoção da saúde. Ele ocupa uma posição privilegiada na construção de novos conceitos e atitudes que poderão acompanhar as crianças por toda vida. Por considerar a participação deles fundamental na execução dos objetivos propostos e na continuidade do trabalho de educação nutricional em outros momentos, tornou-se conveniente entender a percepção que possuem sobre a importância de seu papel na educação nutricional, verificando se detêm conceitos básicos de nutrição que poderiam ser trabalhados durante suas aulas ao longo do ano letivo. A partir desse entendimento tornou-se possível iniciar um caminho de conscientização sobre a contribuição do próprio comportamento de educadoras como modelo de adesão das crianças às práticas adequadas da educação nutricional.

Para realizar o estudo de intervenção nutricional utilizou-se como suporte as seis idéias-força designadas por Paulo Freire e descritas por Miranda e Barroso (2004). São elas:

- 1- Toda ação educativa deve estar precedida de reflexão sobre o homem e de uma análise do meio de vida do educando, isto é, a quem o educador quer ajudar a educar;
- 2- O homem chega a ser sujeito por uma reflexão sobre sua situação, sobre seu ambiente concreto. A educação deve levar o educando a uma tomada de consciência e atitude crítica no sentido de haver mudança da realidade;
- 3- Através da integração do homem com seu contexto, haverá a reflexão, comprometimento, construção de si mesmo e o ser sujeito;
- 4- À medida que o homem se integrar às condições de seu contexto de vida realiza reflexão e obtém respostas aos desafios que se lhe apresentam, criando cultura;
- 5- O homem é criador de cultura e fazedor da história, pois, na medida em que ele cria e decide, as fases vão se formando e reformando;
- 6- É necessário que a educação permita que o homem chegue a ser sujeito, construir-se como pessoa, transformar o mundo, estabelecer relações de reciprocidade, fazer cultura e história.

## **Desenvolvimento**

O presente estudo foi realizado nos meses outubro e novembro de 2008. A população de estudo foi composta por professoras de turmas de Educação Infantil participantes do projeto “Nutrição para Educação Infantil”.

As atividades foram divididas em três etapas: diagnóstico, intervenção e avaliação e aconteceram em quatro encontros, realizados às terças-feiras. O local escolhido foi uma sala de aula da própria escola e o horário foi o mesmo da aula de Nutrição, ou seja, enquanto as crianças participavam das aulas com os estagiários, suas professoras participaram dos encontros planejados. As reuniões duraram em média quarenta e cinco minutos.

No primeiro encontro as professoras foram recebidas pelas acadêmicas, quando foram explicados sucintamente os objetivos do trabalho, os possíveis benefícios e métodos que seriam utilizados, assim como o cronograma de encontros que aconteceriam a partir de então. Todas as professoras assinaram, uma Carta de Consentimento Livre Esclarecido, onde autorizaram a gravação dos encontros e a aplicação das diferentes estratégias planejadas pelas acadêmicas.

Em seguida iniciou-se uma dinâmica descrita por Possoli *et al* (2006) chamada “A árvore do conhecimento”, com modificações. Cada professora recebeu uma folha, uma flor e um fruto recortados em papel colorido para escrever sua opinião a respeito do Projeto “Nutrição para Educação Infantil”. Na folha deveriam relatar dúvidas ou sugestões sobre a atuação da nutrição na escola, assim como sua opinião a respeito; na flor, o que viam de bom no projeto, mas que ainda poderia ser melhorado; no fruto o que consideravam tão bom ao ponto, de não haver necessidade de mudanças. Ao final da atividade, as professoras foram ao quadro (Figura 1), onde estava afixado o tronco de uma árvore a anexaram seus recortes, falando sobre o que escreveram.

Após o encerramento da dinâmica foi aplicado um questionário (MACEDO, 2008), com adaptações, objetivando avaliar o conhecimento que as professoras possuíam de conceitos básicos de nutrição e como relacionam a sua prática com as atividades de Educação Nutricional desenvolvidas na escola. O questionário buscou verificar o conhecimento das professoras relacionado a temas como nutrientes e suas funções, conceito de alimentação saudável, necessidades nutricionais, patologias ligadas à Nutrição, hábitos alimentares e função do professor no processo de educação nutricional. Constou de doze questões objetivas de múltipla escolha. As onze primeiras, possuíam apenas uma resposta correta e última

buscava colher a opinião das entrevistadas, havendo, portanto, variações nas respostas assinaladas, podendo inclusive haver mais de uma resposta possível.



Figura 1: Professora participando da dinâmica “A árvore do conhecimento” (POSOLI et al, 2006)

As atividades do primeiro dia encerraram-se com uma mensagem de Andrade e Gonçalves (2003) intitulada “O trem da vida” iniciando uma reflexão sobre a importância que cada uma delas possui na formação de hábitos que as crianças levarão consigo para a vida adulta. Tal discussão seria retomada, no entanto, na próxima reunião.

As professoras foram presenteadas ao final com uma pequena cesta de frutas para futura degustação.

No segundo encontro, após o término da discussão sobre a mensagem, foi realizada uma atividade denominada “Pirâmide em branco”. Cada professora recebeu uma folha onde estava esquematizado um triângulo, representando uma pirâmide alimentar, dividido em quatro partes sem que qualquer uma delas tivesse sido preenchida. Elas foram instruídas a completar as lacunas do desenho com os alimentos e bebidas que utilizavam com maior frequência, não se preocupando com os grupos a que pertenciam, somente usando o critério da quantidade para posicioná-los. A atividade teve como objetivo diagnosticar os hábitos alimentares das professoras.

Logo após realizou-se a última atividade do dia: quatro perguntas foram afixadas no quadro de maneira que não se lia o texto das mesmas até serem viradas pelas acadêmicas mediadoras do debate (Figura 2). Sempre que uma pergunta era virada iniciava-se uma discussão sobre a mesma que prosseguia até o momento em que outra pergunta era apresentada. Eram elas: (1) Na sua visão, qual é a importância do projeto “Nutrição para Educação Infantil” em sua vida e na vida de seus alunos? (2) Qual seria o papel do professor num projeto de educação nutricional? Qual tem sido sua colaboração? (3) Qual deveria ser o

profissional responsável por trabalhar educação nutricional em uma escola? (4) Como deve ser o comportamento do professor durante e após as aulas?

A atividade possibilitou uma reflexão sobre o comportamento que cada professora adotava frente às atividades de educação nutricional desenvolvidas na escola, ao mesmo tempo em que permitiu um debate sobre como deveria ser esse comportamento, iniciando um oportuno momento de intervenção.



Figura 2: Atividade de reflexão

Para encerrar as professoras foram convidadas a degustar um bolo nutritivo de abobrinha acompanhado de suco natural de laranja, sem adição de açúcar (Figura 3). Receberam também a receita do bolo impressa para levarem para casa.



Figura 3: Professora degustando bolo de abobrinha e suco natural sem adição de açúcar



No terceiro encontro, dando continuidade às atividades de intervenção, foi realizada uma palestra sobre noções básicas de alimentação e nutrição, ministrada pelas acadêmicas do curso de nutrição juntamente com a nutricionista orientadora do trabalho. Foi utilizado como auxílio para a explanação, um banner com a pirâmide alimentar e um material educativo (Figura 4) elaborado pelas mediadoras que continha informações básicas sobre alimentação (alimentos e nutrientes), função dos nutrientes, pirâmide alimentar, refeição equilibrada e, significado das cores dos alimentos.

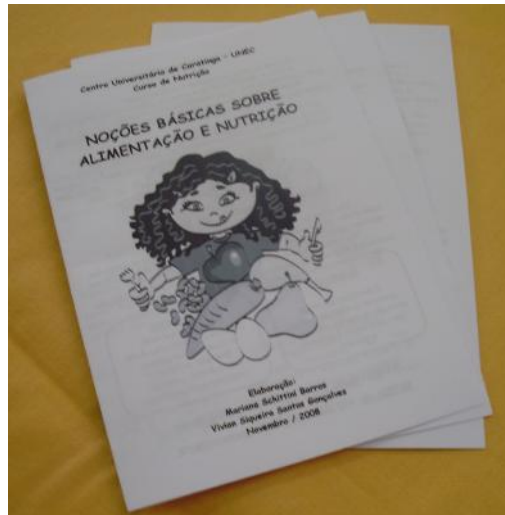


Figura 4: Material educativo

Ao final do encontro as professoras foram presenteadas com um móbil em formato de uma pirâmide, contendo em cada lado os alimentos, a indicação dos grupos e a quantidade de porções dos mesmos. Ela foi indicada para eventuais consultas realizadas pelas mesmas no futuro.

No quarto e último encontro realizou-se a fase de avaliação. Inicialmente afixaram-se cinco fichas contendo casos fictícios no quadro, de maneira que não se lia o caso até serem viradas pelas professoras. Cada uma escolheu a ficha que continha um caso, leu em voz alta e discutiu se aquela situação era adequada ou não. A resposta foi marcada em um cartaz também afixado no quadro. Nenhuma professora poderia marcar a resposta correta antes de se certificar que todas as colegas concordavam com a mesma, para isso poderia argumentar a favor de sua opinião.

Logo após, distribuiu-se uma cartolina em formato de prato para cada professora, e deixou-se disponível a fotografia de cada grupo de alimentos (de acordo com a pirâmide alimentar), para que elas colassem no prato o que achavam correto em uma refeição (Figura

5). A atividade tinha como pressuposto a discussão do encontro anterior, onde foram focadas as noções básicas sobre alimentação e nutrição. Depois de colarem as figuras, as professoras argumentaram sobre o porquê de cada alimento e se a refeição que montaram condizia com sua prática alimentar.



Figura 5: Professoras participando da atividade do prato saudável

A partir da dinâmica “A árvore do conhecimento” (POSSOLI *et al*, 2006), o projeto foi considerado significativo por todas as professoras no que se refere, principalmente, à criatividade ao elaborar atividades e à maneira com que os estagiários se preocupam em trabalhar com materiais concretos durante as aulas. Fizeram algumas considerações com o intuito de sugerir mudanças necessárias. Uma das considerações refere-se ao grande número de estagiários (em média quatro por turma) que ministram as aulas de Nutrição, na opinião das professoras as crianças não estabelecem uma referência com o professor e acabam se dispersando durante as aulas.

Também foi mencionado o fato de os estagiários utilizarem uma linguagem muito técnica com as crianças, o que também dificulta o entendimento das mesmas. Uma das professoras mencionou que, seriam importantes os estagiários prepararem suas aulas após conhecerem o planejamento realizado por elas para que houvesse possíveis relações entre os temas.

Foi sugerido também que os estagiários passassem por um período de observação da prática das professoras antes de ministrarem aulas para que pudessem ter noção maior da didática que aplicam em sala.

Em nenhum momento as professoras relacionaram sua prática com as aulas de Nutrição demonstrando ausência de envolvimento com as ações dos estagiários durante tais aulas. Não foram narradas quaisquer atividades desenvolvidas por elas fora desse período que envolvesse conceitos básicos de Nutrição. Evidenciou-se ausência de articulação entre o trabalho educativo dos nutricionistas e o trabalho docente das professoras.

A partir do questionário aplicado (MACEDO, 2008), foram obtidos os resultados representados nos gráficos 1 e 2. Para as questões 1 e 4 que se referiam respectivamente às temáticas *conceito de nutrientes* e *conceito de vitaminas e minerais* não houve acertos. Nas questões 8, 9 e 11 que trataram de *patologias ligadas ao consumo alimentar, formação de hábitos alimentares e papel do professor em educação nutricional*, todas marcaram as opções corretas. Assim como na questão 1, as questões 2 (*nutrientes fundamentais ao organismo*) e 3 (*alimentos energéticos*) apresentaram respostas em branco. O restante das questões apresentou variações entre erros e acertos e tratavam dos assuntos: 5 – *alimentação saudável*; 6 e 7 – *necessidades nutricionais*; 10 – *função da escola na formação de hábitos saudáveis*. A questão 12 não possuía uma resposta correta, podendo haver inclusive mais de uma opção e tratou das *dificuldades encontradas pelo professor para trabalhar educação nutricional*. Para essa questão, as professoras apontaram *tempo insuficiente e insegurança causada pela falta de conhecimento em Nutrição* como respostas.

Gráfico 1 - Resultados obtidos após a aplicação do questionário (MACEDO, 2008) às professoras da Educação Infantil de uma escola da rede particular em Caratinga-MG.  
Questões 1 a 11

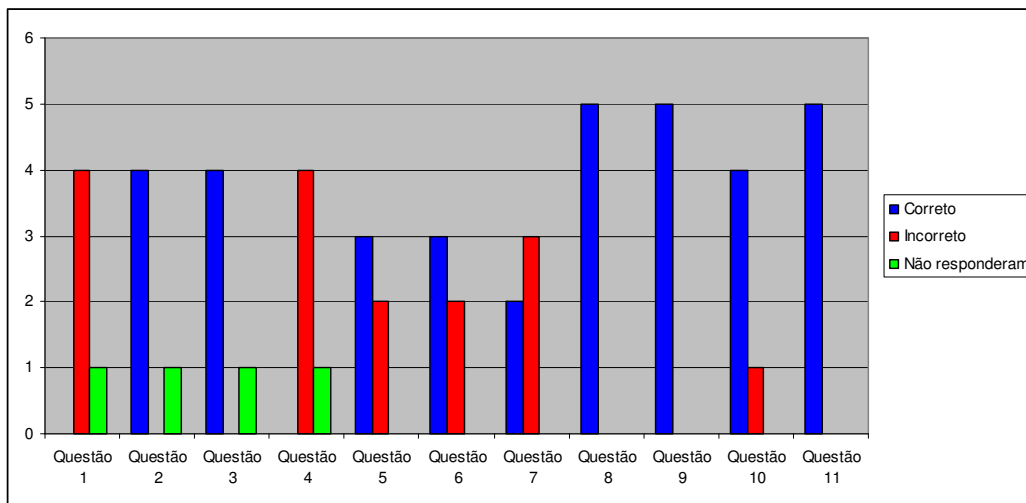
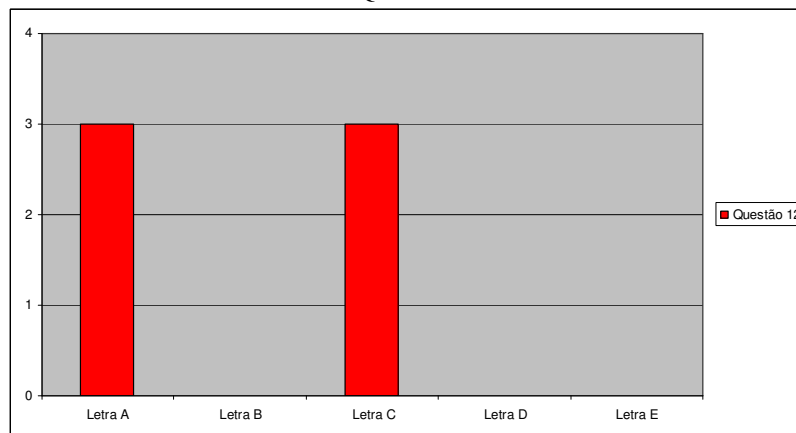


Gráfico 2 - Resultados obtidos após a aplicação do questionário (MACEDO, 2008) às professoras da Educação Infantil de uma escola da rede particular em Caratinga-MG.  
Questão 12



Percebeu-se que as professoras, apesar de deterem algum conhecimento sobre Nutrição, possuíam muitas dúvidas a respeito de alguns conceitos. Durante a aplicação uma delas chegou a comentar: *“As estagiárias falaram sobre isso na sala e eu não prestei atenção”*.

Em alguns momentos, durante a aplicação do questionário (MACEDO, 2008), elas tentaram trocar informações a respeito das respostas. Percebia-se também grande insegurança em tornar públicas suas respostas. Uma delas chegou a perguntar: *Vocês não vão rir das nossas respostas, né?* E outra: *Eu não conheço muito de Nutrição, apenas o que aprendi com a família!* Notava-se constantemente a preocupação em justificar um possível erro por falta de conhecimento.

Em relação às questões que tratavam do professor, a escola e a Nutrição presentes no questionário (MACEDO, 2008) notou-se que elas percebem esse ambiente propício ao desenvolvimento de práticas de educação nutricional, admitem também que o professor é uma influência constante na formação de opinião entre os alunos, mas apontam duas grandes dificuldades no seu trabalho no que se refere às mesmas, tais como a insegurança causada pela falta de conhecimento suficiente em assuntos relacionados à nutrição e tempo insuficiente para trabalhar o tema durante a semana.

Na atividade da pirâmide em branco as professoras preencheram as lacunas do desenho com diferentes alimentos. Em sua base colocaram alimentos como arroz, pães e biscoitos, frituras, café e refrigerante. A base se relaciona com os alimentos consumidos em maior quantidade por elas. O consumo de doces foi apontado com muita frequência na dieta das professoras e carnes, feijão e leite foram mencionados em quase todos os esquemas.

Percebe-se que elas possuem uma dieta muito rica em alimentos energéticos e fazem uso com muita frequência de refrigerantes e doces. Realmente essas atitudes vêm ao encontro dos exemplos observados no momento do lanche, quando as professoras se alimentam no mesmo ambiente das crianças.

Quanto às perguntas afixadas no quadro, atividade através da qual iniciou-se o processo de intervenção, pôde-se perceber que, apesar de não se considerarem capazes ou responsáveis pela educação nutricional, são conscientes que a escola é um local adequado para desenvolvê-la. Quando questionadas sobre o profissional que deveria trabalhar com o tema, elas não demonstraram interesse em assumir essa responsabilidade, mas concordaram que esse profissional deveria ser um professor dotado de conhecimentos em didática, devidamente capacitado em Nutrição. Nesse momento, as estagiárias salientaram o quanto seria difícil encontrar esse profissional e que o projeto poderia auxiliar na formação de

nutricionistas e professores aptos, desde que houvesse cooperação entre as partes envolvidas em dividir seu conhecimento e suas experiências.

Foram citados pelas acadêmicas alguns exemplos de atitudes das professoras em sala de aula, quando intervieram nas atividades realizadas, aconselhando um melhor desempenho dos estagiários. Uma das professoras declarou: “*Às vezes fico sem graça de falar alguma coisa com elas e ser mal interpretada*”. A partir desse depoimento foi ressaltada a importância da participação delas no dia-a-dia dos estagiários, refletindo sobre o fato de, até então, eles terem sido tratados por elas como “colegas” de trabalho e não como aprendizes. Foi abordado o fato de que elas também são referências para os estagiários e que eles estão ali não só para ensinarem conceitos de Nutrição, mas, principalmente, para aprenderem conceitos de didática.

Durante todo o terceiro encontro, enquanto se trabalhava com o material educativo e o banner da pirâmide, as professoras participaram efetivamente das discussões contribuindo para o aprendizado através de questionamentos, depoimentos sobre atitudes em relação à alimentação do dia-a-dia e mitos existentes na cultura desta população. As acadêmicas e a nutricionista concederam total liberdade às professoras para que fossem focados temas importantes para a educação nutricional tanto das profissionais educadoras, quanto para as crianças atendidas pelo projeto.

Os casos relatados no quarto encontro eram fictícios, mas se baseavam em observações das estagiárias. A partir da leitura deles, as participantes se posicionaram naquelas situações e puderam perceber se a atitude que tomam diante das crianças e das estagiárias são corretas ou não e se estas contribuem para a continuidade da educação nutricional das crianças. Analisaram também o efeito das atividades realizadas pelas estagiárias de nutrição com as crianças, o conhecimento sobre nutrição e alimentação de cada professora e de sua família.

Com esta atividade pode-se verificar a postura das professoras diante o projeto, como se sentem ao participarem dele, e como isto reflete na vida de cada indivíduo.

Uma delas relatou que: “*Depois da aula sobre 5 ao dia que as alunas de Nutrição deram, passei a me preocupar mais com a qualidade da minha alimentação e da minha filha, se consumimos as 5 cores durante o dia*”.

Houve ainda professoras que relataram a importância do projeto para elas e, principalmente, para as crianças, declarando: “*Sinto a falta do projeto na educação do meu filho mais velho, pois ele é muito difícil de comer, já minha filha mais nova vai ter a*

*oportunidade de participar e irei conseguir educar melhor sobre alimentação. É nessa idade das crianças que elas acostumam a comer alguns alimentos, ainda mais que passam maior parte do tempo na escola com os coleguinhas e as professoras, do que em casa com os pais”.*

Comparando-se os depoimentos dessa atividade com os da primeira discussão, percebeu-se que houve uma mudança de posicionamento. As professoras perceberam que a sua presença em sala de aula é importante porque os estagiários necessitam de seus conselhos sobre didática e metodologia a serem empregadas. Declararam que não interferiam nas aulas por medo de ser inconveniente, mas que dali pra frente gostariam de participar mais das atividades, fornecendo às estagiárias a troca de conhecimento necessária ao sucesso de ambas as partes no que se refere à educação nutricional.

Com a avaliação realizada através da colagem de figuras representativas de uma refeição adequada em um prato, observou-se que as professoras colocaram alimentos que, a partir da palestra da qual participaram, julgavam ser mais correto. Houve uma sobrecarga de alimentos do grupo dos vegetais, o que pode ser explicado pela presença de uma preocupação maior por parte das professoras em colocar maior quantidade e variedade de alimentos deste grupo. Porém, foi explicado que duas a três variedades deste grupo são suficientes em uma refeição, pois ao decorrer da semana, podem-se repetir os alimentos e ocorrer uma monotonia, que proporcionaria menor aceitação e adesão a alimentos saudáveis.

Observou-se também a rejeição do arroz e tubérculos por parte de algumas professoras, que pode ser compreendido por mitos que foram citados pelas mesmas: *“Tudo que nasce debaixo da terra engorda”*; *“Arroz e massas engordam”*. Em cima disto, gerou-se uma discussão e foi explicado às professoras o por quê da existência deste mito, e que ele não é correto.

Comparando-se os resultados desta atividade com os alimentos utilizados da atividade da pirâmide em branco, notou-se claramente um discernimento maior sobre a composição de uma refeição saudável, embora o tempo não tenha sido suficiente para trabalhar todas as dúvidas e curiosidades das participantes.

## **Conclusão**

Pelo fato de contemplar a valorização da cultura, afeto, emoção, conhecimento e a idéia de considerar a voz dos participantes, foi possível, através das atividades desenvolvidas, realizar discussões que proporcionaram momentos de troca de experiência, testemunhos, sugestões de melhorias, melhor compreensão das atividades trabalhadas e a possibilidade de

maior entrosamento entre os participantes do projeto “Nutrição para Educação Infantil”, colaborando para maior cooperação e envolvimento dos mesmos.

Este estudo é um projeto piloto, pois para que ocorra uma mudança dos hábitos, comportamentos e idéias, é necessário um trabalho contínuo de estudos reflexivos dos profissionais atendidos, abordando novas temáticas, cada uma com um tempo de dedicação adequado, para aos poucos, conseguir atingir os objetivos traçados. Não se pode dizer, no entanto, que mudanças não foram realizadas e que objetivos não foram alcançados. Percebeu momentos de profunda reflexão durante as discussões e um notável interesse das professoras em participar mais ativamente das atividades de educação nutricional tanto auxiliando os estagiários, quanto em outros momentos em que se encontram a sós com seus alunos.

Quanto à capacitação em relação a conceitos de Nutrição e hábitos alimentares, o tempo não se mostrou suficiente para tais atividades. Notou-se muito interesse por parte das professoras em conhecer um pouco mais sobre os alimentos e a forma de organizá-los adequadamente a fim de obter-se uma alimentação equilibrada e saudável.

As professoras demonstram-se mais seguras e conscientes para continuar o processo de educação nutricional nos períodos em que um profissional de nutrição não esteja presente. Isso foi percebido com a evolução das opiniões e sugestões que foram discutidas ao longo de todas as atividades. Esta continuidade proporcionará ao projeto “Nutrição para Educação Infantil” melhor alcance dos objetivos que a longo prazo trarão benefícios para o público atendido, suas famílias e a saúde da população em geral.

Sugere-se, para um próximo trabalho, que o tempo seja maior. Um ponto positivo foi a possibilidade de realizar as atividades no horário de trabalho das professoras, o que motivou a participação.

A capacitação dos professores da Educação Infantil mediada pelo trabalho de um profissional nutricionista é importante para a educação nutricional de crianças até cinco anos, devendo ser motivada em todas as redes de ensino para que no futuro, adolescentes e adultos tenham hábitos alimentares saudáveis, melhorando a saúde de modo geral.

## **Referências**

ANDRADE, Durval Ângelo. GONÇALVES, Ana Maria. **Palavras encantadas**. Belo Horizonte: O Lutador, 2003.

AQUINO, Wanessa Françoise da Silva. CAMPOS, Soraia Augusta da Silva. O olhar dos profissionais de saúde e de usuários de uma unidade básica de saúde sobre a educação

nutricional. **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde**, Rio de Janeiro 1(2): 215-223, julho/dezembro, 2007.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. Código de ética profissional. Resolução nº 024/81. **CRN Notícias** 1(3), 1982.

DAVANÇO, Giovana Mochi. TADEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo. GAGLIANONE, Cristina Pereira. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a curso de Educação Nutricional. **Revista de Nutrição**, Campinas, 17(2):177-184, abril/junho, 2004.

JUZWIAK, C. R.. Educação nutricional para jovens: a importância do comunicador. **Nutrição – saúde e performance**. Consultoria nutricional. São Paulo 10(2): 28, 2001.

MACEDO, Irene C. CERVATO, Ana Maria. GAMBARDELLA, Ana Maria D. Estratégia de capacitação em educação nutricional para professores de educação infantil. **Revista Nutrição Brasil**, Rio de Janeiro: Janeiro/Fevereiro; 7(1): 16-17, 2008.

MIRANDA, Karla Corrêa Lima; BARROSO, Maria Grasiela Teixeira. A contribuição crítica em enfermagem. **Rev. Latino-am Enfermagem**, Julho/agosto; 12(4): 631, 2004.

POSSOLI, A.; et al. Oficinas de formação em nutrição para merendeiras e professoras da creche São Francisco de Assis. **Extensio – Revista Eletrônica de Extensão UFSC**. Florianópolis, 4, 2006.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Diretrizes Básicas em Saúde Escolar**, 1997. Disponível em: <[http://www.sbp.com.br/img/documentos/doc\\_diretrizes\\_saude.pdf](http://www.sbp.com.br/img/documentos/doc_diretrizes_saude.pdf)> Acesso em 02/10/2008.

SOUZA, Eliana Carla Gomes; et al. O papel da escola na formação do bom hábito alimentar. **Nutrição Brasil**, Rio de Janeiro, 6(2), março/abril, 2007.

TEMPORINI, Edméa Rita. Percepção de professores do Sistema de Ensino do Estado de São Paulo sobre o seu preparo em saúde do escolar. **Revista Saúde Pública**, S. Paulo 22(4):11-21, 1988.

TURANO, Wilma. ALMEIDA, Célia Cunha Cordeiro de. Educação Nutricional. In: GOUVEIA, Emília L. Cruz (Org.). **Nutrição, saúde e comunidade**. Rio de Janeiro: Revinter, 1999.

VALLE, Janaína Mello Nasser. EUCLYDES, Marilene Pinheiro. A formação dos hábitos alimentares na infância: uma revisão de alguns aspectos abordados na literatura nos últimos dez anos. **Revista de APS UFJF**, Juiz de Fora 10(1): 1-20, janeiro/junho, 2007.

VASCONCELOS, Eymard Mourão. Educação popular como instrumento de reorientação das estratégias de controle das doenças infecciosas e parasitárias. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 14 (Sup. 2): 39-57, 1998.



## **INTERVENTION STRATEGY IN THE PRACTICE OF NUTRITIONAL EDUCATION TEACHERS IN CHILD EDUCATION**

### **Abstract**

As health education is a process that aims at the autonomy of the individual to cope with daily life problems, Nutritional Education is an instrument for the promotion of health by means of the construction of good eating habits mainly acquired at a younger school age. Beginning with a diagnosis of activities applied to teachers of Children Education of a private school network in Caratinga-MG, a lack of participation was found in this process, even when the school was assisted a Nutritional Education project where Nutrition students taught classes to children. Lack of time and ignorance of basic Nutritional concepts were the main apparent problems. An intervention strategy was developed looking for the awareness and sensitivity of these professionals on the importance of their participation with children in forming good feeding habits. During the evaluation phase the importance of teacher training by a professional nutritionist with the aim of promoting health and the adoption of healthy life habits for children up to the age of five was observed.

**Key words:** Nutrition, Nutritional Education, Educative Intervention.