

OBSERVAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS EM DUAS ESCOLAS DE EDUCAÇÃO BÁSICA NO AGRESTE SERGIPANO

Heloiza Maria Silva dos Anjos, Graduada em Licenciatura em Ciências Biológicas

Joicelayne da Cruz Souza, Graduada em Licenciatura em Ciências Biológicas

Mércia Passos da Cruz, Graduada em Licenciatura em Ciências Biológicas

Ruthy dos Santos Oliveira, Graduada em Licenciatura em Ciências Biológicas

Célia Gomes de Siqueira, Docente da Universidade Federal de Sergipe

heloizamaria22@gmail.com

RESUMO

A alimentação é essencial para a vida, ter uma boa alimentação é fundamental para a manutenção da saúde. É nos primeiros anos de vida que determinamos nossos hábitos alimentares, a família é quem determina o comportamento alimentar das crianças, os gostos alimentares são determinados pelo meio em que vivem, assim, os fatores sociais, culturais e econômico podem influenciar diretamente as experiências alimentar das crianças. A escola possui grande importância no contexto educacional, seja no aprendizado de conteúdo curricular, higiene, assim como na alimentação, atendendo aos parâmetros curriculares dos temas transversais e do programa Saúde na Escola do governo federal. Todos esses fatores em conjunto determinarão a saúde do indivíduo por toda vida. Este trabalho teve como objetivo averiguar se as crianças se alimentam adequadamente no ambiente escolar e analisar a diferença entre as instituições de ensino infantil e primeira fase do ensino fundamental menor. O estudo foi realizado com crianças do ensino infantil e fundamental menor em instituições da rede pública. A abordagem consistiu em pesquisa observacional, de caráter qualitativo, onde as crianças foram acompanhadas à distância durante o intervalo de tempo para realizarem as

refeições. Foram observados 180 alunos de duas escolas no turno da manhã, sendo 48.3% do Ensino Fundamental Menor (F), e 51.7% do Ensino Infantil (I). A faixa etária das crianças do Ensino Infantil é 4 a 6 anos e de 7 a 10 referente aos alunos do Ensino Fundamental. Na escola I o primeiro lanche e o almoço apresentavam valor nutricional relevante, pois o cardápio era preparado por nutricionista, com cardápio variado durante a semana e local com orientações para a lavagem das mãos antes das refeições. Entretanto, a maioria das crianças traziam lanche de casa, alimentos ricos em açúcar principalmente. Na escola F as refeições consistiram em pão com queijo e suco industrializado, sopa e arroz com frango, porém não existia cardápio nem nutricionista. Poucos alunos traziam lanche de casa, mas comprar batata frita, bolo recheado, churros, refrigerantes, pastel de forno, empada doce e guloseimas, e não havia material nem orientação disponível quanto a higiene das mãos.. O corpo docente não atendia aos alunos na escola F, enquanto que na escola I, funcionários sentavam-se com as crianças para auxiliá-los e comer com elas. Uma vez que a escola é um ambiente ideal para divulgação do conhecimento, a escola poderia trazer os pais para dentro da escola, para que, eles também possam ser educados, está situação poderia ser resolvida de diversas formas como: reuniões frequentes, oficinas, palestras. A escola é o lugar ideal para a promoção do hábito alimentar saudável, é ela a provedora da educação, e os alunos passam boa parte de suas vidas nela.

Palavras-chave: Comportamento Alimentar. Crianças. Escolas Públicas. Professores. Pais.

INTRODUÇÃO

A alimentação é um dos fatores mais importantes para a vida, e estar estreitamente associados a saúde, nutrição, crescimento e desenvolvimento infantil. É

nos primeiros anos de vida que a prática alimentar adequada se estabelece (TOLONI et al, 2011).

A alimentação correta, em quantidade e qualidade, permite ao organismo a energia e os nutrientes necessários para o desempenho de suas funções e para a manutenção de um bom estado de saúde. Pois, o consumo de alimentos em quantidades muito baixas é fator de risco para a nutrição do organismo, já o excesso de alimento estar relacionado a obesidade e suas comorbidades, como a hipertensão arterial, diabetes, doenças cardiovasculares, entre outros (CONCEIÇÃO et al, 2011).

Os fatores sociais influenciam as experiências alimentares das crianças, pois, o comportamento alimentar é determinado pela família. O hábito alimentar caracteriza-se pelas suas preferências, as crianças no período pré-escolar, acabam consumindo apenas alimentos de que gostam, entre os que são disponíveis (RAMOS et al, 2000).

É devido à sua importância que ambos, o Ministério da Saúde (BRASIL, 2007a) em parceria com o Ministério da Educação (2007b), desenvolveram o Programa Saúde na Escola, com base no Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007 (BRASIL, 2007c).

Segundo Ramos et al (2000), as crianças na idade pré-escolar têm preferências em alimentos com elevadas quantidades de carboidratos, açúcares, gorduras e sal. Talvez essas preferências seja por existir certas dificuldades em fazer a criança aceitar uma alimentação variada, ou pelo simples fato de seus familiares, não se alimentarem de forma variada com alimentos saudáveis, por opção ou por fatores econômicos.

A escola também possui grande importância no desenvolvimento alimentar dessas crianças, já que, elas chegam muito cedo nesse ambiente e passam boa parte de sua vida nela. A escola segundo Gonçalves et al (2008) é o lugar ideal para o desenvolvimento de programas de Promoção e Educação em Saúde de amplo alcance e repercussão, já que exerce uma grande influência sobre seus alunos na etapa formativa mais importante de suas vidas.

De acordo com Gonçalves et al. (2008), por resolução da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN), sugere que toda escola deve incorporar os princípios de promoção a saúde indicados pela OMS. Com objetivo de levar a criança e

ao adolescente ao desenvolvimento de hábitos saudáveis quanto a higiene pessoal, a alimentação, á pratica esportiva ao lazer, permitido assim a preservar a saúde.

O objetivo do estudo consiste em averiguar se as crianças se alimentam adequadamente no ambiente escolar e analisar a diferença entre as instituições de ensino infantil e primeira fase do ensino fundamental.

MÉTODOLOGIA

Este trabalho foi realizado em duas instituições de ensino da rede pública de educação, sendo uma escola do Ensino Fundamental Menor e a outra do Ensino Infantil, ambas localizadas no município do Campo do Brito, Sergipe. Foram escolhidas escolas de diferentes graus de ensino devido à faixa etária dos alunos serem distintos, porém aproximadas, para analisar o comportamento das práticas alimentares em diferentes idades.

O estudo tem um caráter qualitativo, que consistiu da observação do comportamento das crianças e funcionários durante os intervalos reservados para o consumo das refeições e recreação por um período de 3 dias aleatórios, tendo um enfoque na alimentação e higiene. Os resultados foram obtidos através dos registros e organização manual dos escritos. Para realizar a pesquisa observacional em cada escola, os diretores assinaram um termo de autorização.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram observados 180 alunos de duas escolas no turno da manhã, sendo 48.3% do Ensino Fundamental Menor (F) e 51.7% do Ensino Infantil (I), a primeira possuía 24 funcionários e a segunda apresentava 12 funcionários, ambas incluindo professoras, serventes e merendeiras. A faixa etária das crianças do Ensino Infantil é 4 a 6 anos e de 7 a 10 referente aos alunos do Ensino Fundamental.

A escola I oferece a primeira refeição às 8:00 horas, que é praticamente o desjejum das crianças, já que muitas, segundo a professora, não fazem essa refeição em suas casas antes de irem à escola e a segunda refeição ocorre às 11:00 horas. Na escola F a merenda começa a ser servida às 09:00 até 09:15 horas, sendo que os alunos são liberados conforme a idade, também existe um intervalo das 10:00 até 10:20 horas, no qual os alunos podem comprar alimentos. Em relação a saída das crianças para o refeitório, as professoras dos alunos mais novos os levam para lanche mais cedo, obedecendo uma ordem sequencial em ambas escolas, porém na escola F, as crianças mais velhas pegam a merenda e retornam para as salas.

Nas primeiras refeições da escola I foram oferecidos biscoito doce com leite e/ou suco de maracujá e duas vezes a merenda consistiu em biscoito doce com mingau devido a visita ter ocorrido em mesmo dia da semana. Nos almoços comeram feijão com arroz e frango desfiado, sendo que em um dia oferecido salada de tomate e alface e cozido de quiabo como acompanhamento. Ambas as refeições são acompanhadas por uma nutricionista que elabora um cardápio. Constatou que a maioria das crianças levavam lanches de casa, destes um grande número refere-se a produtos industrializados como achocolatado, refrigerantes, sucos de caixa, salgadinhos, biscoitos recheados, biscoito maisena, iogurte, guloseimas e poucas crianças levaram alimentos naturais e caseiros como frutas, sucos naturais e bolo de ovos. Nenhuma das crianças levaram lanche para o almoço, exceto em uma ocasião em que duas meninas levaram salgadinho.

O consumo de refrigerantes, achocolatados e sucos artificiais quase diariamente no desjejum do pré-escolar é muito preocupante, visto que possuem uma grande quantidade de açúcar e baixo teor de nutrientes, além de aditivos químicos. Um estudo realizado por Toloni et al. (2011) com crianças de faixa etária de 4 a 29 meses constataram a introdução de refrigerantes (56.5%) e sucos artificiais (63.6%) em crianças de até 12 meses. Dessa maneira, percebe-se que a introdução de alimentos industrializados no Brasil não se restringe na idade do pré-escolar, como já ocorre no berçário.

As crianças mostravam mais interesse pelos lanches que traziam de casa que consistem em alimentos ricos em açúcar, gordura e sódio. As escolhas alimentares infantis são, primeiramente, determinadas pelo ambiente familiar e, posteriormente, pelas outras interações psicossociais e culturais das crianças (Ramos e Stein, 2000). Dessa maneira, o trabalho que a escola tem em desenvolver um hábito alimentar saudável nos alunos acaba sendo inútil frente aos lanches que os pais e responsáveis deixam em posse das crianças. Além disso, as poucas crianças que trazem lanches mais saudáveis de casa estão expostas em um ambiente onde são influenciadas pelos outros alunos.

As merendas da escola F consistiram em pão com queijo e suco industrializado, sopa e arroz com frango, porém não existia um cardápio. Um número insignificante de alunos (n=2) trouxeram lanche de casa como refrigerante, biscoito, pipoca, achocolatado industrializado e bolo. Por outro lado, existiam intervalos em que os alunos poderiam comprar alimentos como batata frita, bolo recheado, churros, refrigerantes, pastel de forno, empada doce e guloseimas.

Durante as refeições as crianças da escola I conversavam e exibiam os lanches que traziam de casa, e algumas demonstraram cuidado para com os colegas. Em relação ao comportamento dos alunos da escola F durante as refeições, o consumo da merenda levava pouco tempo visto que aparentemente estavam mais interessados em brincar durante o intervalo, além disso, elas demonstraram menos zelo com os colegas e uma menor frequência em dividir o alimento. Alguns alunos de ambas as escolas se serviam mais de uma vez do lanche oferecido pela escola.

Durante as refeições na escola I, tinham muitas professoras e a merendeira próximas dos alunos, tendo no mínimo duas funcionárias com eles, e mesmo com pouquíssimas crianças (n=2) elas continuavam por perto. Na maioria das vezes as crianças não necessitavam de auxílio manual ou verbal das professoras para se alimentarem, exceto para abrir as embalagens de produtos alimentícios industrializados, entrega-los quando elas já estavam satisfeitas e para adicionar molho do cozimento do frango nos pratos dos alunos que o queriam. Apesar disso, eles gostavam de atrair a atenção delas.

Enquanto que na escola F notou-se que, na maioria das vezes, o corpo docente não estava próximo dos alunos e não os auxiliavam.

Em ambas as escolas foram vistas funcionárias comendo na mesa com os alunos, sendo que na escola F as professoras tinham mais tempo para lanche, provavelmente devido os alunos terem uma idade maior em comparação com os alunos da outra escola. Essa atitude é importante de modo que o docente age como modelo no comportamento alimentar dos escolares, assim é relevante que a orientação seja coerente e saudável com a práticas alimentares (Iuliano et al, 2009). O acompanhamento das professoras na alimentação dos alunos é tão fundamental quanto de um nutricionista, desde que estes docentes sejam devidamente capacitados como comprovado por Yokota e colaboradores (2010).

Observou apenas na escola I a presença de uma única toalha de algodão para todos os alunos, já na escola F os alunos enxugavam as mãos nas roupas devido não ter uma toalha disponível. No pátio da primeira escola tem uma pia dupla adaptada na altura das crianças e um cartaz com uma personagem infantil orientando aos alunos para lavarem as mãos antes das refeições. Por outro lado, na segunda escola existe uma parede com instruções de higiene, porém é muito alto para o alcance visual e a ilustração é incoerente com a informação, além da ausência de toalha (papel ou algodão) para enxugar as mãos. Em ambas as instituições não apresentaram imagens com o passo a passo de como lavar as mãos adequadamente e não dispuseram de sabonete.

Não se observou os funcionários da escola F orientando os alunos que merendaram no pátio a lavarem as mãos antes e após as refeições, enquanto na escola I os alunos frequentemente foram induzidos pelos cuidadores a lavarem as mãos e a boca, de modo que a partir do constante cuidado percebeu o desenvolvimento de um hábito saudável, no qual notou que muitas crianças higienizavam as mãos mesmo sem a ordem dos funcionários. Por outro lado, os funcionários desta instituição orientavam apenas após as refeições, o que é incorreto. Após as refeições os serventes de ambas as escolas limpavam as mesas e o chão e em nenhuma escola vislumbrou as professoras pedindo aos alunos para escovarem os dentes.

Ter mãos limpas é um direito e um dever segundo a OMS, e as escola é o espaço para promover ações educativas em saúde, para que os alunos possam aprender as práticas de higiene e levar para sua rotina. Lavar as mãos com água e sabão previne várias doenças, sendo um recurso barato e disponível para todos (Jaeger, 2012).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observou-se neste estudo que os alimentos industrializados são muito utilizados na alimentação infantil (escola I). Sendo, estes alimentos oferecidos às crianças como primeira refeição do dia, o que é lamentável, pois são os pais que mandam os alimentos nas lancheiras dos filhos, sendo os próprios pais responsáveis por desenvolver prática alimentares saudáveis.

Entretanto, a escola I já havia conversado com os pais, então o que deve fazer é intensificar e proibir o uso destes alimentos industrializados. Além disso, a escola poderia trazer os pais para dentro da escola, para que, eles também possam ser educados, está situação poderia ser resolvida de diversas formas como: reuniões frequentes, oficinas, palestras. A ideia é fazer que os pais sejam mais participativos na vida escolar de seus filhos e assim possam passar para seus filhos hábitos alimentares mais saudáveis.

A escola é o lugar ideal para a promoção do habito alimentar saudável, é ela a provedora da educação, e os alunos passam boa parte de suas vidas nela. No entanto, as escolas analisadas não cumprem seu papel como deveriam. Essas escolas ofertam o ensino infantil e fundamental, deve auxiliar e incentivar seus alunos a desenvolver prática alimentar saudável, já que, é nesse período que as crianças estão iniciando seu habito alimentar.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. Programa Saúde nas Escolas. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/expansao-da-rede-federal/194-secretarias-112877938/secad-ed>

ucacao-continuada-223369541/14578-programa-saude-nas-escolas>. 2007a. Acesso em: 19 jun.2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Programa Saúde na Escola (PSE). 2007b. Disponível em: <<https://aps.saude.gov.br/ape/pse/diretrizes/>>. Acesso em: 19 jun.2021.

BRASIL. Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007 - Institui o Programa Saúde na Escola - PSE, e dá outras providências. 2007c. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/expansao-da-rede-federal/194-secretarias-112877938/secad-educacao-continuada-223369541/14578-programa-saude-nas-escolas>>. Acesso em: 19 jun.2021.

CONCEIÇÃO, S. I. O. et al. Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de ensino em São Luís, Maranhão. **Rev. nutr**, p. 993-1004, 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/LrCyFhCVHB88s9vpGcHHJvt/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 10 out 2017. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732010000600006>

GONÇALVES, F. D. et al. A promoção da saúde na educação infantil. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 12, n. 24, p. 181-192, 2008. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/icse/a/mrv3zN4qwNhn3mjJDFDR8Sd/abstract/?lang=pt> >. Acesso em: 10 out 2019. <https://doi.org/10.1590/S1414-32832008000100014>

JULIANO, B. A. et al. Educação nutricional em escolas de ensino fundamental do município de Guarulhos-SP. **O mundo da saúde**, v. 33, n. 3, p. 264-272, 2009. Disponível em:< http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/69/264a272.pdf>. Acesso em: 10 out. 2020.

JAEGER, H. M. M. et al. **A lavagem das mãos no cotidiano da escola**: uma atitude de promoção da saúde. 2012. Disponível em: <http://arca.fiocruz.br/handle/icict/6819>>. Acesso em: 11 out. 2017.

RAMOS, M. et al. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. **Jornal de pediatria**, v. 76, n. Supl 3, p. S229-S237, 2000. Disponível em: < <http://www.cookie.com.br/site/wp-content/uploads/2014/07/Desenvolvimento-do-comportamento-alimentar-infantil.pdf>>. Acesso em: 10 out 2017.

TOLONI, M. H. A. et al. Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo. **Revista de Nutrição**, p. 993-1004 2011. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/5kZXbWMVCXWm9H8nMz7FJvg/?lang=pt>>. Acesso em: 10 out 2020.

YOKOTA, R. T. C. et al. Projeto "a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis": comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. **Revista de Nutrição**. Campinas, v. 23, n. 1, p. 37-47. 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/XYZh57nF56X5P5bC47tXFch/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 2 out. 2019. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732010000100005>