



INTERVENÇÕES EDUCATIVAS EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO PARA PROFESSORES DE UMA UNIDADE INFANTIL DE EDUCAÇÃO DO CAMPUS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA - RS

E. D. da Rosa¹, C. C. B. Brasil², C. R. Ciochetto³, V. R. Kirsten⁴; L. Toniolo⁵, S. S. dos Santos⁶.

1- Curso de Nutrição – Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (55) 997011544 – e-mail: (erikadalcin93@gmail.com)

2- Curso de Nutrição - Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (55) 9973-3165 – e-mail: (carla.brasil@ufsm.br)

3- Curso de Nutrição – Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (55) 98142-2019 – e-mail: (carla.ciochetto@ufsm.br)

4- Curso de Nutrição – Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (55) 99993-9431 – e-mail: (kirsten.vr@gmail.com)

5- Curso de Nutrição – Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (55) 98422-1656 – e-mail: (toniolo.larissa@acad.ufsm.br)

6- Curso de Nutrição – Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (55) 99163-0700 – e-mail: (sabrina.schaf@acad.ufsm.br)

RESUMO – A promoção da alimentação saudável no ambiente escolar é essencial para o desenvolvimento integral dos alunos e a formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância. O objetivo do trabalho foi promover a formação dos professores de uma escola de educação infantil, localizada no campus sede da Universidade Federal de Santa Maria, sobre Intervenções Educativas de Alimentação e Nutrição, com ênfase na utilização do Guia Alimentar para a População Brasileira. A metodologia incluiu a realização de encontro de formação presencial para os educadores, abordando temas como nutrição, alimentação saudável e educação alimentar. As atividades foram realizadas entre outubro e dezembro de 2024, as quais possibilitaram, que os educadores compartilhassem suas experiências práticas e dificuldades encontradas na aplicação do conteúdo, especialmente no que se refere à introdução de hábitos alimentares saudáveis. Pode-se concluir que a experiência foi extremamente enriquecedora, não apenas pelo alcance dos objetivos, mas também pelas lições aprendidas.

ABSTRACT – Promoting healthy eating in the school environment is essential for the whole development of students and the formation of healthy eating habits since childhood. The aim of this work was promoting teacher training from a kindergarten, located at the main campus



19 A 21 DE MAIO DE 2025 | BENTO GONÇALVES | RS

of the Federal University of Santa Maria, about Educational Interventions of Food and Nutrition, with emphasis on the use of the Food Guide for the Brazilian Population. The methodology included the accomplishment of face-to-face training meeting for educators, approaching topics such as nutrition, healthy eating and food education. The activities were carried out between October and December 2024, which allowed educators to share their practical experiences and difficulties found on applying the content, especially with regard to introducing healthy eating habits. It can be concluded that the experience was extremely enriching, not only for achieving the goals, but also for the lessons learned.

PALAVRAS-CHAVE: Hábitos Saudáveis. Ambiente Escolar. Guia Alimentar.

KEYWORDS: Healthy Habits. School Environment. Food Guide.

1. INTRODUÇÃO

O Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), por meio da Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (Pnae), recomenda o uso do Guia Alimentar para a População Brasileira por nutricionistas e demais atores envolvidos com a alimentação escolar no Brasil, como os professores. O guia é um documento produzido pelo Ministério da Saúde e publicado inicialmente em 2006 – com atualização em 2014 –, o qual traz diretrizes oficiais para a promoção de uma alimentação adequada e saudável para os brasileiros. (BRASIL, 2014).

A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), realizada em 2019, com jovens brasileiros na faixa etária de 13 a 17 anos, apontou que 49,3% dos estudantes afirmaram terem consumido alimentos ultraprocessados no dia anterior à pesquisa com predominância para os grupos de biscoitos e sobremesas industrializadas (42,5%) e alimentos ultraprocessados salgados (54,3%) (BRASIL, 2021).

A escola, como um espaço de convivência e aprendizado, tem um papel importante na promoção de uma alimentação saudável. Como os conceitos de nutrição podem ser difíceis para os alunos, é fundamental ensiná-los por meio de atividades práticas, como o preparo de alimentos e oficinas culinárias. Essas ações tornam o aprendizado mais atraente e eficaz. Além disso, a participação de toda a comunidade escolar, incluindo pais e associações, é essencial para fortalecer os resultados da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) (BRASIL, 2012). Diante do exposto, o objetivo do trabalho foi promover a formação dos professores de uma escola de educação infantil, localizada no campus sede da Universidade Federal de Santa



Maria (UFSM), sobre Intervenções Educativas de Alimentação e Nutrição, com ênfase na utilização do Guia Alimentar para a População Brasileira.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Este relato de experiência integra um projeto apoiado pelo Fundo de Incentivo ao Ensino (FIEEn) da UFSM e é executado por professores dos cursos de Nutrição e Tecnologia de Alimentos, juntamente com alunos do 4º semestre do curso de Nutrição desta universidade, na disciplina “intervenções educativas em alimentação e nutrição”. O público alvo da ação são professores que atuam em uma escola de educação infantil da UFSM. As atividades foram realizadas em dois turnos, entre outubro e dezembro de 2024 e foram planejadas durante as aulas da disciplina, em processo de construção coletiva com os acadêmicos.

Os encontros de formação foram realizados em quatro encontros em dois turnos, manhã e tarde, o presente relato refere-se ao turno da tarde. Foram abordados temas como: nutrição, alimentação saudável, princípios do Guia Alimentar, nova classificação dos alimentos, com a apresentação das categorias conforme o grau de processamento, discussões sobre mitos e verdades, análise de rótulos com foco na nova tabela nutricional, ato de comer e comensalidade, educação alimentar e estratégias pedagógicas para a promoção de hábitos alimentares saudáveis.

No primeiro encontro, foi realizado o diagnóstico situacional do ambiente escolar, que possibilitou o planejamento das atividades. Foi disponibilizado um questionário eletrônico contendo trinta e duas perguntas para todos os professores da unidade. No segundo encontro, ocorreu um acolhimento por meio de memórias alimentares afetivas, seguido pela apresentação do diagnóstico, identificando os desafios enfrentados, bem como apresentação de uma produção audiovisual referente aos princípios do Guia Alimentar. O terceiro encontro foi marcado por uma atividade dinâmica sobre a classificação NOVA dos alimentos, com a apresentação das categorias conforme o grau de processamento. Foi realizado também uma apresentação oral com auxílio de slides, os quais abordaram a importância da leitura de rótulos, para realizar a interpretação correta da lista de ingredientes, com a distribuição de folders, bem como um quiz de perguntas e respostas. No último encontro, refletiu-se sobre o ato de comer e a comensalidade, com apresentação de cenas ilustradas que retrataram diversas formas de alimentação, seguidas de uma discussão. Neste encontro foi distribuído o Guia Alimentar para



19 A 21 DE MAIO DE 2025 | BENTO GONÇALVES | RS

a População Brasileira e o Guia Alimentar para Menores de 2 Anos, para cada um dos educadores.

As atividades foram elaboradas com base no Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) e no Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos (BRASIL 2019) para promover práticas educativas que vão além de ensinar os valores nutricionais dos alimentos, abrangendo aspectos culturais e afetivos da alimentação, cultivando memórias afetivas de preparações.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No diagnóstico situacional da Unidade de Educação Infantil Ipê Amarelo, realizado no primeiro encontro, observou-se que a escola adota atividades de EAN, como hortas e pintura com tintas de legumes, para estimular os sentidos das crianças. Ela abrange desde a introdução alimentar até a fase em que as crianças começam a ser seletivas com a comida. A maior parte das refeições, incluindo lanche, almoço e jantar, é fornecida por uma empresa terceirizada, mas em casos específicos, como seletividade alimentar ou necessidades de suplementação, as crianças podem levar alimentação de casa. O trabalho teve como público sete professores, todos com formação em pedagogia e a maioria nunca participou de capacitação sobre alimentação e nutrição (n=4), não tinham conhecimento sobre o Guia Alimentar da população brasileira (n=4) e afirmaram que não sabiam o que era educação alimentar e nutricional (n=6).

Na atividade de “Acolhimento com memórias afetivas”, realizada no segundo encontro, compareceram apenas duas professoras juntamente com a nutricionista da Unidade, nela as participantes compartilharam preparações que traziam memórias afetivas, e os relatos se estenderam também aos presentes. Esse exercício prático fez com que as professoras refletissem sobre a relação entre comida, cultura e memória, promovendo a valorização dos alimentos tradicionais e naturais. Com essa atividade também reforçou-se os princípios do Guia Alimentar para a População Brasileira, incentivando uma abordagem de que a alimentação vai além dos nutrientes, incluindo as dimensões afetiva e social. Em seguida, foi apresentado o Guia Alimentar para a População Brasileira, acompanhado de um vídeo lúdico e dinâmico, facilitando o entendimento dos professores e promovendo uma introdução ao tema. A exibição do vídeo permitiu que os professores aumentassem a compreensão dos princípios do guia, estimulando sua aplicabilidade nas práticas educacionais e incentivando a adoção dessas diretrizes tanto em suas vidas pessoais quanto no ambiente escolar. Durante a



19 A 21 DE MAIO DE 2025 | BENTO GONÇALVES | RS

apresentação, foi possível observar que algumas professoras encontraram dificuldades em entender termos abordados, o que indicou a necessidade de mais exemplos na explanação. No final, abriu-se espaço para que os profissionais tirassem dúvidas sobre o tema tratado no encontro, porém não surgiram questionamentos. Embora a participação tenha sido menor do que o esperado, tanto em número quanto na interação, acredita-se que os objetivos foram alcançados, criando curiosidade sobre o Guia Alimentar e gerando reflexões sobre o papel da alimentação nas práticas profissionais e hábitos das participantes.

No terceiro encontro, estavam presentes dois professores, os quais não haviam participado do primeiro encontro, então foi realizado uma breve apresentação e recapitulação do conteúdo anterior. Ao longo da ação, duas professoras e a nutricionista do Ipê Amarelo se juntaram, totalizando quatro professores e a nutricionista. Neste dia, foi executada a atividade dinâmica sobre a classificação NOVA dos alimentos, baseado no Guia Alimentar, ficaram dispostas no local embalagens diversificadas de alimentos e a partir disso os professores classificaram os alimentos em três caixas diferentes: a caixa verde para alimentos in natura e minimamente processados, a caixa amarela para alimentos processados e a caixa vermelha para alimentos ultraprocessados. A dinâmica permitiu um conhecimento prévio dos educadores sobre o que eles julgavam estar correto. Em seguida, através de uma apresentação de slides foi explanada os conceitos fundamentais sobre a classificação dos alimentos (in natura e minimamente processados, alimentos culinários, processados e ultraprocessados) e sobre a nova rotulagem para alimentos embalados. Durante a apresentação, os professores participaram ativamente, trazendo dúvidas e relatos de suas experiências, o que enriqueceu a discussão. Na última prática buscou-se avaliar os conhecimentos adquiridos de forma lúdica e interativa, promovendo o engajamento dos professores à atividade. Para responder as perguntas, os professores usaram seus celulares/tablets/computadores, e ao final do quiz, foram apresentados os resultados e corrigida as respostas, a fim de reforçar os conteúdos apresentados no encontro. Cada educadora trouxe relatos e contribuições valiosas, tornando o encontro produtivo.

No quarto e último encontro, compareceram duas professoras da Unidade Ipê Amarelo, no qual foram apresentadas cinco imagens de refeições em diferentes contextos, em que as professoras relataram as percepções sobre cada uma das imagens. Dessa forma, as professoras refletiram sobre o tema comensalidade, sua importância, trazendo memórias sobre refeições em conjunto no passado, comparando com as que realizam atualmente. Ao final do encontro



19 A 21 DE MAIO DE 2025 | BENTO GONÇALVES | RS

foram entregues guias para os professores da educação infantil permitindo que os mesmos possam ter um contato direto com instrumentos de consulta, ferramentas práticas que promovam a saúde e o desenvolvimento das crianças. Ao utilizá-los, os professores da educação infantil se tornam agentes fundamentais na construção de um futuro mais saudável e consciente, além de conquistar mais autonomia para realizar suas próprias escolhas.

4. CONCLUSÃO

Ao final dos quatro encontros, os objetivos foram alcançados de forma satisfatória. A reflexão final sobre a educação alimentar nas escolas foi muito proveitosa, permitindo a troca de experiências e a discussão sobre desafios, especialmente em relação à comensalidade. A entrega dos kits com Guias gerou grande interesse nos professores, que estavam ansiosos pelo retorno do curso. A experiência foi enriquecedora, não só pelos objetivos atingidos, mas também pelas lições aprendidas, ampliando o entendimento sobre o impacto da educação nutricional na escola e na vida dos participantes.

5. REFERÊNCIAS

Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2019. Rio de Janeiro: IBGE; 2021. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/inqueritos-de-saude/pense>> Acesso em: 6 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Educação. Coordenação Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar. Manual de orientação para a alimentação escolar na educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e na educação de jovens e adultos. 2. ed. Brasília: PNAE:CECANE-SC, 2012. Acesso em: 8 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br>. Acesso em: 8 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br>. Acesso em: 8 fev. 2025.