

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO
NÚCLEO DE SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

JEANE DE MORAIS SANTANA
MATEUS MOURA DE PAULA MACHADO

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM
ÂMBITO ESCOLAR NA FORMAÇÃO DE
HÁBITOS ALIMENTARES**

RECIFE/2022

JEANE DE MORAIS SANTANA
MATEUS MOURA DE PAULA MACHADO

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM
ÂMBITO ESCOLAR NA FORMAÇÃO DE
HÁBITOS ALIMENTARES**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro –UNIBRA,
como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em
Nutrição.

Professor(a) Orientador(a): Mariana Nathália Gomes de Lima.

RECIFE/2022

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 1745.

S232i Santana, Jeane de Moraes
A importância da educação alimentar e nutricional em âmbito escolar na
formação de hábitos alimentares. / Jeane de Moraes Santana, Mateus Moura
de Paula Machado. Recife: O Autor, 2022.

26 p.

Orientador(a): Esp. Mariana Nathália Gomes de Lima.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Nutrição, 2022.

Inclui Referências.

1. Educação alimentar e nutricional. 2. Alimentação escolar. 3.
Comportamento alimentar. I. Machado, Mateus Moura de Paula. II. Centro
Universitário Brasileiro - UNIBRA. III. Título.

CDU: 612.39

Dedicamos esse trabalho a nossos pais.

JOSÉ NIVALDO COSTA DE SANTANA

VALDILENE CORDEIRO DE MORAIS

GILDA OLINDINA DE MOURA

AGRADECIMENTOS

Agradecemos à Deus por sempre estar nos conduzindo e mostrando como passar pelos obstáculos, por nos dar força para alcançar o objetivo das nossas vidas, que é essa graduação.

À nossa orientadora Mariana Gomes, que nunca mediu esforços para nos ajudar, que sempre esteve disponível para nos orientar da melhor forma possível, esclarecendo nossas dúvidas com boas ideias.

Aos nossos familiares que sempre presenciaram nossos esforços.

“Ainda que a minha mente e o meu corpo enfraqueçam, Deus é a minha força, Ele é tudo o que eu sempre preciso.”

Salmos 73:26

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	9
2. REFERENCIAL TEÓRICO	10
2.1 HÁBITOS ALIMENTARES NA INFÂNCIA	10
2.2 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA ESCOLA.....	12
2.3 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)	13
3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO	15
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	16
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
REFERÊNCIAS	23

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ÂMBITO ESCOLAR NA FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES

Jeane de Morais Santana
Mateus Moura de Paula Machado
Mariana Nathália Gomes de Lima¹

Resumo: A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) se consolida como uma importante estratégia de promoção da saúde, principalmente na infância, por ser um momento em que o comportamento alimentar é construído. A escola é um dos principais componentes do ambiente alimentar, onde as crianças permanecem por longos períodos, considerada um espaço privilegiado para o desenvolvimento de práticas alimentares saudáveis. O objetivo do trabalho é destacar a importância da formação dos hábitos alimentares na infância e como são fundamentais as ações em EAN que abordam a merenda escolar enquanto instrumento educativo para promoção de um estilo de vida saudável. A busca foi realizada nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library (SciElo), Literatura Latino Americana e do Caribe (LILACS), via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). O ambiente escolar é um lugar propício para o desenvolvimento das estratégias de EAN, porém, o consumo de alimentos ultra processados no entorno das escolas, e também aqueles que são levados de casa, são ingeridos com alta frequência pelos escolares. Foi observado que aumento da obesidade infantil está associado a esses maus hábitos, podendo gerar problemas mais graves futuramente, sendo mais difícil de reverter em muitos casos.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional, Alimentação Escolar e Comportamento Alimentar.

¹Nutricionista e especialista em Saúde Coletiva. Professora do Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA). E-mail: mariana.lima@grupounibra.com

1. INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma estratégia de promoção da saúde para a construção de hábitos alimentares saudáveis, contribuindo de maneira significativa no controle do avanço das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e as deficiências nutricionais. O ambiente escolar surge como espaço adequado e propício para o desenvolvimento dessas ações educativas, pois é nele que as práticas pedagógicas essenciais para o processo de aprendizagem e melhoria do estilo de vida acontecem em grande parte da vida de crianças e adolescentes (BORSOI, TEO, MUSSIO, 2016).

Os hábitos alimentares se iniciam durante a infância e existem vários fatores que influenciam na formação de hábitos alimentares saudáveis ou não, que muitas vezes estão associados à interferência da mídia com a publicidade de alimentos industrializados, o ambiente em que a criança se encontra, o acesso ao alimento, e a educação. Nesse caso, crianças que fazem o consumo excessivo de alimentos processados e ultra processados, tendem a desenvolver sobrepeso, obesidade e doenças crônicas associadas (TORRES et al., 2020).

De acordo com o Ministério da Saúde (MS), a obesidade afeta 13,2% das crianças entre 5 e 9 anos acompanhadas no Sistema Único de Saúde (SUS), e pode trazer consequências preocupantes ao longo da vida. Nessa faixa-etária, 28% das crianças apresentam excesso de peso, um sinal de alerta para o risco de obesidade ainda na infância ou no futuro. Entre os menores de 5 anos, o índice de sobrepeso é de 14,8, sendo 7% já apresentam obesidade. Os dados são de 2019, baseados no Índice de Massa Corporal (IMC) de crianças que são atendidas na Atenção Primária à Saúde (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

O papel da escola na formação de hábitos saudáveis deve ser incentivado, junto com a gestão escolar, o nutricionista e os profissionais da educação com o apoio das políticas públicas. Dentre essas, cabe ressaltar o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que tem como intuito fornecer uma alimentação adequada e saudável durante o tempo que o aluno permanece na escola, realizando também ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) integrando a temática à prática curricular (SANTOS, 2017).

O PNAE pode ser visto como inovação em políticas públicas por considerar que o fornecimento da alimentação escolar deve estar relacionado a iniciativas de

compras sustentáveis, articuladas com o fortalecimento da agricultura familiar e a busca da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) dos estudantes (KROTH, GEREMIA, MUSSIO, 2020).

A EAN é de extrema importância na infância em escolares, nesse ciclo as crianças estão se desenvolvendo não apenas fisicamente, mas aderindo autonomia e formando conceitos e hábitos que levarão consigo para a vida adulta. Assim as ações que visem implementar processos educativos relacionado à alimentação podem ser bastante efetivas nessa fase.

Portanto no ambiente escolar a elaboração de práticas pedagógicas é essencial, como exemplo: as atividades lúdicas são importantes para o ensino e aprendizagem em EAN; a utilização de oficinas culinárias como recurso pedagógico; intervenções nutricionais com os alunos na modificação do consumo alimentar; incentivando escolhas alimentares saudáveis e o conhecimento sobre alimentação e nutrição. Por isso, se faz necessário conhecer estudos científicos que abordem a temática da alimentação saudável no ambiente escolar através da EAN para promoção de hábitos saudáveis na infância.

O objetivo do trabalho é destacar a importância da formação dos hábitos alimentares na infância e como são fundamentais as ações em EAN que abordam a merenda escolar enquanto instrumento educativo para promoção de um estilo de vida saudável.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 HÁBITOS ALIMENTARES NA INFÂNCIA

A formação dos hábitos alimentares sofre influência da herança genética, que pode interferir nas escolhas alimentares; assim como de fatores ambientais, a forma como a alimentação complementar será introduzida nos primeiros meses de vida, trazendo experiências positivas e negativas quanto à alimentação ao longo da infância, e hábitos familiares e condições socioeconômicas (LOPES, DELLA LÍBERA, 2017).

A mamantação pode diminuir o risco de obesidade infantil, pois os mecanismos protetores do leite incluem desde sua composição nutricional única até a intervenção

de fatores ambientais e comportamentais. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), as crianças devem receber exclusivamente leite materno durante os seis primeiros meses de vida (NEVES et al., 2010).

Após os seis meses de vida, a introdução de alimentos deve ser feita de forma contínua para que o bebê aos poucos vá se familiarizando com as novas texturas e sabores que são tão diferente do aleitamento materno. É importante neste processo de descobertas pegar com as mãos os alimentos antes de comer, uma vez que já é de costume levar aquilo que lhe é desconhecido a sua boca como uma forma de exploração do novo, esse ato é prazeroso para o bebê e ainda contribui no seu crescimento (SILVA, 2019).

A infância é uma fase crítica para o desenvolvimento de comportamentos associados à alimentação e é considerada essencial na prevenção do excesso de peso, da doença e na promoção da saúde. Os fatores culturais, socioeconômicos e psicossociais mostram um impacto determinante nos hábitos alimentares infantis desde a primeira infância. O contexto social adquire um papel primordial no comportamento alimentar das crianças. Os pais ou cuidadores desempenham uma função fundamental quanto ao padrão e a prática alimentar dos pequenos (SILVA, TEXEIRA, 2018).

A alimentação adequada na infância contribui para a criação de hábitos alimentares saudáveis, que podem perdurar durante a vida adulta, as crianças que consomem uma má alimentação desde a infância tendem ao desenvolvimento precoce de sobrepeso e obesidade, e outras doenças crônicas associadas. Por outro lado, as crianças sujeitas a práticas alimentares conseguem seu desenvolvimento normal e se tornam adultos mais saudáveis, com maior capacidade intelectual e produtiva (CARVALHO et al., 2015).

Programas na atenção à obesidade infantil têm destacado o quão difícil é conseguir minimizar esta condição. Nem todos os que procuram assistência têm resultado mantendo ou diminuindo o índice de massa corporal. Sabe-se, ainda, que a compreensão da família é de extrema importância, pois são os pais que proporcionam o ambiente da criança podendo contribuir ou dificultar o controle do consumo de alimentos pouco calóricos. Em geral são os responsáveis que oferecem aos filhos os alimentos, diretamente, por meio do preparo de refeições ou concedendo sua compra pela própria criança (FREITAS, COELHO, RIBEIRO, 2009).

2.2 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA ESCOLA

A alimentação em pré-escolares é bastante influenciada pelo período que a criança permanece na escola e pelo contato com as outras crianças. A escola é um lugar onde os alunos passam maioria do seu tempo, atuando de maneira significativa na formação de hábitos alimentares, sendo um local de referência para a implementação das ações de educação alimentar e nutricional dos indivíduos (CARVALHO et al., 2014).

A inclusão da EAN no currículo escolar, envolvendo ativamente professores, grupo escolar e a família, de forma a levar informações sobre nutrição e temas relacionados aos alimentos, proporciona o alcance de um adequado estado nutricional infantil, com resultados positivos na vida adulta (COSTA et al., 2018).

Nesse sentido, a merenda escolar é de grande importância para atender os requisitos nutricionais das crianças em fase escolar, porém, muitas não usufruem da alimentação ofertada pela escola, mas sim lanche levado de casa ou comercializados em cantinas escolares, desperdiçando, dessa forma, recursos públicos, além de contribuir para uma alimentação inadequada e resultantes complicações de saúde (REIS, VASCONCELOS, BARROS, 2011).

Estudos sobre o consumo alimentar nas escolas revelam o excesso na ingestão de alimentos de baixo valor nutricional e alto valor calórico, sejam estes alimentos adquiridos nas cantinas escolares, levados de casa para consumo na escola ou ainda fornecidos por programas públicos de alimentação escolar (ROSSI et al., 2019).

Além disso, a publicidade de alimentos e sua interferência nas escolhas alimentares têm sido motivo de discussões constantes, sendo imposta à propaganda parte da responsabilidade pelos problemas de má alimentação do público infantil. Tal condição tem levado a ações governamentais que pretendem disciplinar os anúncios de alimentos, principalmente aqueles destinados a essa população (REIS, VASCONCELOS, BARROS, 2011).

A educação nutricional é desafiadora, ela exige desenvolvimento de ações educativas que permitam abraçar os problemas alimentares em sua complexidade, tanto no aspecto biológico como no social e cultural. É função do nutricionista ajudar as pessoas a mudarem seus hábitos alimentares, através da assistência nutricional a indivíduos e coletividade (KOPS, ZYS, RAMOS, 2013).

Para que a educação nutricional possa ser positiva em seus objetivos, deve

estar associada a utilização de metodologias lúdicas e dinâmicas em sala de aula, usando na criança, sua criatividade e imaginação, o que promovera um ambiente de ensino proveitoso à convivência saudável, iniciando assim um processo de confirmação da identidade alimentar (MARTINS, WALDER, RUBIATTI, 2010).

2.3 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)

No Brasil a alimentação escolar surgiu na década de 40, e no início, apresentava características conceituais, de gestão e execução similares aos demais países da região. Desde então, foi passando por várias modificações; a partir de 1979, passou a ser chamado de Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Ao longo das últimas décadas, passou por renovações e um dos avanços recentes foi a aprovação da Lei no 11.947/2009 e suas regulamentações, que implementaram mudanças fundamentais ao programa, como o reconhecimento da alimentação escolar como instrumento de cumprimento do direito humano à alimentação adequada, inclusão da educação alimentar e nutricional de forma transversal no currículo escolar e a vinculação com a agricultura familiar (SCHWARTZMAN et al., 2017).

A Lei no 11.947 institui a obrigatoriedade de que, do total dos recursos financeiros repassados pelo governo federal aos estados e municípios para a merenda escolar, no mínimo 30% devem ser aplicados na aquisição de produtos diretamente da agricultura familiar. Um elemento fundamental instituído é que essa compra pode ser realizada por meio de uma modalidade de compras dirigida especificamente aos agricultores familiares, e não necessariamente pelo procedimento licitatório tradicional, contribuindo assim, o acesso dos agricultores a um programa institucional. Além disso, a Lei estabelece que os cardápios devam ser feitos por nutricionista, com ênfase em alimentos básicos, que respeitem a cultura e a tradição alimentar locais, relacionando-se com a sustentabilidade e a diversificação agrícola da região (SCHWARTZMAN et al., 2017).

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) consiste na política pública de alimentação mais antiga do Brasil, é um dos maiores programas de alimentação e nutrição do país. A origem do atual programa foi instituída em 1955, com a criação da Campanha da Merenda Escolar (CME), que a princípio, contou com o financiamento de Organizações Internacionais. Atualmente, o PNAE consiste na

transferência de recursos financeiros do Governo Federal, de forma complementar aos estados, Distrito Federal e municípios, para obtenção de alimentos destinados à merenda escolar (SZIWELSKI et al., 2015).

De acordo com resolução nº26/2013, o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) determina as regras para a execução do PNAE, elaborando as estratégias de Educação Alimentar e Nutricional para contribuir com a formação de hábitos alimentares saudáveis. Algumas dessas ações de EAN propostas trazem a alimentação e nutrição como eixo temático do currículo escolar; o incentivo à utilização de produtos orgânicos; o desenvolvimento de tecnologias sociais voltadas à alimentação escolar; e o uso do alimento como instrumento pedagógico, a exemplo de hortas e oficinas culinárias na escola (ROSSETT, WINNIE, SILVA, 2016).

O ambiente escolar é um espaço ímpar para a promoção dessas ações, pois consiste num campo privilegiado para a construção de valores e modos de conhecer o mundo, atuando na produção social da saúde. No Brasil, a escola tem sido cenário para a redução política e prática entre os setores Saúde e Educação, no contexto da intersectorialidade prevista no Sistema Único de Saúde. A execução de diagnóstico nutricional na escola é esperada em programas governamentais, como no Programa Nacional de Alimentação do Escolar (PNAE) e no Programa Saúde na Escola (PSE), que procuram promover alimentação saudável, saúde e nutrição na rede pública de ensino (LOURENÇO et al., 2019).

O programa do PNAE atende a todas as escolas públicas, independentemente das condições socioeconômicas do estudante. Apesar disso, não exclui que a maior adesão de alunos que se alimenta da merenda escolar é com frequência, de estudantes em situações de baixa renda. A merenda escolar, muitas vezes é a única refeição do dia (FERREIRA, ALVES, MELO, 2019).

A criação do PSE, instituído pelo decreto presidencial n.º 6.286, de 5 de dezembro de 2007, resultante do trabalho entre os Ministérios da Saúde e da Educação (VASCONCELOS, BARROS, 2011). Seu objetivo principal é contribuir para o desenvolvimento integral dos estudantes da rede pública de educação básica por meio das ações de prevenção, promoção e atenção à saúde, incluindo as redes do Sistema de Educação e do Sistema Único de Saúde(SUS) mediante a junção das escolas públicas, unidades básicas de saúde e unidades de Saúde da Família (FARIAS et al., 2016).

O PSE tem o intuito de contribuir para o enfrentamento das vulnerabilidades

que comprometem o pleno desenvolvimento de crianças, adolescentes e jovens brasileiros. Esse programa reconhece e acolhe as ações de integração entre saúde e educação, já existentes e que têm impactado positivamente a qualidade de vida dos alunos (FARIAS et al., 2016).

3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa com artigos científicos baseado na educação alimentar e nutricional em escolas brasileiras, realizada no período de fevereiro até novembro de 2022. A busca foi feita nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library (SciELO); Literatura Latino Americana e do Caribe (LILACS), via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), a fim de identificar artigos científicos publicados no período de 2016 até 2022, pela sua atualidade. Os termos de busca utilizados foram “Educação Alimentar e Nutricional, Alimentação Escolar e Comportamento Alimentar.” Depois de uma primeira etapa de busca abrangente, foi realizada a análise de títulos e resumos, com o objetivo de verificar se os artigos se encaixavam nos critérios de inclusão.

Os critérios de inclusão utilizados foram: artigos científicos em língua portuguesa, publicados nos últimos seis anos e que tenha afinidade com o tema do trabalho. Foram excluídos alguns artigos duplicados encontrados durante a busca, ou que não tinha relação com o tema do trabalho. Por fim, foram selecionados 8 artigos científicos que correspondiam aos critérios estipulados.

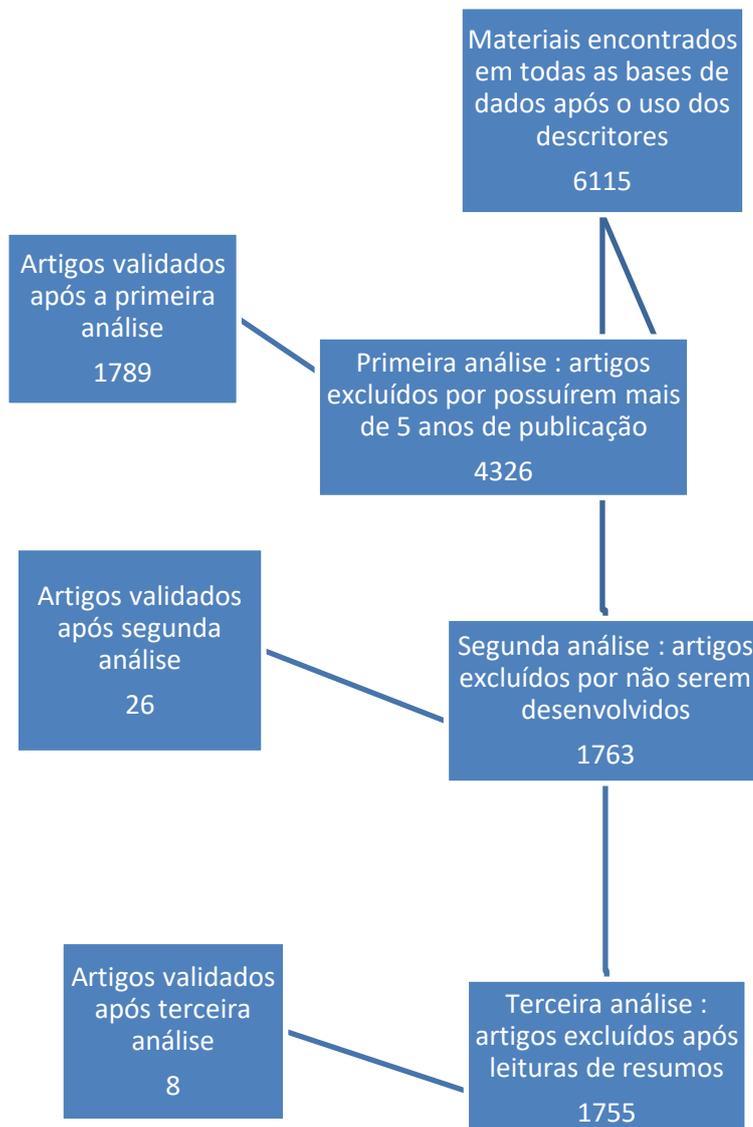
Além dos critérios de inclusão já referidos, a pertinência dos artigos selecionados para a construção dessa argumentação se justifica porque os mesmos abordam assuntos relevantes para pensar no planejamento e a prática das ações sobre EAN.

Quadro 1. Busca dos artigos com base nos descritores e base de dados utilizadas.

Bases de dados	Descritores utilizados	Resultados obtidos	Resultados excluídos	Estudos utilizados na revisão
SciELO	Educação Alimentar e Nutricional,	1976	1970	6
LILACS		4139	4137	2

Total	Alimentação Escolar e Comportamento Alimentar.	6115	6107	8
-------	--	------	------	---

Imagem 1. Fluxograma de busca integrada.



4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca dos artigos foi através de duas bases de dados, SciElo e LILACS, entre os anos de 2016 a 2022. Foram encontrados vinte e seis artigos nas bases, que após

o processo de refino somente oito artigos enquadraram-se nos critérios de inclusão, sendo que seis deles (66,6%) foram oriundos da base de dados SciELO e dois artigos (33,3%) foram encontrados na LILACS. Como fizeram parte da amostra somente artigos publicados em português, era de se esperar que a maioria fosse encontrada na base de dados LILACS, uma vez que a mesma abrange estudos nacionais.

Quadro 2. Análise dos artigos encontrados.

Artigos	Objetivos	População Estudada e/ou Faixa Etária	Resultados
A1	Porque abrange a importância dos pais na influência de hábitos alimentares.	Pais e filhos	O contexto familiar e escolar, questões socioeconômicas e culturais podem se relacionar com o comportamento alimentar da criança.
A2	Há indícios da associação positiva entre obesidade e algumas características do ambiente alimentar nas escolas.	Crianças entre 7 e 10 anos	O consumo de lanches de baixo valor nutricional no ambiente escolar é preocupante, especialmente entre os escolares da rede pública, os quais são beneficiários do PNAE.
A3	No caso do público infantil, a escola é um dos principais componentes do ambiente alimentar, onde as crianças permanecem por longos períodos, considerada um espaço privilegiado para o	Estudantes de 7 a 15 anos	Não foi verificada diferença significativa no entorno das escolas públicas e privadas quanto ao tipo de alimentos comercializados

	desenvolvimento de práticas alimentares saudáveis.		. Ambas apresentaram um número expressivo de comércio que disponibilizava, predominantemente, de alimentos de baixo valor nutricional.
A4	Tem como objetivo principal analisar o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).	Escolas	Um fator primordial para a promoção da saúde que é o fornecimento e o estímulo a uma alimentação saudável com foco na população infantil.
A5	Objetivo realizar uma análise sumária das pesquisas avaliativas sobre o Programa Nacional de Alimentação Escolar.	Estudos avaliativos do PNAE	A formação de hábitos alimentares saudáveis é essencial durante o período escolar, para o qual estratégias de educação alimentar e nutricional são necessárias e a escola deve promovê-las.
A6	Buscar e analisar às estratégias de educação nutricional utilizadas na educação básica de escolas públicas e privadas para a formação de hábitos alimentares mais saudáveis.	Escolas públicas e privadas	Ressaltar que as ações para promoção de hábitos alimentares saudáveis no ambiente escolar devem ocorrer de forma programada, contínua e sistemática, adequadas a públicos específicos.

A7	Tem o objetivo identificar as ações educativas realizadas no Programa Saúde na Escola.	Resultados de pesquisas relevantes	De acordo com os estudos revisados, a educação em saúde vem sendo apontada como uma das melhores estratégias para alcance de indicadores positivos, no que diz respeito à promoção da saúde e prevenção de doenças em escolas.
A8	Avalia o consumo de produtos ultra processados e os fatores associados em crianças pré – púberes.	378 crianças de 8 e 9 anos	Que o consumo de produtos ultra processados esteve associado às melhores condições socioeconômicas das famílias das crianças.

Em relação ao assunto de EAN, foi encontrado um artigo, onde mostra a importância da elaboração de ações e estratégias de Educação Nutricional no público infantil. A educação alimentar e nutricional tem como importante estratégia a formação de hábitos alimentares saudáveis, desde a infância, principalmente nessa fase da vida, pois são formados os hábitos alimentares que prevalecem na vida adulta. A prática constante de hábitos alimentares saudáveis pode ser estabelecida, a partir de uma educação nutricional permanente dentro da escola, com desenvolvimento de abordagens, que permitam abraçar os problemas alimentares de modo mais amplo (REIS, REINALDO, 2018).

O ambiente alimentar e o comportamento alimentar nas escolas, foi citado em um dos artigos. A escola é um dos principais componentes do ambiente alimentar, onde as crianças permanecem por longos períodos, considerada um espaço apropriado para o desenvolvimento de práticas alimentares saudáveis. Os alunos sejam de escola pública ou privada, estão expostos a ambientes que comercializam, em sua maioria, alimentos ultra processados (HENRIQUES et al., 2021).

Sobre o consumo alimentar no ambiente escolar, foi observado que a maioria das escolas fornecem o alto consumo de alimentos de baixo valor nutricional e alta densidade energética, sejam estes alimentos adquiridos nas cantinas, levados de casa para consumo na escola, ou ainda fornecidos por programas públicos de alimentação escolar. A oferta de doces e frituras, e a disponibilidade de máquinas ou pontos de venda de alimentos e bebidas tem uma associação significativa com a obesidade em escolares (ROSSI et al., 2019).

Um dos trabalhos enfatizou a relação do comportamento dos pais com o comportamento alimentar das crianças. Os pais ou cuidadores responsáveis pela alimentação da família são facilitadores do consumo de alimentos não saudáveis pelas crianças. Nos dias atuais, a maioria das famílias têm as preferências voltadas para alimentos que não demandam muito tempo de cocção e preparo e que sejam aderentes às suas condições socioeconômicas. Essas escolhas podem levar a uma alimentação desequilibrada, com excesso de sal, açúcar e gorduras, e a falta de nutrientes. Somado a isso, destaca-se o fato dos pais não serem os únicos responsáveis pela oferta de alimentos para seus filhos, existindo outros ambientes, como escolas e creches, exercendo papel primordial nos primeiros anos de vida da criança, no que refere-se à construção de hábitos alimentares (SANTOS, COELHO, ROMANO, 2020).

O ambiente familiar tem impacto significativo no comportamento alimentar, assim, os pais devem oferecer uma alimentação adequada aos seus filhos, porque, é na família em que se inicia o padrão alimentar que pode durar toda a vida e esse padrão pode sofrer influências culturais. A restrição de alguns alimentos, a pressão para comer, a recompensa com alimentos após ações positivas e ainda a disponibilidade de diversos alimentos em casa, podem afetar a preferência alimentar e o controle da criança, ou seja, alteram a capacidade de percepção dos sinais internos de fome e saciedade (SANTOS, COELHO, ROMANO, 2020).

O consumo de industrializados foi abordado em um dos artigos. Nos últimos anos ocorreram alterações nos padrões alimentares da população brasileira, marcado pela diminuição do consumo de alimentos in natura e minimamente processados, e do aumento da ingestão de produtos processados e ultra processados. Essas mudanças refletem numa dieta com maior densidade energética, relacionado a um aumento na ingestão de aditivos químicos, açúcar, sódio, gordura saturada e à diminuição do consumo de fibras. O consumo de produtos processados tornou-se um

hábito desde os primeiros anos de vida, com a introdução da alimentação complementar. No Brasil, uma a cada três crianças menores de dois anos já consumiram refrigerantes, bolos e biscoitos. E que o consumo de produtos ultra processados esteve associado às melhores condições financeiras dos pais das crianças (SILVA et al., 2019).

O Programa Saúde na Escola (PSE), abordado em um dos artigos, visa a intensificação das capacitações dos profissionais, estilos de vida, ambiente escolar saudável com melhoria da conduta escolar, bem como qualidade da formação, da modificação dos métodos e de investigações. Atualmente, a temática saúde na escola recebe importante atenção de organismos internacionais, em especial, a Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Unesco, o que confirma a relevância do assunto em âmbito mundial. Sobretudo, por se tratar de intervenções em fase de desenvolvimento fundamental na vida do escolar, rumo à adolescência, etapa muito importante na aquisição de conhecimentos e nas escolhas de atitudes e comportamentos protetivos sobre saúde, com influência para a qualidade de vida futura (JACOB et al., 2016).

Quanto ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), foi utilizado de um artigos. O objetivo do programa é contribuir para a melhoria e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos de toda a educação básica pública, por meio de ações de EAN e da proposta de refeições que cubram as suas carências nutricionais durante o período letivo. O PNAE se destaca por ser um dos maiores programas do mundo a abranger a alimentação escolar contemplando o Direito Humano à Alimentação Adequada e a Segurança Alimentar e Nutricional (PEDRAZA et al., 2018).

O PNAE vigora no Brasil desde a década de 1940. Por quase 50 anos de sua existência, o Programa criou um caráter assistencialista e centralizador, em que o Governo Federal se comprometia pelo planejamento dos cardápios e efetuava as compras para todo o país, sem espaço para atender a diversidade da cultura alimentar brasileira e sem gerar impactos positivos sobre o desenvolvimento regional sustentável (KROTH, GEREMIA, MUSSIO, 2020).

De acordo com os resultados apresentados, a educação alimentar e nutricional (EAN), vem sendo apontada como uma das melhores estratégias para formação de bons hábitos alimentares na infância, como maneira de prevenção de doenças crônicas não transmissíveis ao longo da vida.

A escola é um ambiente propício para o desenvolvimento das estratégias de EAN, porém, o consumo de alimentos ultra processados no entorno das escolas, e também aqueles que são levados de casa, são ingeridos com alta frequência pelos escolares. Com o início da vida escolar, a criança fica sujeita às influências nos padrões alimentares, sendo esta fase típica para a formação de hábitos e comportamentos.

Nesse estudo, ainda foi visto que o comportamento dos pais tem grande influência, onde eles ou responsáveis, optam em ofertar a criança alimentos mais práticos, onde não requer o trabalho de preparo como refrigerantes, biscoitos e bolos. O consumo alimentar no ambiente escolar revelam o alto consumo de alimentos de baixo valor nutricional e alta densidade energética, que por muitas vezes acaba acarretando no sobre peso ou na obesidade infantil .

Por isso o papel do nutricionista se faz necessário durante a introdução alimentar nos primeiros anos de vida, contribuindo na construção de hábitos saudáveis, e fazendo orientações e mostrando a importância aos pais, para que esses permaneçam com a alimentação adequada.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme o trabalho realizado, foi visto que os maus hábitos alimentares nas escolas entre as crianças, tem sido um problema de saúde pública que está relacionado com os comportamentos dos pais, onde estes acabam optando por alimentos mais práticos de serem levados para a escola, sendo alimentos industrializados com alto valor energético e menos nutritivos.

Vale ressaltar que a merenda escolar é de grande importância, porém, o programa que atende a alimentação, disponibiliza um baixo custo para cada refeição, não sendo suficiente para suprir as necessidades nutricionais, fazendo que os alunos procurem por alimentos não saudáveis.

Com isso, foi observado que o aumento da obesidade infantil está associado a esses maus hábitos, podendo gerar problemas mais graves futuramente, sendo mais difícil de reverter em muitos casos. Por isso a EAN tem o papel fundamental, elaborando estratégias que visam minimizar os problemas nutricionais nas escolas.

REFERÊNCIAS

BORSOI, A.T.; TEO, C.R.P.A.; MUSSIO, B.R. Educação alimentar e nutricional no ambiente escolar: uma revisão integrativa. **Revista Ibero Americana de Estudos em Educação**, 2016. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.21723/riaee.v11.n3.7413> . Acesso em: 6 de março.

CARVALHO, C.A. et al. Consumo alimentar e adequação nutricional em crianças brasileiras: revisão sistemática. **Revista Paulista de Pediatria**, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/tpJpvdBLB4TQdjMc6rMxJMq/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 1 de junho.

CARVALHO, N.C. et al. Hábitos alimentares na escola infantil. **Revista Científica Interdisciplinar. ISSN**, 2014. Disponível em: https://web.archive.org/web/20170427181028id_ Acesso em: 2 de maio.

COELHO, Luana Vital et al. Comportamento do país e comportamento alimentar da criança: Revisão Sistemática. **Revista Cuidarte**, 2020. Disponível em: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/1041> Acesso em: 8 de novembro

COSTA, Mayara Carvalho et al. Estado nutricional, práticas alimentares e conhecimentos em nutrição de escolares. **Revista de Atenção à Saúde**, 2018. Disponível em: https://www.seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/4811/pdf Acesso em: 24 de agosto.

DA SILVA JACOB, Lia Maristela et al. Ações educativas para promoção da saúde na escola: revisão integrativa. **Saúde e pesquisa**, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/7146> Acesso em: 10 de setembro.

DOS REIS, Wagner Alessandro; DOS SANTOS REINALDO, Amanda Márcia. Estratégias de Educação Alimentar e Nutricional no ambiente escolar: uma revisão integrativa. **Revista de APS**, 2018. Disponível em:

<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15522> Acesso em: 24 de agosto.

FARIAS, Isabelle Caroline Veríssimo de et al. Análise da intersectorialidade no Programa Saúde na Escola. **Revista Brasileira de Educação Médica**, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/39ZTRdxxTHwsQx5hCdjWzjB/?format=html&lang=pt> Acesso em: 20 dezembro.

FERREIRA, H.G.R.; ALVES, R.G.; MELLO, S.C.R.P. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE): alimentação e aprendizagem. **Revista da Seção Judiciária do Rio de Janeiro**, 2019. Disponível em: <http://revistaauditorium.jfrj.jus.br/index.php/revistasjrj/article/view/150> Acesso em: 03 de maio.

HENRIQUES, Patrícia et al. Ambiente alimentar no entorno de escolas públicas e privadas: oportunidade ou desafio para uma alimentação saudável?. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/nyx4MCYFPjZCnxqxXBvwhsG/?lang=pt> Acesso em: 8 de novembro.

KROTH, Darlan Christiano; GEREMIA, Daniela Savi; MUSSIO, Bruna Roniza. Programa Nacional da Alimentação Escolar: uma Política Pública Saudável. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/7VCwpwHHvPb8KxQYdqBb35M/?lang=pt> Acesso em: 15 de outubro.

LOPES, M. M. D.; DELLA LÍBERA, B. Educação nutricional e práticas alimentares saudáveis na infância. **Revista Interdisciplinar Pensamento Científico**, 2017. Disponível em: <http://143.244.215.40/index.php/reinpec/article/view/150> Acesso em: 15 de maio.

LOURENÇO, Ana Eliza Port et al. Influence of school ambience on the nutritional status of preschoolers of Macaé, Rio de Janeiro, Brazil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/nKP7hcYhn3vRXh6JzBkgbCR/abstract/?lang=en> Acesso em: 24 de agosto.

MARTINS, Daniela; WALDER, Bruna Scatolin Malatesta; RUBIATTI, Angélica de Moraes Manço. Educação nutricional: atuando na formação de hábitos alimentares saudáveis de crianças em idade escolar. **Rev Simbio-Logias**, 2010. Disponível em: https://www.ibb.unesp.br/Home/ensino/departamentos/educacao/revistasimbio-logias/educacao_nutricional_atuando_formacao_habitos_alimentares_.pdf
Acesso em: 15 de agosto.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Obesidade infantil afeta 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil. **gov.br Governo Federal**, 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/obesidade-infantil-afeta-3-1-milhoes-de-criancas-menores-de-10-anos-no-brasil> . Acesso em: 1 de abril.

NEVES, Patrícia MJ et al. Importância do tratamento e prevenção da obesidade infantil. **Educação Física em Revista**, 2010. Disponível em: https://repositorio-racs.famerp.br/racs_ol/vol-17-3/IDP7.pdf Acesso em: 10 de setembro.

PEDRAZA, Dixis Figueroa et al. Avaliação do Programa Nacional de Alimentação Escolar: revisão da literatura. **Ciência & saúde coletiva**, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/9SC5X6kS4Y8QCxH4gnzvPfB/abstract/?lang=pt>
Acesso em: 1 de novembro.

REIS, Caio Eduardo G.; VASCONCELOS, Ivana Aragão L.; BARROS, Juliana Farias de N. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil. **Revista paulista de pediatria**, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/8KSy3yMP9DV6ZCc6Z5gmktD/?format=pdf&lang=pt>
Acesso em: 24 de agosto.

ROSSI, Camila Elizandra et al. Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciencia & saude coletiva**, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/46sCqyvMtxHNNn66JV7skGH/?lang=pt&format=html>
Acesso em: 15 de outubro.

ROSSETTI, F.X.; SILVA, M.V.; WINNIE, L.W.Y. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e o desafio da aquisição de alimentos regionais e saudáveis. **Segurança Alimentar e Nutricional**, 2016. Disponível em:

<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8647528>. Acesso em: 10 de maio.

SANTOS, D.M.D. A alimentação escolar como estratégia de educação alimentar e nutricional: uma revisão da literatura. **Universidade Federal de Pernambuco Centro Acadêmico de Vitória de Santo Antão**, 2017. Disponível em: <https://attena.ufpe.br/bitstream/123456789/23871/1/SANTOS%2c%20Deborah%20Maria%20dos.pdf> . Acesso em: 27 de março. Citação extraída de um TCC.

SCHWARTZMAN, Flávia et al. Antecedentes e elementos da vinculação do programa de alimentação escolar do Brasil com a agricultura familiar. **Cadernos de Saúde Pública**, 2017. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=%28SCHWARTZMAN+et+al.%2C+2017%29&btnG= Acesso em: 20 de dezembro.

SILVA, Andrea Souza; COELHO, Simone Côrtes. OBESIDADE INFANTIL: INFLUÊNCIA DE HÁBITOS ALIMENTARES INDEQUADOS. **Saúde & Ambiente em Revista**, 2009. Disponível em: <http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/sare/article/view/613> Acesso em: 10 de setembro.

SILVA, Cláudia M.; TEIXEIRA, Tânia. Comportamento alimentar infantil e atitudes parentais face à alimentação das crianças, 2018. Disponível em: https://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/6417/1/12CongNacSaude_231.pdf Acesso em: 6 de agosto.

SILVA, Mariane Alves et al. O consumo de produtos ultraprocessados está associado ao melhor nível socioeconômico das famílias das crianças. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/5zNN563ccPcxBLg4CsvNJzC/?lang=pt> Acesso em: 28 de setembro.

SILVIA, Paula Ribeiro da. O mundo dos sabores e cheiros: estudos de caso sobre os

processos de introdução alimentar em uma creche do distrito federal e no lar, 2019. Disponível em: <https://bdm.unb.br/handle/10483/27440> Acesso em: 20 de julho.

SZINWELSKI, N.K. et al. Implicações do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) na renda e organização de agricultores familiares. **Revista Brasileira de Políticas Públicas**, 2015. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Carla-Rosane-Teo/publication/289389377__Familiares/links/568c76be08ae71d5cd04d898 Acesso em: 25 de abril.

TORRES, B.L.P.M. et al. Reflexões sobre fatores determinantes dos hábitos alimentares na infância. **Brazilian Journal of Development**, 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/16295/13324> . Acesso em: 21 de março.