



ÉRIKA MARAFON RODRIGUES CIACCHI

**CRIANÇA SAUDÁVEL, EDUCAÇÃO DEZ:
A TRAJETÓRIA DE UM PROJETO
INTERMINISTERIAL
DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

**CAMPINAS
2013**



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

ÉRIKA MARAFON
RODRIGUES CIACCHI

**“CRIANÇA SAUDÁVEL, EDUCAÇÃO DEZ:
A TRAJETÓRIA DE UM PROJETO INTERMINISTERIAL
DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL”**

Orientador(a): Profa. Dra. Maria Helena Salgado Bagnato

Tese de Doutorado
apresentada ao Programa de Pós- Graduação em
Educação da Faculdade de Educação da Universidade
Estadual de Campinas para obtenção do título de
Doutora em Educação, na área de concentração de
Ensino e Práticas Culturais

ESTE EXEMPLAR CORRESPONDE À VERSÃO FINAL DA TESE
DEFENDIDA PELA ALUNA ÉRIKA MARAFON RODRIGUES CIACCHI
E ORIENTADA PELA PROF. DRA. MARIA HELENA SALGADO BAGNATO

Assinatura do Orientador

CAMPINAS
2013

Ficha catalográfica
Universidade Estadual de Campinas
Biblioteca da Faculdade de Educação
Rosemary Passos - CRB 8/5751

R618c Rodrigues-Ciacchi, Erika Marafon, 1973-
Criança Saudável, Educação Dez : a trajetória de um projeto interministerial de educação alimentar e nutricional / Érika Marafon Rodrigues Ciacchi. –
Campinas, SP : [s.n.], 2013.

Orientador: Maria Helena Salgado Bagnato.
Tese (doutorado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação.

1. Educação alimentar. 2. Crianças- Nutrição. 3. Práticas educativas. 4. Saúde e educação. I. Bagnato, Maria Helena Salgado, 1958-. II. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação. III. Título.

Informações para Biblioteca Digital

Título em outro idioma: Criança Saudável, Educação Dez : trajectory of an inter-ministerial nutritional education project

Palavras-chave em inglês:

Food education

Children - Nutrition

Educational practices

Health and education

Área de concentração: Ensino e Práticas Culturais

Titulação: Doutora em Educação

Banca examinadora:

Maria Helena Salgado Bagnato [Orientador]

Rozane Marcia Triches

Eunice Almeida da Silva

Maria Cristina Faber Boog

Débora Cristina Jeffrey

Data de defesa: 28-08-2013

Programa de Pós-Graduação: Educação

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

TESE DE DOUTORADO

**CRIANÇA SAUDÁVEL, EDUCAÇÃO DEZ:
A TRAJETÓRIA DE UM PROJETO INTERMINISTERIAL
DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

Autor: Érika Marafon Rodrigues Ciacchi

Orientador: Profa. Dra. Maria Helena Salgado Bagnato

Este exemplar corresponde à redação final da Tese defendida por Érika Marafon Rodrigues Ciacchi e aprovada pela Comissão Julgadora

Data:

28/9/2013

Assinatura:



Orientador

COMISSÃO JULGADORA:



Dedico aos meus amores

ANDREA – meu marido

MARIA – nossa filha, tradução mais pura do amor.

“eu sem você[s] não tenho porque...”

AGRADECIMENTOS

A Deus, o meu agradecimento maior.

À querida professora Maria Helena Salgado Bagnato, minha orientadora, pela dedicação, pelo seu conhecimento, sobretudo pelo respeito demonstrado durante a realização deste trabalho. Obrigada por me dar a oportunidade de beber das suas sábias e doces palavras.

Agradeço aos professores Enrique Aguilar e Mara Regina Jacomelli que, por meio das suas disciplinas e conhecimento, despertaram em mim reflexões importantes que pude trazer para essa pesquisa.

Aos colegas do grupo de pesquisa PRAESA, Lúcia em particular, pela amizade e apoio constante.

Em especial, às Marcias, as minhas queridas amigas que encontrei no grupo, Marcia Selpa e Marcia Schott. A primeira, por iniciar comigo essa caminhada científica, com sua trajetória profissional semelhante à minha, superando a dificuldade das viagens, bem mais longas que as minhas, e do cansaço físico, obrigada pelos momentos de conversa prazerosa e tranquilizadora. A segunda, por finalizar comigo essa jornada. Marcinha, tradução mais pura da serenidade, obrigada pelo suporte. Amizades eternizadas...

Às pessoas que me concederam as entrevistas, fornecendo-me o material mais rico desta investigação, o meu agradecimento.

Aos colegas da Universidade Federal da Fronteira Sul: Alexandre Moura, João Alfredo Braidá, Emerson Martins, Antonio Miskiw, Camila Rossi, Cassiani Gotama, Juciele Weber, Marcos Beal, Rozane Bleil pelo acolhimento no Paraná, pelos bons momentos acadêmico-científicos e também aqueles da acolhida quando nos vimos longe de nossas famílias de origem em uma cidadezinha pacata, com ares mais rurais que frenéticos, em busca da concretização de um sonho, e onde conseguimos formar um grupo unido. Embora hoje eu já não esteja lá fisicamente, cotidianamente, na universidade, sei que estou presente na vida de cada um de vocês e nos projetos de pesquisas e de extensão, virtuais ou não. Agradeço também por me apresentarem o mate, esse fantástico ritual do chimarrão, do qual não largo.

Às colegas da Universidade Federal da Integração Latino-Americana: Carmen Gamarra e Gladys Benito por compreenderem os momentos em que eu precisei ausentar-me um pouco. Ao Gleisson Brito pelo apoio nas páginas iniciais da tese. Agradeço imensamente a Aline Borges pela digitalização de todas as páginas do anexo, um trabalho extenuante, feito com muita habilidade e agilidade.

Agradeço aos alunos dos cursos de graduação em Saúde Coletiva e Desenvolvimento Rural e Segurança Alimentar pelas 'negociações' no cancelamento e reposições de aulas para que eu pudesse finalizar esta pesquisa. Espero que ela possa ser de alguma ajuda no campo acadêmico e profissional de vocês.

A todos aqueles da Faculdade de Educação que me auxiliaram neste processo, em especial Nadir Camacho.

À grande família por compreender, novamente, as minhas ausências... Mãe, obrigada pelo colo e cuidado dados à joia de casa e com isso também a mim, que hoje, eu já adulta e mãe, posso ressignificá-los e intensificá-los. Grazie, Mariella, per tutti i messaggi di incoraggiamento.

A Marisa, pessoa especial que conheci em Foz do Iguaçu, pelo cuidado exemplar dedicado a Maria.

A todas as pessoas que participaram, direta ou indiretamente, contribuindo para a concretização deste trabalho, o meu agradecimento.

Agradecimentos especiais...

A duas pessoas que me acompanharam nessa pesquisa, e que fazem parte de outro projeto, o da minha vida. A você meu amor, marido, confiante, companheiro, amigo, pai maravilhoso, colega de trabalho (que privilégio o meu!) pela compreensão e paciência ilimitadas, pelo estímulo, incentivos, sugestões, sobretudo, por sua visão crítica, com a qual espero ter aprendido alguma coisa. Com você eu também tenho aprendido ser pesquisadora, a olhar os campos, o etnográfico, que é sempre mais do outro que meu. Mas, também agradeço por me fazer lançar os olhos noutros campos da vida, quando esses passam despercebidos. Obrigada por me dar a mão nesta caminhada longa e, algumas vezes, íngreme; e também pelo maior presente ao longo dessa pesquisa: a nossa filha.

A você, filha, agradeço por tirar-me, algumas vezes, das leituras nas manhãs, nas tardes e nas madrugadas quando os meus olhos já não mais podiam ler e a minha mente não mais processar, para nesses momentos, então, você me dar o contato da sua pele na minha, a suavidade da sua voz nos meus ouvidos, o seu olhar para o meu encorajamento quando este ameaça esvaecer... Enfim, por me reabastecer a mente de vitalidade.

“Quando uma criatura humana desperta para um grande sonho e sobre ele lança toda a força de sua alma, todo o universo conspira a seu favor”.

Goethe

Obrigada por conspirarem a meu favor.

“Neste momento, em que estamos combinando políticas estruturais com ações inclusive de solidariedade, temos que acreditar piamente na sociedade civil. Não podemos ficar exigindo ou, quem sabe, criando dificuldades para a sociedade civil participar. Ela é a razão pela qual a gente vai conseguir acabar com a fome neste país. Não será o governo. O governo pode e vai fazer a sua parte. As mudanças estruturais deste país vão acontecer. Mas isso é que nem colher uma fruta. Não adianta a gente, por pressa, colhê-la verde, porque a gente vai comer, não vai gostar e vai jogar fora.”

(Palavra do presidente Luiz Inácio Lula da Silva, em reunião do CONSEA, Brasília, 25/02/03).

RESUMO

Este trabalho aborda uma ação de educação alimentar e nutricional promovida pelo governo federal brasileiro, através de três Ministérios: do Desenvolvimento Social, Educação e Saúde, entre 2005 e 2006. Denominado Criança Saudável, Educação Dez, esse projeto estava voltado para alunos das primeiras quatro séries do ensino fundamental, com o uso de cartilhas em forma de histórias em quadrinhos, com os personagens de Monteiro Lobato no cenário do Sítio do Picapau Amarelo. No trabalho, a gênese e o desenvolvimento da ação são abordados através da descrição dos seus documentos e materiais e a contextualização dos papéis desempenhados pelos seus mentores institucionais. Utilizou-se uma metodologia qualitativa, com amplo recurso a depoimentos e entrevistas. Do ponto de vista teórico, a compreensão do projeto articula-se aos conceitos de campo intelectual e científico subsidiados por P. Bourdieu, num contexto de bloco histórico referido por A. Gramsci e do discurso competente por M. Chauí. A pesquisa mostrou que essa ação teve pontos frágeis e pontos fortes. Ela não desenvolveu uma prática capaz de convidar ao diálogo profundo e necessário os setores envolvidos, pelo uso de abordagens educativas condicionantes, instrucionais, ou seja, de transmissão de conhecimento, pela ausência de uma reflexão transdisciplinar maior por parte dos Ministérios envolvidos. Entretanto, considero positivas as parcerias interministeriais firmadas, embora de bases frágeis, pela inovação na reunião de atores intersetoriais na elaboração da ação. A realização de duas pesquisas de avaliação, uma institucional e outra externa também se apresentou como relevante no processo do projeto. A análise da gênese e evolução do projeto Criança Saudável, Educação Dez, dada na articulação dos ministérios com empresas do terceiro setor revelou que existe uma concentração de poder para realização de práticas educativas em saúde nas instâncias governamentais, na análise desse estudo, em detrimento da autonomia e independência da sociedade civil na participação e condução dessas ações.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional, Práticas Educativas em Saúde, Projeto Criança Saudável, Educação Dez.

ABSTRACT

This thesis discusses an action of food and nutrition education promoted by the Brazilian federal government, through three ministries: Social Development, Health and Education, between 2005 and 2006. Called “Criança Saudável, Educação Dez”, this project was aimed at students from the first four grades of elementary school, with the use of primers in the form of comics, with the characters of Monteiro Lobato in the setting of Sítio do Picapau Amarelo. At work, the genesis and development of the action are addressed through the description of their documents and materials and contextualization of the roles played by its institutional mentors. We used a qualitative methodology, with extensive use of statements and interviews. From the theoretical point of view, understanding the project articulates the concepts of the intellectual and scientific field subsidized by P. Bourdieu, in a context of historical bloc reported by A. Gramsci and competent discourse by M. Chauí. The research showed that this action had bad points and good points. Among the bad ones, I should say that the project’s practice wasn’t able to deepen the necessary dialogue between the engaged sectors, because of the use of strictly conditioning educational approaches that is a transmission of knowledge and because of the lack of a larger transdisciplinary reflection among the involved Ministries. However, among the good points I deem the good partnerships between ministries that were established (although on weak ground), by innovating in meeting actors along the development of that multi-sector action. Two evaluation surveys, an institutional one and an external one are very relevant too. My analysis of the rise and evolution of the project “Criança Saudável, Educação Dez”, engaging ministries and third sector companies shows that government agencies are highly empowered when they carry health education programs, and that depresses the autonomy and independence of civil society participation and agency.

Key-words: Food and Nutrition Education, Health Education Practices, Project Criança Saudável, Educação Dez.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

- ABE – Associação Brasileira de Educação.
- ABRASCO - Associação Brasileira de Saúde Coletiva.
- ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária.
- ASBRAN - Associação Brasileira de Nutrição.
- BD - Banda Desenhada.
- CAE - Conselho de Alimentação Escolar.
- CEDES - Centro de Estudos Educação e Sociedade.
- CFN - Conselho Federal de Nutricionistas.
- CGEAN – Coordenação-Geral de Educação Alimentar e Nutricional.
- CGPAN - Coordenação-Geral de Políticas de Alimentação e Nutrição.
- CNA - Comissão Nacional de Alimentação.
- CNPq – Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico.
- CONSEA - Conselho Nacional de Segurança Alimentar.
- CRAS - Centros de Referências em Assistência Social.
- CRE – Centro de Referência em Educação “Mario Covas”.
- CSED – Criança Saudável, Educação Dez.
- DAPE – Departamento de Apoio a Projetos Especiais.
- DIPOV - Departamento de Inspeção de Produtos de Origem Vegetal.
- DNCr - Departamento Nacional da Criança.
- DNS - Departamento Nacional de Saúde
- EAN - Educação Alimentar e Nutricional.
- EBCT - Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos.
- ESALQ - Escola Superior de Agronomia Luiz de Queiroz da Universidade de São Paulo.
- ESF - Estratégia de Saúde da Família.

FAO – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação.
FCM – Faculdade de Ciências Médicas.
FHC – Fernando Henrique Cardoso.
Fiocruz – Fundação Oswaldo Cruz.
FNDE - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação.
HQ – Histórias em Quadrinhos.
IAPAR - Instituto Agrônômico do Paraná.
INAN - Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição.
INUB - Instituto de Nutrição da Universidade do Brasil.
IOM – Institute of Medicine.
IUPERJ - Instituto Universitário de Pesquisas do Rio de Janeiro.
MAPA - Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento.
MDS – Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome.
MEC – Ministério da Educação.
MESA - Ministério Extraordinário de Segurança Alimentar e Combate à Fome.
MS – Ministério da Saúde.
NEPA/UNICAMP - Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação da Universidade Estadual de Campinas.
ESALQ - Escola Superior de Agronomia Luiz de Queiroz da Universidade de São Paulo.
OMS – Organização Mundial da Saúde.
OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde.
OPSAN - Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutricional.
PAA - Programa de Aquisição de Alimentos da Agricultura Familiar.
PAP - Programa de Abastecimento Popular.
PAT - Programa de Alimentação do Trabalhador.
PCA - Programa de Complementação Alimentar.
PCSED – Projeto Criança Saudável, Educação Dez.
PES – Prática(s) de Educação em Saúde.
PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar.

PNAN - Política de Alimentação e Nutrição.
PNL - Programa Nacional do Leite.
PNLCC - Programa Nacional do Leite para Crianças Carentes.
PNS - Programa de Nutrição e Saúde.
POF - Pesquisa de Orçamento Familiar.
POPS - Projeto de Operacionalização dos Programas da SESAN.
PRONAF – Programa Nacional de Agricultura Familiar.
PRONAN - Programa Nacional de Alimentação e Nutrição.
PUC – Pontifícia Universidade Católica.
RGE - Rio Gráfica Editora.
SAGI - Secretaria de Avaliação e Gestão da Informação.
SAN - Segurança Alimentar e Nutricional.
SAPS - Serviço de Alimentação da Previdência Social.
SERPRO - Serviço Federal de Processamento de Dados
SESAN - Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional.
SISAN - Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional.
STAN - Serviço Técnico de Alimentação Nacional.
SUDENE – Superintendência do Desenvolvimento do Nordeste.
SUNAB - Superintendência Nacional de Abastecimento.
TACO - Tabela Brasileira de Composição de Alimentos.
UERJ – Universidade Estadual do Rio de Janeiro.
UFAL – Universidade Federal de Alagoas.
UFBA – Universidade Federal da Bahia.
UFG – Universidade Federal de Goiás.
UFLA - Universidade Federal de Lavras.
UFMG – Universidade Federal de Minas Gerais.
UFPB – Universidade Federal da Paraíba.
UFPel – Universidade Federal de Pelotas.
UFPR – Universidade Federal do Paraná.
UFRJ – Universidade Federal do Rio de Janeiro.

UFRRJ - Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro.

UFSC – Universidade Federal de Santa Catarina.

UFSCar – Universidade Federal de São Carlos.

UnB – Universidade de Brasília.

UNESCO - Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e a Cultura.

UNESP – Universidade Estadual de São Paulo.

UNICAMP – Universidade Estadual de Campinas.

UNICEF – Fundo das Nações Unidas para a Infância.

UNIFESP – Universidade Federal de São Paulo.

UNIMEP - Universidade Metodista de Piracicaba.

UNISINOS – Universidade do Vale do Rio dos Sinos.

USP – Universidade de São Paulo.

SUMÁRIO

Introdução.....	1
Capítulo I - Por campos e ministérios: advertências metodológicas.....	6
Capítulo II - Primeira República: primeiras cartilhas.....	24
Capítulo III - Brasil bem alimentado: panorama de políticas.....	52
Capítulo IV - O projeto Criança Saudável, Educação Dez.....	95
Capítulo V - As vozes e articulações do projeto.....	147
Considerações finais.....	206
Referências bibliográficas.....	211
Anexos.....	232

INTRODUÇÃO

Apresento aqui os resultados da minha pesquisa sobre o projeto de Educação Alimentar e Nutricional do governo federal, denominado Criança Saudável, Educação Dez, desenvolvido nos anos de 2005 e 2006.

Tendo já o objeto à mão – compreender e reconstruir a gênese de um projeto de educação alimentar e nutricional e o seu produto principal (as cartilhas de nutrição), ação do governo federal para as escolas do ensino fundamental em âmbito nacional – vieram os questionamentos, os objetivos que moveram esta pesquisa, o problema, fio condutor, que eu não soltei nem por um instante durante todo o percurso para que, desse modo, eu pudesse, da maneira mais fiel possível, articular as ideias e a sequência dos capítulos.

Embora fosse muito tentador, pela minha origem acadêmica e pelo meu caminho na docência, sobretudo pelos meus aparatos teóricos no campo da educação nutricional, que devo ao mestrado, elaborado sobre uma experiência de educação nutricional, e, depois, às aulas ministradas como docente universitária em cursos de Nutrição, avaliar os conteúdos em quadrinhos das cartilhas (o quê, como e a quem elas podem/querem comunicar?), eu me senti seduzida também por um estudo mais aprofundado na esfera das políticas de saúde e de educação em saúde: conhecer como este artefato cultural foi pensado e elaborado, quais atores estiveram envolvidos na sua construção, que diálogos foram estabelecidos, se foram, como foram, com que outros atores, campos de interesse, ou seja, com os destinatários.

Concentrei-me, então, na pergunta rizomática da minha pesquisa: esta ação de educação alimentar e nutricional, nos moldes de cartilhas ilustradas, elaborada em meados dos anos 2000 e a partir da articulação de três Ministérios, foi uma Prática de Educação em Saúde (PES) pautada em modelos novos de intervenção? E os seus elaboradores são sujeitos pertencentes ao campo político, exclusivamente, ou circulam por outros campos? Houve uma teoria de educação

alimentar e nutricional ou outras teorias ou concepções que fundamentaram essa PES? Essa PES, respaldada pelas políticas sociais brasileiras, promove uma educação para desenvolver vivências alimentares que tornem os escolares sujeitos de suas práticas para alimentação e saúde, tendo o professor como mediador e também sujeito de uma mesma PES? É uma PES emancipatória? Ou ela condiciona hábitos?

Cabe aqui um adendo. A velocidade com que as ofertas alimentares acontecem é assustadora. Não tenho a pretensão, aqui na tese, de discutir aspectos do comportamento alimentar dos escolares, mas lembrar que as crianças ingressantes no 1º ano do ensino fundamental já foram expostas a múltiplas experiências dietéticas (pelo padrão alimentar da casa, com a ajuda influente da mídia e pelas ofertas alimentares em outros contextos). Isso leva-nos a repensar de que maneira elas, as crianças, ocupando um espaço delimitado na sala de aula, na carteira muitas vezes nem escolhida por ela, recebendo uma cartilha, ainda que em quadrinhos, e com personagens pertencentes a um universo que lhe é familiar, sobre alimentação, sentirão motivação pela atividade que, no mínimo, deveria contemplar vivências alimentares no espaço escolar. Com isso, não quero parecer desiludida com as práticas de educação em saúde, em particular, com os caminhos da educação alimentar e nutricional, das etapas de aconselhamento dietético, estas subsidiadas pela primeira. Muito ao contrário, é por acreditar nas possibilidades de metodologias crítico-reflexivas e libertadoras desse campo da Nutrição que interessou-me o tema.

Partindo daí, coloquei como objetivo geral do estudo compreender a gênese, o berço, o processo de elaboração e a concretização do projeto de educação nutricional Criança Saudável, Educação Dez proposto pelo Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome, no ano de 2005.

O objetivo central ainda remete para outros específicos: expor os cenários políticos nos quais o projeto foi desenvolvido, considerando os elementos organizacionais das políticas públicas de alimentação e saúde, conhecer as articulações entre os Ministérios da Educação, Saúde e Desenvolvimento Social e

Combate à Fome, suas políticas sociais para a elaboração dessa ação educativa, identificar os modelos teórico-metodológicos adotados para a elaboração e estruturação dos conteúdos veiculados pelas cartilhas.

Esta pesquisa está centrada em um conjunto de técnicas de análise qualitativa, dentro de uma perspectiva histórico-cultural, trazendo, para subsidiar as reflexões, as abordagens dialéticas de Antonio Gramsci, sobretudo na leitura contemporânea que dele fazem autores ligados aos estudos culturais, como Stuart Hall e Nestor García Canclini; a sociologia da educação de Richard Bowe e Stephen Ball; tendo como conceitos operacionais mais utilizados as noções de *campo*, de *habitus* e de *capital simbólico*, do sociólogo francês Pierre Bourdieu. Através deles, tentarei buscar a compreensão dos significados e características situacionais apresentadas pelos contextos do projeto e dos seus gestores. Adiciono a esse conjunto de sugestões teóricas, as reflexões de uma pensadora brasileira que, na sua trajetória, originada por uma leitura original do legado gramsciano, tem representado o equivalente das propostas britânicas dos Estudos Culturais, Marilena Chauí.

Neste estudo, privilegio a ótica dos gestores e suas participações na elaboração do projeto Criança Saudável, Educação Dez, sujeitos da pesquisa, cujos nomes aparecem na parte destinada aos créditos na contracapa do próprio Caderno do professor. Foram duas as estratégias de investigação adotadas, além das revisões bibliográficas: entrevistas com os idealizadores do projeto envolvendo os três Ministérios e análise de materiais documentais que lá foram xerocopiados (memórias e atas de reuniões, memorandos, termos de referências, entre outros). Para a seleção dos nomes foi necessário um recorte nos organogramas da estrutura profissional dos três Ministérios envolvidos. Assim, cada um está estratificado em camadas que, abaixo dos ministros titulares, compreendem, normalmente, Secretarias, Direções Gerais, Coordenações Gerais e Equipes Técnicas, privilegiei a abordagem de gestores pertencentes aos dois escalões da base da pirâmide: Coordenações e Equipes Técnicas.

Assim, selecionei cerca de vinte sujeitos e comecei o meu trabalho de

campo (o convite para participação na minha pesquisa se deu por contatos via telefone e via e-mail). A apresentação mais detalhada desta trajetória será feita no quinto capítulo da tese. Entretanto, devo antecipar que só uma minoria deles respondeu ao meu convite aceitando participar da pesquisa. Muitos preferiram não participar por motivos diversos, além daqueles que não retornaram os meus contatos. As entrevistas realizadas, de qualquer forma, foram fartamente utilizadas na redação final da tese e sustentaram a minha reflexão. Isso se deve, fundamentalmente, ao entendimento de que a pesquisa qualitativa, que não prescinde da contribuição direta dos atores sociais, busca justamente na arena discursiva os seus materiais mais relevantes. A visão dos gestores e dos participantes do projeto vale, no mínimo, tanto quanto o olhar que sobre ele lança a pesquisadora.

Diante disso, busquei organizar a tese de forma a levar o leitor a seguir um caminho que lhe permitisse compreender a minha construção. Em outras palavras, o leitor, aqui, será levado a conhecer os contextos históricos de outras experiências brasileiras de práticas de educação em saúde, pois acredito que nenhuma ação contemporânea possa ser avaliada e compreendida sem recorrer à compreensão do passado. Neste caso, essa metodologia teve excelente rendimento, pois a prática do século XXI revela significativas heranças de outras épocas.

Para tanto, no capítulo I intitulado “Por campos e ministérios: advertências metodológicas” apresento a articulação epistemológica da minha pesquisa e os principais conceitos que sustentarão as minhas análises. No capítulo II, “Primeira República: primeiras cartilhas” faço uma discussão sobre outras Práticas de Educação em Saúde (PES), sobretudo, uma da década de 20 que vai adiante apresentar convergências com a atual PES Criança Saudável, Educação Dez. Este capítulo permitirá uma abordagem comparativa. No capítulo III, “Brasil bem alimentado: panorama de ideias e de políticas” analiso as políticas, os programas e projetos existentes no país voltados para os temas alimentação e nutrição, criados e desenvolvidos por diversos Ministérios observando os sujeitos

responsáveis pela criação destes. Identifico para qual público e com que objetivos foram criados. Desenvolvo um organograma das políticas, programas e projetos em uma linha do tempo. Situo academicamente, geograficamente e politicamente as figuras principais que estiveram por trás dessas políticas. Na sequência, apresento um breve histórico da segurança alimentar, seleciono algumas políticas que podem mais facilmente ser comparadas ao Fome Zero, faço também um histórico da educação nutricional no Brasil, desde os anos 40, políticas e intelectuais, abordando algumas experiências de Educação Nutricional com a metodologia já utilizada. O quarto capítulo “Criança Saudável, Educação Dez” traz o projeto e sua contextualização no programa Fome Zero, fazendo uma revisão de literatura, descrevendo e discutindo textos oficiais e as cartilhas. No capítulo V, finalmente, trago os protagonistas (políticos e acadêmicos) contextualizados, as transcrições das entrevistas, analiso as falas e os silêncios. Comparo as declarações dos sujeitos e as declarações dos documentos oficiais. Faço uma caracterização final do programa a partir dessa análise e considero a avaliação do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação/UNICAMP feita ao projeto. Este último capítulo também trará a análise dos resultados, os meus apontamentos sobre o projeto. Seguem depois, como normalmente nas pesquisas, as considerações finais, referências bibliográficas e os anexos (reprodução das cartilhas elaboradas pelo governo nos dois períodos contextualizados, além do caderno do professor que acompanhou as cartilhas de nutrição).

CAPÍTULO I. POR CAMPOS E MINISTÉRIOS: ADVERTÊNCIAS METODOLÓGICAS.

Como antecipado na Introdução, parte-se, aqui, do pressuposto de que o projeto Criança Saudável, Educação Dez é uma *Prática* de Educação em Saúde (PES). Em outras palavras, é mais que uma política, é uma política posta em ação, a partir, porém de uma série de mecanismos sociais cujo desvendamento é o objetivo principal deste trabalho. Mais ainda: tenho na minha frente a tarefa de abordar uma política educacional que, formulada, se estende até a sua implementação *prática*, por parte de agentes que se situam em posições (logo diremos: *campos*) diferentes das ocupadas pelos formuladores.

Nesta perspectiva, portanto, acolhemos – em termos – a proposta de Stephen Ball e Richard Bowe do “ciclo de políticas” (cf. MAINARDES, 2006). “Em termos” não porque ela seja ou pareça insuficiente para o objeto da minha pesquisa, mas, pelo contrário, porque ela se estende até compreender pontas do novelo que não pretendo, aqui, seguir tão longe. Na tipologia tripartida de Ball e Bowe (BOWE *et al.*, 1992), esquadrinha-se um ciclo composto por três contextos: de 'influência', da 'produção do texto' e da 'prática'. “Cada um desses contextos apresenta arenas, lugares e grupos de interesse e cada um deles envolve disputas e embates” (MAINARDES, 2006: 50). São essas disputas e embates que, por enquanto, interessa reter aqui, para que, mais tarde, em diversa contextualização, consigam se tornar ferramenta de uma interpretação mais compreensiva do nosso objeto de pesquisa e, mais ainda, do seu “contexto”. Entretanto, é também necessário esclarecer logo que o ciclo dos contextos é, sim, um *ciclo*. Isso quer dizer que nele é possível reconhecer etapas, momentos ou aspectos parciais de uma totalidade que, de acordo com os sociólogos britânicos aqui considerados, é a política educacional como um todo. Neste trabalho, porém, recorta-se principalmente o que se pode considerar o “contexto de influência” do projeto Criança Saudável, Educação Dez. Acompanhando a síntese realizada por

Mainardes (*Ibid.*, 51),

o contexto de influência [é] onde normalmente as políticas públicas são iniciadas e os discursos políticos são construídos. É nesse contexto que grupos de interesse disputam para influenciar a definição das finalidades sociais da educação e do que significa ser educado. Atuam nesse contexto as redes sociais dentro e em torno de partidos políticos, do governo e do processo legislativo. É também nesse contexto que os conceitos adquirem legitimidade e formam um discurso de base para a política. O discurso em formação algumas vezes recebe apoio e outras vezes é desafiado por princípios e argumentos mais amplos que estão exercendo influência nas arenas públicas de ação, particularmente pelos meios de comunicação social. Além disso, há um conjunto de arenas públicas mais formais, tais como comissões e grupos representativos, que podem ser lugares de articulação de influência.

Nos outros dois “contextos”, o da produção do texto político e o da prática, sai-se da Esplanada dos Ministérios (Extraordinário de Segurança Alimentar e Combate à Fome, do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, da Educação, da Saúde) que pode ser considerado o *locus* da minha pesquisa. Além disso, como veremos sobretudo no quarto capítulo, o projeto Criança Saudável, Educação Dez não passou propriamente por um momento de “Policy Text Production”: os textos que discuto aqui pertencem, por um lado, a processos administrativos (ofícios, termos de referência, contratos, memórias de reuniões, relatórios etc.) e, por outro, aos próprios materiais didáticos (as cartilhas e os cadernos do Professor). Em outras palavras: o Criança Saudável, Educação Dez não passou por um momento legislativo. Foi uma política de governo e, nesse sentido, atrelada a contextos mais amplos como, sobretudo o Programa Fome Zero, cuja vinculação ao nosso objeto será discutida no terceiro capítulo. E mais: convém lembrar, com Mainardes, que “o contexto da prática é onde a política está sujeita à interpretação e recriação e onde a política produz efeitos e consequências que podem representar mudanças e transformações significativas na política original” (*Ibid.*, 53). Ou seja, de acordo com a própria concepção

operativa do projeto, o contexto da prática se distribui e se pulveriza por todo o território brasileiro.

Entretanto, pelo menos no caso do nosso objeto de pesquisa, a fronteira entre o primeiro e o segundo contextos é porosa e permeável, o que me levará, frequentemente, a recorrer a textos que pertencem ao contexto de produção do(s) texto(s).

Mas, acolher a perspectiva metodológica proposta pelos cientistas sociais britânicos não elimina o marco metodológico mais vistoso do meu trabalho que, originado nas mesmas ilhas do norte da Europa, é conhecido como Estudos Culturais. Para justificar a adoção desta perspectiva epistemológica, que também servirá de ponte para um núcleo mais duro de aportes teóricos e metodológicos, é agora necessário adiantar algumas considerações oriundas das minhas primeiras aproximações ao meu objeto de estudo.

As Práticas de Educação em Saúde, logo se vê, são práticas híbridas. Elas circulam em cenários sociais distintos, porém articulados: a arena política, os campos científicos, a escola. Nessa circulação, elas carregam-se de conteúdos culturais e ideológicos. São *práticas*, sim, mas práticas atreladas a *discursos*. O projeto Criança Saudável, Educação Dez não é exceção. Ele, de certa forma, potencializa essa duplicidade: a circularidade entre práticas e discursos está contida na sua própria metodologia, que recorre a materiais visuais peculiares como as cartilhas, veículo de discursos pronunciados pelos personagens de Monteiro Lobato. Mas, é justamente essa complexidade inscrita no caráter híbrido dessa PES, que outras abordagens poderão reconhecer em outras PES – ou em todas elas, que demanda um percurso teórico metodológico que, se não chamo também de híbrido é, pelo menos, poli-epistemológica.

Assim como os Estudos Culturais, os britânicos mais do que os latino-americanos, têm praticado e sugerido, reconheço que ao meu objeto de pesquisa é possível se aproximar a partir de pontos de vista da sociologia, da antropologia, da historiografia, da ciência política. Em suma, reconheço o rendimento de convergências de orientações teóricas aparentadas, assumindo que tudo é

sempre mais complexo do que uma ou mesmo mais perspectivas epistemológicas podem apreender. Nesse sentido, julgo que tanto nos procedimentos metodológicos como nas características dos objetos de pesquisa, é mais proveitoso perceber multiplicidades e não apenas simples diferenças. Como lembra Grossberg (2009: 24-25):

[*Los Estudios Culturales*] rechazan reducir la complejidad de la realidad a un solo plano o dominio de la existencia —sea éste la biología, la economía, la política de estado, las relaciones sociales y sexuales o incluso la cultura. Cada uno de estos planos existe en relación con los otros sin ser reducible a cualquiera de ellos. Así, al contrario de algunas otras teorías culturales contemporáneas, los estudios culturales creen que hay realidades materiales (no discursivas), cuyos efectos son reales y mensurables. ¡No convierte todo en cultura! Los estudios culturales no tratan el mundo como si fueran única y absolutamente cultura; y no niega la existencia material del mundo aparte de las maneras como los seres humanos lo entienden y se comunican sobre él.

Aqui, busco, também seguindo a lição dos Cultural Studies, uma *contextualização* epistemológica e histórica de uma PES. Uma análise contextual de um objeto, desta PES, começa pelo reconhecimento que uma PES é um contexto, que esta PES é um contexto. Mais especificamente, procuro compreender como se fazem, se desafiam, se desfazem, mudam os contextos, enquanto estruturas de poder e de dominação. Ou seja: preciso também contextualizar o projeto Criança Saudável, Educação Dez numa estrutura de poder.

Para essa tarefa, portanto, a orientação dos Estudos Culturais, depois de fornecer esse aporte poli-epistemológico, não é mais, agora por definição, suficiente. Para que o risco de caracterizar esta PES, tão somente, como o resultado de uma ação ministerial seja evitado, recorro a outra competência teórico-metodológica, representada pela obra densa e instigante de Pierre Bourdieu. Em particular, busco nas reflexões desse sociólogo francês subsídios

que me permitam satisfazer a necessidade de traduzir em termos acadêmicos justamente o germen interministerial do projeto Criança Saudável, Educação Dez. Na sua obra imensa, seleciono e sintetizo, o sistema epistemológico formado pelos conceitos de campo, de capital e de *habitus*.

Trata-se de conceitos por demais conhecidos e utilizados pelas ciências sociais brasileiras. O próprio campo dos estudos sobre educação tem se familiarizado com a obra de Bourdieu (cf. MARTINS, 1990; CATANI *et al.*, 2001; BITTAR, 2009) até porque o próprio Bourdieu tem feito do campo da educação um dos seus interesses analíticos principais. Mas, acredito que essas categorias ajudarão sobretudo na caracterização da multiplicidade de cenários, de agências e de agentes envolvidos com esta PES. A sociologia de Bourdieu é um *modo de pensar relacional*, pois o que conta na sua análise da realidade social é o conjunto das relações que os sujeitos constroem e mantêm. Bourdieu assinaria a conhecida frase de Karl Marx: “A sociedade não é composta por indivíduos, exprime sim a soma das relações e ligações nas quais os indivíduos se inserem” (*apud* WACQUANT, 1992: 22). De fato, o mundo em que vivemos, ou seja, a realidade social que percebemos, caracteriza-se por uma relação dialética entre estruturas objetivas e construções subjetivas. Nesse sentido, a contribuição de Bourdieu poderá esclarecer a relação entre os *loci* políticos, científicos acadêmicos onde se realiza o contexto de influência do projeto Criança Saudável, Educação Dez e os agentes reais que exercitaram essa influência, como participantes dos campos que representam esses *loci*.

Assim, busco no conceito de campo a referência a um espaço social habitado por sujeitos que se relacionam um com o outro e que são obrigados a agir - o que está sublinhado na denominação bourdesiana de “agentes”. Na PES que estudo, no seu contexto de referência há destaque para os campos da política, da medicina e da educação. Mas, nos antecedentes históricos que terei de considerar para um determinado movimento de contextualização (sobretudo, mas não só, no segundo capítulo), em que pese o recuo cronológico para uma época, Primeira República, em que, no Brasil, esses campos ou não eram

completamente formados ou tinham características bem distintas das que possuem atualmente, o conceito também se revelará de imensa utilidade epistemológica.

Em particular, o campo científico, paradigmático para os demais, incluindo o campo da política e o da educação, aparentados entre si pelo mesmo pertencimento à esfera pública, da administração pública, como veremos, enquanto “sistema de relações objetivas entre posições adquiridas em lutas anteriores, é o lugar e o espaço de uma luta concorrencial. O que está em luta são os monopólios da *autoridade científica* (capacidade técnica e poder social) e da *competência científica* (capacidade de falar e agir legitimamente, isto é, de maneira autorizada e com autoridade” - BOURDIEU, 2003: 112). A luta, simbólica, tem por fim principal adquirir a autoridade para apontar aos demais membros do campo (e fora dele, como será especificamente no caso que abordo) a visão dominante a ser adotada dentro do campo e fora dele. A visão dominante, para maior clareza, se traduz nas categorias de percepção e avaliação da realidade social. Quem, no campo, detém a autoridade de impor aos demais as suas categorias de visão do mundo representa o líder daquele campo, que, portanto, terá à sua disposição grandes recursos materiais, e simbólicos, e a possibilidade de persuadir aos outros a olhar para a realidade a partir da sua perspectiva. “O que é percebido como importante e interessante é o que tem chances de ser reconhecido da mesma forma por outros, aquilo com possibilidades de fazer aparecer aquele que o produz como importante e interessante aos olhos dos seus pares” (*Ibid.*: 115). No segundo capítulo, para desde já anunciar a pertinência da minha escolha epistemológica, começará a ser discutida a situação do higienismo e da educação sanitária no contexto de políticas e práticas de educação em saúde na Primeira República. Como veremos, a relevância dessa abordagem reside no reconhecimento de que “a autoridade [...] é uma espécie particular de capital que pode ser acumulado, transmitido e até, em certas formas, reconvertido em outras formas” (*Ibid.*).

Trata-se daquela espécie de capital simbólico que define a quantidade e

a qualidade dos recursos possuídos por um agente no campo e permite a participação nos jogos e nas lutas simbólicas que acontecem no campo. Reúnem-se, nele, as características individuais, mas objetivas, dos capitais econômicos, sociais e culturais de cada agente. Em particular, é relevante para a minha análise sucessiva, a referência ao capital cultural institucionalizado (diplomas, títulos, graus etc.) que permitem uma carreira científica bem sucedida, que, por sua vez, “torna-se um processo *contínuo* de acumulação no qual o capital inicial representado pelo título escolar tem um papel determinante [...]. Esse processo continua com o acesso a *cargos administrativos em órgãos governamentais*” (*Ibid.*: 120-121; primeiro grifo do autor, segundo, meu).

Se o capital representa o instrumento pelo qual o agente age e é reconhecido, o *habitus* representa o mecanismo que permite, ao mesmo tempo, herdar e investir:

As estruturas constitutivas de um tipo particular de meio (as condições materiais de existência características de uma condição de classe), que podem ser apreendidas empiricamente sob a forma de regularidades associadas a um meio socialmente estruturado, produzem *habitus*, sistemas de disposições duráveis, estruturas estruturadas predispostas a funcionar como estruturas estruturantes, isto é, como princípio gerador e estruturador das práticas e das representações que podem ser objetivamente “reguladas” e “regulares” sem ser o produto da obediência a regras, objetivamente adaptadas a seu fim sem supor a intenção consciente dos fins e o domínio expresso das operações necessárias para atingi-los e coletivamente orquestradas, sem ser o produto da ação organizadora de um regente. (BOURDIEU, 2003b: 53-54)

Habitus e capital, além de meios de diferenciação social, também constituem instrumentos de ação e posicionamento social: eles permitem que os agentes ajam e reajam nos âmbitos e que estão envolvidos. O *habitus* não é a prática, mas a gênese da prática, uma estrutura estruturante. Também é uma estrutura estruturada, pelas condições sociais e ideológicas de um período

histórico. Em outras palavras, o *habitus* tanto nos informa sobre o papel do passado na estruturação de um agente e da sua posição no campo, como nos mostra as determinações e as mediações que esse agente demonstrará na sua atuação no seu campo e fora dele:

Assim, o *habitus* adquirido na família está no princípio da estruturação das experiências escolares (em particular, da recepção e assimilação da mensagem propriamente pedagógica), o *habitus* transformado pela ação escolar, ela mesma diversificada, por sua vez está no princípio da estruturação de todas as experiências ulteriores (como a recepção e a assimilação das mensagens produzidas e difundidas pela indústria cultural, ou experiências profissionais) e assim por diante, de reestruturação em reestruturação. (*Ibid.*).

Finalmente, se é no contexto de influência que “as políticas públicas são iniciadas e os discursos políticos são construídos”, é nele que encontramos o que mais interessa, nas balizas metodológicas deste trabalho: a gênese de uma PES. Meu objetivo, aqui, entre outros, é combater a “amnésia da gênese” (cf. BOURDIEU e PASSERON, 29), o mito de um gesto inato que não deveria nada aos constrangimentos da aprendizagem, já que seria dado inteiramente desde o nascimento, e transmuta em escolhas livres de um livre arbítrio originário os determinismos capazes de produzir tanto as escolhas determinadas como o esquecimento dessa determinação. Para tanto, desenvolvo uma etnografia crítica com que busco apreender as *relações de poder* inscritas na PES, engendradas, por sua vez, pelas relações de poder estabelecidas no interior dos campos envolvidos e entre os campos. Em outras palavras, considero que a PES que me interessa compreender é uma prática determinada na esfera de um poder institucionalizado, ainda que não necessariamente do poder político institucionalizado em poderes do senso comum (legislativo, executivo).

* * *

Essa dupla visualização do poder – pela localização da PES numa esplanada de ministérios e pelo encaminhamento metodológico que as orientações teóricas têm me apontado – requer, agora um conjunto de ferramentas. E para que elas sejam as mais adequadas, lembro que as práticas de *educação em saúde* são, também, práticas de produção de conhecimento enquanto práticas educativas, mas não só sobre saúde, sociedade, corpo, comportamento, biologia, ambiente, cultura, natureza, etc. São práticas que utilizam a *linguagem*. São práticas *intelectuais*, que produzem, ou deveriam produzir, *sentido*. Mas, como lembra García Canclini, “não há produção de sentido que não esteja inserida em estruturas materiais” (GARCIA CANCLINI, 1982: 32). Portanto, é na determinação material da linguagem, dos campos intelectuais e do sentido que preciso também buscar embasamento teórico-metodológico. A lição contemporânea dos Estudos Culturais, novamente na sua vertente original, britânica, sobretudo através do Stuart Hall, mostrou como a releitura contemporânea de algumas categorias analíticas de Antonio Gramsci é frutífera. Refiro-me, especialmente, às definições de *hegemonia* que inclui e ladeia a de bloco histórico e de *senso comum*.

É no interior desse espaço teórico que Stuart Hall (2003) localiza uma questão que me interessa, mas que logo transportarei para um âmbito empírico distinto, embora próximo. Diz Hall (2003: 290):

As ideias só se tornam efetivas se, ao final, elas se juntarem a uma constelação particular de forças sociais. Neste sentido, a luta ideológica faz parte de uma luta social geral por controle e liderança — em suma, pela hegemonia. Porém, a "hegemonia", no sentido de Gramsci, requer não a simples ascensão de uma classe ao poder, com sua "filosofia" inteiramente formada, mas o processo pelo qual um bloco histórico de forças sociais é construído e sua ascendência obtida. Portanto, a melhor forma de se conceber a relação entre "ideias dominantes" e "classes dominantes" é em termos dos processos de "dominação hegemônica".

Mas, neste trabalho, uso a discussão de Gramsci, relida por Hall, transferindo-a para um âmbito específico da sociedade civil que é o do contexto de influência de uma prática específica de educação em saúde e para os campos científico, político, educacional pelos quais as ideias que engendram e permeiam a PES ou outras PES, de outros contextos históricos, que analisarei, circulam. Em outras palavras: toda vez que Gramsci e Hall utilizarem as expressões “classe” ou “grupo social”, leremos aqui como “campo”. Nos campos, não só no científico, os agentes são predominantemente intelectuais. Intelectuais, como vimos com Bourdieu, em disputa para a afirmação da sua visão de mundo, para que sua visão de mundo seja a visão dominante, gênese de práticas, estrutura estruturante. Gramsci havia dito coisas semelhantes com um léxico diferente. Na tradução de Hall (*Ibid.*: 315), a *hegemonia* “não é exercida nos campos econômico e administrativo apenas, mas engloba os domínios críticos da liderança cultural, moral, ética e intelectual”. Afinal, a hegemonia

representa o grau de autoridade exercido de uma só vez sobre uma série de "posições". O domínio não é simplesmente imposto, nem possui um caráter dominador. Efetivamente, resulta da conquista de um grau substancial de consentimento popular. Representa, portanto, o estabelecimento de uma enorme capacidade de autoridade social e moral, não dirigida simplesmente aos partidários imediatos, mas à sociedade como um todo. É essa "autoridade" bem como o alcance e a diversidade dos locais sobre os quais a "liderança" é exercida que possibilitam a "propagação" temporária de uma vontade coletiva intelectual, moral, política e econômica na sociedade. [...] O que "lidera" em um período de hegemonia não é mais a "classe dominante" da linguagem tradicional, mas um *bloco histórico*. Os "elementos de liderança" em um bloco histórico podem ser apenas uma fração da classe econômica dominante — por exemplo, o capital financeiro, em vez do capital industrial; o capital nacional, em vez do capital internacional. Junto com estes, dentro do "bloco", estarão os estratos das classes subalternas e dominadas que foram conquistados através de concessões e compromissos específicos e que formam parte da constelação social, mas ocupando uma função subordinada. A "conquista" desses setores

resulta de "alianças universalizantes e expansivas" que consolidam o bloco histórico sob uma liderança particular (HALL, 2003: 312, grifo meu).

Ou seja, teremos que nos prender a essa reflexão, quando começará a ficar evidente nas linhas do segundo capítulo desta pesquisa que, por exemplo, o campo científico que esteve na gênese das primeiras políticas e práticas de educação em saúde ou sanitárias, ou higiênicas — se nos referirmos às práticas da República Velha no Brasil — exercia uma hegemonia sobre outros campos científicos e não científicos, mas que, ao mesmo tempo, agentes dominantes desse campo se aliaram aos agentes dominantes de outros campos (o político, o educacional) para, justamente, legitimar a validade daquelas práticas e, em seguida, implementá-las. Entretanto, essa âncora teórica, que, como se vê, já articulou conceitos e categorias que trago de Gramsci tanto quanto de Bourdieu, terá de mostrar o seu rendimento, sobretudo no momento em que se abordará o objeto principal deste trabalho: o projeto Criança Saudável, Educação Dez e os âmbitos científicos, políticos e educativos pelos quais ele circulou durante o seu contexto de influência. Hegemonia do higienismo, então, não será apenas um trocadilho. Afinal, escolas, epistemes, paradigmas, em níveis diferentes dos campos científicos, também possuem hegemonias, estão em disputa.

Como compreender a relação entre a “educação sanitária” do século XX e a “educação alimentar e nutricional” do século XXI? Como abordar a relação entre as cartilhas de higiene da Primeira República e cartilhas de nutrição do Fome Zero? Tratar-se-á de uma relação histórica, ou seja, acionada por mecanismos que pertencem à historicidade da sociedade e da cultura? Gramsci, às voltas com uma questão semelhante, mas num plano societário mais amplo, o da própria sociedade civil, atravessada pela ação dos “intelectuais”, tentou um caminho muito conhecido:

Todo estrato social tem seu “senso comum” e seu “bom senso”,

que são, no fundo, a concepção da vida e do homem mais difundida. Toda corrente filosófica deixa uma sedimentação de “senso comum”; é este o documento de sua efetividade histórica. O senso comum não é algo rígido e imóvel, mas se transforma continuamente, enriquecendo-se com noções científicas e opiniões filosóficas que penetram no costume. O “senso comum” é o folclore da filosofia e ocupa sempre um lugar intermediário entre o folclore propriamente dito (isto é, tal como é entendido comumente) e a filosofia, a ciência, a economia dos cientistas. O senso comum cria o futuro folclore, isto é, uma fase relativamente enrijecida dos conhecimentos populares de uma certa época e lugar (GRAMSCI, 2006b: 209).

Por outro lado, quando aparecerá a questão da relação entre ideias dominantes de um campo, numa época histórica determinada, e ideias semelhantes ou mesmo muito semelhantes, em outro campo, em outra época histórica, convirá lembrar a conhecida explanação gramsciana, pela qual

Cada grupo social "essencial", contudo, surgindo na história a partir da estrutura econômica anterior e como expressão do desenvolvimento desta estrutura, encontrou - pelo menos na história que se desenrolou até aos nossos dias categorias intelectuais preexistentes, as quais apareciam, aliás, como representantes de uma continuidade histórica que não fora interrompida nem mesmo pelas mais complicadas e radicais modificações das formas sociais e políticas. (*Ibid.*: 5).

Ou seja, ao que parece, mergulha-se na esfera da cultura. Nessa esfera, portanto, resulta evidente a “traduzibilidade” circular entre as propostas de Bourdieu que reconhece os agentes dos campos como produtores de textos, em disputa pela hegemonia, dos Estudos Culturais que contextualizam a inserção da cultura na esfera da política pela mediação do conceito – renovado – de ideologia e do próprio Gramsci que, além de subsidiar os ganhos epistemológicos de alguns dos mais representativos expoentes dos Estudos Culturais britânicos, está na origem da resignificação contemporânea do conceito de ideologia, justamente a

partir da sua ênfase nos fatos culturais. É o pensador italiano que sublinha:

a importância dos fatos da cultura e do pensamento no desenvolvimento da história, sobre a função dos grandes intelectuais na vida orgânica da sociedade civil e do Estado, sobre o momento de hegemonia e do consentimento como forma necessária do bloco histórico concreto (GRAMSCI, 2006a: 306).

O conceito de ideologia, portanto, funciona como a liga para dar consistência a orientações teórico-metodológicas que, apesar de pertencerem a um mesmo setor do conhecimento, as ciências sociais não formalistas nem idealistas, poderiam parecer desconectadas. Mas, o conceito não é vazio, nem órfão. Como lembra Stuart Hall (2003: 323), “são os intelectuais que têm uma responsabilidade especial na circulação e no desenvolvimento da cultura e da ideologia”. E a definição de ideologia que mais me parece consolidar os objetivos deste trabalho vou procurá-la numa autora brasileira, tradicionalmente colocada no campo acadêmico da filosofia e da filosofia uspiana, dialética e, nesse sentido, imediatamente conectada à lição gramsciana, Marilena Chauí: “a ideologia é um corpo sistemático de representações e de normas que nos 'ensinam' a conhecer e a agir” (CHAUÍ, 1982: 3).

Nessa perspectiva, a tarefa que me cabe cumprir neste capítulo é a demonstração da congruência desse tipo de análise ideológica para uma abordagem, como a minha, que pretende contextualizar o contexto de influência de uma PES contemporânea e que, para tanto, deve lançar mão de gestos comparativos com outras práticas de educação em saúde que lhe iluminam o percurso histórico.

* * *

Finalmente, assim, cabe agora extrair consequências mais profundas

do ponto aonde chegamos. Ou seja, mostrar que o debruçar-se sobre práticas educativas em saúde as quais, inseridas em contextos políticos, acadêmicos, científicos, culturais e ideológicos, que perfazem um contexto de influência a ser desvendado e dissecado, demanda ferramentas capazes de descortinar os discursos.

Esse discurso é um discurso *competente*. A peculiaridade dos argumentos e do estilo de Marilena Chauí dificulta o que foi possível fazer até aqui (mais facilmente para Gramsci e Stuart Hall, com alguma dificuldade adicional com Bourdieu): parafrasear o seu pensamento. Para tanto, recorro ao recurso da reprodução de trechos do texto da autora de *Cultura e Democracia* mais pertinentes a essa discussão. Ganha-se em clareza até pela surpreendente atualidade teórica, mais que cronológica, de alguns trechos, aliás muitíssimo conhecidos e citados, do seu ensaio “O discurso competente”:

O discurso competente é o discurso instituído. É aquele no qual a linguagem sofre uma restrição que poderia ser assim resumida: não é qualquer um que pode dizer a qualquer outro qualquer coisa em qualquer lugar e em qualquer circunstância. (CHAUÍ, 1982: 7).

Nesse pequeno universo enunciativo, tem-se o que nos interessa e que tratamos de esquadrihar nas páginas anteriores: um agente, um discurso, proferido por esse agente, outros ouvintes do discurso, um campo ou mais campos, um espaço e um tempo. Tudo isso num contexto institucionalizado:

O discurso competente confunde-se, pois, com a linguagem institucionalmente permitida ou autorizada, isto é, com um discurso no qual os interlocutores já foram previamente reconhecidos como tendo o direito de falar e ouvir, no qual os lugares e as circunstâncias já foram predeterminados para que seja permitido falar e ouvir e, enfim, no qual o conteúdo e a forma já foram autorizados segundo os cânones da esfera de sua própria competência (*Ibid.*).

Será muito mais rentável considerarmos esse conjunto de elementos como um só espaço teórico: o conhecido contexto de influência de uma prática educativa.

De fato, nesta leitura que empreendo do texto de Marilena Chauí, já sabedora de como ele subsidiará a minha compreensão do percurso histórico que leva à formulação do projeto Criança Saudável, Educação Dez, encontro convergências penetrantes: “em sua forma clássica, o discurso burguês é legislador, ético e pedagógico. [...] Era o discurso da tradição e dos moços, isto é, o discurso que se endereçava a ouvintes diferenciados por geração e unificados pela unidade da tarefa coletiva *herdada*” (CHAUÍ, *Ibid.*: 10, grifo meu).

A categoria da herança será, justamente, uma das possibilidades de compreensão da prática do século XXI como herdeira de discursos competentes engendrados em contextos escolares e científicos numa tradição que remonta aos anos de 1910 e 1920, na República Velha. E é nesse período que se perfecciona a (re)construção da nação - herdada do Império. É nesse período que se constroem os campos que reencontraremos, mais tarde, no começo do século XXI, completamente (re)formados e que, na esplanada dos ministérios, constroem a nossa PES contemporânea. Ou seja, estamos às voltas com um período de institucionalização, o que permite anexar ao nosso conjunto de ferramentas, novamente, a reflexão de Marilena Chauí:

Com o fenômeno da burocratização e da organização, a ideologia deixou de ser discurso legislador, ético e pedagógico fundado na transcendência das idéias e dos valores, para converter-se em discurso anônimo e impessoal, fundado na pura racionalidade de fatos racionais. Não deixou de ser legislador, ético e pedagógico, mas deixou de fundar-se em essências e valores, como deixou de ser proferido do alto para fundar-se no racional inscrito no mundo e proferir-se ocultando o lugar de onde é pronunciado. Ganhou nova cara: tornou-se discurso neutro da cientificidade ou do conhecimento (*Ibid.*: 10-11).

Nada mais coerente com os nossos contextos do que essa profunda

narrativa ideológica. Para sermos mais exatos, a narrativa, como mostrou Lilia M. Schwarcz (1993), transcorre num arco pluridecenal, de aproximadamente 1870 a aproximadamente 1930: o contexto no qual surgiram as primeiras instituições científicas no país. O marco da década de 1870 refere-se à emergência de "um bando de ideias novas", na expressão de Silvio Romero que buscava descrever a avalanche de conceitos impregnados pelo positivismo, evolucionismo e materialismo. A conjugação de instituições e ideias teria fomentado o surgimento de quadros intelectuais vinculados a instituições científicas que, segundo Schwarcz, iniciaram um processo de distanciamento das vinculações sociais e políticas mais imediatas dos setores dominantes ligados ao mundo rural. Não obstante um "cientificismo retórico" pautado em um "ideário cientificista difuso" (SCHWARCZ, 1993: 34), os "homens de ciência", diante de mudanças históricas, como a Abolição da escravatura e a criação da República, e munidos de modelos evolucionistas e darwinistas sociais, procuravam fundar, ao mesmo tempo, paradigmas científicos e institucionais que permitissem o progresso. Entre eles, encontraremos os agentes principais que estão por trás das cartilhas higienistas que abordaremos no segundo capítulo.

Nesse contexto, as instituições políticas do Estado e os campos científicos em formação sustentam-se e fortalecem-se mutuamente. Entretanto, como sublinha Marilena Chauí, os segundos parecem fornecer respaldo às primeiras, numa visada de longo prazo:

A ideologia, trazendo um novo modo de representar a racionalidade e o objeto racional, realiza-se agora pelo descomunal prestígio conferido ao conhecimento, confundido com a ciência ou com a cientificidade. [...] [*O discurso competente*] é o discurso do especialista, proferido de um ponto determinado da hierarquia organizacional. [...] A condição para o prestígio e para a eficácia do discurso da competência como discurso do conhecimento depende da afirmação tácita e da aceitação tácita da incompetência dos homens enquanto sujeitos sociais e políticos. Nesse ponto, as duas modalidades do discurso da competência convergem numa só. Para que esse discurso possa ser proferido e mantido é imprescindível

que não haja sujeitos, mas apenas homens reduzidos à condição de objetos sociais (CHAUÍ, 1982: 11).

Objetos e destinatários do discurso da educação sanitária e higienista, antes, e da educação “em saúde”, depois, pareceria serem as crianças os alvos da ideologia. Entretanto, logo se dissolve a aparência, quando se atenta para o fato de que cartilhas de higiene e de nutrição - para apenas ficarmos com as ferramentas que abordaremos neste trabalho - dirigem-se, na realidade, para a sociedade brasileira como um todo. Daí, nessa perspectiva,

o homem passa a relacionar-se com seu trabalho pela mediação do discurso da tecnologia, a relacionar-se com o desejo pela mediação do discurso da sexologia, a relacionar-se com a alimentação pela mediação do discurso dietético, a relacionar-se com a criança por meio do discurso pedagógico e pediátrico, com o lactente, por meio do discurso da puericultura, com a natureza, pela mediação do discurso ecológico, com os demais homens por meio do discurso da psicologia e da sociologia. Em uma palavra: o homem passa a relacionar-se com a vida, com seu corpo, com a natureza e com os demais seres humanos através de mil pequenos modelos científicos nos quais a dimensão propriamente humana da experiência desapareceu. Em seu lugar surgem milhares de artifícios mediadores e promotores de conhecimento que constroem cada um e todos a se submeterem à linguagem do especialista que detém os segredos da realidade vivida e que, indulgentemente, permite ao não-especialista a ilusão de participar do saber. Esse discurso competente não exige uma submissão qualquer, mas algo profundo e sinistro: exige a interiorização de suas regras, pois aquele que não as interiorizar corre o risco de ver-se a si mesmo como incompetente, anormal, a- social, como detrito e lixo (CHAUÍ, 1982: 12-13).

Parece-me que chegamos ao cerne do nosso problema de pesquisa. Nossas práticas de educação em saúde são esses “mil pequenos modelos científicos”? Cartilhas são os “milhares de artifícios mediadores e promotores de conhecimento”? Além das crianças, também os gestores estão entre os agentes

destinados “a se submeterem à linguagem do especialista...”?

Os capítulos a seguir buscarão responder a essas questões.

CAPÍTULO II. PRIMEIRA REPÚBLICA: PRIMEIRAS CARTILHAS.

Políticas educacionais e políticas de saúde têm se articulado frequentemente, no Brasil, e ao longo de décadas. Mesmo bem antes da introdução oficial dos temas transversais nos parâmetros curriculares nacionais, em meados dos anos 1990, mas como resultado de práticas e reflexões que vinham de mais longe, a educação em saúde, ou educação sanitária, despontava como preocupação em várias e articuladas perspectivas políticas e pedagógicas. Nessa perspectiva, é necessário atentar para os campos por onde essas articulações têm circulado: o campo da educação, o campo da saúde e o campo da política. Neste capítulo, procuramos mostrar como têm se situado, em contextos históricos e institucionais, os participantes desses campos que atuaram na elaboração de algumas etapas de políticas de educação em saúde.

Para tanto, é necessário enfrentar o desafio metodológico que é posto pelo aparente paradoxo pelo qual políticas e campos científicos são construções sociais dotadas de autonomia – por um lado – mas, mesmo assim, não deixam de repercutir e interferir umas nos outros, e vice-versa. Em outras palavras, ainda que os campos da educação e da saúde possuam, historicamente e estruturalmente, mecanismos próprios de funcionamento, com seus dilemas, conflitos, disputas, heranças etc., eles se confrontam, mais historicamente que estruturalmente, com a esfera da política. Aqui, mais especificamente, observaremos as formas e as características desse confronto em dois momentos distintos.

A reflexão aqui desenvolvida busca encontrar e reconhecer antecedentes das cartilhas da nutrição - *O que é Educação Alimentar?*, *Vitaminas e Minerais*, *Carboidratos e Proteínas*, *Alimentação Saudável* e *O que é obesidade?*, formuladas nos anos de 2005 e as duas últimas em 2006, no âmbito do projeto Criança Saudável, Educação Dez, elaboradas por uma equipe do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome em parceria com os Ministérios da Saúde e da Educação, no primeiro mandato do presidente Luiz

Inácio Lula da Silva, como estratégia do eixo educação alimentar no programa Fome Zero. Encontro esses antecedentes, elucidados nas páginas subsequentes, na Primeira República (1889-1930), especificamente na década de 1920, no governo de Epitácio Pessoa, na *Cartilha de Higiene*, sendo a primeira edição publicada em 1922, de autoria do médico Antônio Ferreira de Almeida Júnior.

A atuação de Almeida Júnior também é ponto de partida para uma revisão de outras etapas históricas e epistemológicas em que se reconhecem práticas de educação em saúde que iluminam, em retrospectiva e perspectiva, respectivamente, as cartilhas de 1920 e as de 2005.

Portanto, esta discussão tem como finalidade analisar analogias e diferenças entre essas cartilhas, dando ênfase à influência do contexto histórico, político e ideológico no desenvolvimento de cada um destes modelos de educação em saúde.

A educação em saúde tem sido, como se sabe, objeto de numerosas pesquisas, no Brasil, desde, no mínimo, a primeira metade da década de 1970. A convergência de vários campos da ciência, da educação, da saúde pública, da história, da sociologia e da antropologia, para citar as mais frequentemente mobilizadas nesse tema, tem feito com que hoje se disponha de um excelente repositório de conhecimentos, inclusive sobre os primórdios dessas práticas.

Cardoso de Melo (1984), um dos pioneiros nessa linha de estudos¹, destaca-se pela proposta de uma periodização que, até certo ponto, consente ainda hoje uma compreensão multifacetada das práticas de educação em saúde. Assim, ele propõe a existência de três fases cronológicas: a “emergência da educação sanitária”, nos anos vinte; a “educação sanitária” propriamente dita entre 1942 e 1964, e a “emergência da educação em saúde”, a partir de 1967. O que

¹ Joaquim Alberto Cardoso de Melo (1936-1993), dentista de formação logo enveredou para a educação em saúde, como agente e como pesquisador, tendo atuado na USP, UNICAMP, UERJ, Escola Paulista de Medicina, entre outras instituições de ensino superior, Em 1976 defendeu tese de doutorado em Medicina pela Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp, *A prática da saúde e a educação*, não incluída nos materiais desta pesquisa. Cf. <http://icaatom.coc.fiocruz.br/index.php/joaquim-alberto-cardoso-de-melo;isaar> Acesso em 06/06/2012.

baliza essa periodização é uma conceituação diferenciada que opõe educação “sanitária” e educação “em saúde”. Na primeira, “a missão foi além de higienizar o meio. Passa a higienizar também as teorias sociais e humanas” (CARDOSO DE MELO, 1984: 32). Nela, a influência das políticas e da ideologia norte-americana é presente a partir da criação, na Johns Hopkins University, em Baltimore, da primeira Escola de Saúde Pública², onde estudaram, com bolsas da Fundação Rockefeller, vários médicos brasileiros, entre os quais Geraldo Horácio de Paula Souza³ (*Ibid.*: 33-34), futuro protagonista da institucionalização da Higiene e da Saúde Pública em São Paulo, onde começam e por onde passam muitas das nossas histórias. Nesta fase,

Com a higienização do mundo segue-se a cientificação desse mundo. Ao invés de uma “missão civilizadora”, emerge uma cruzada educadora, em que a escola é o local para preparar cidadãos aptos para a vida e para o exercício da Democracia (CARDOSO DE MELO, 1984: 32).

Mas o caminho, ao passar principalmente pelas escolas, foca-se nas crianças, pois “nelas é fácil criar hábitos sadios”, ao passo que o “homem maduro, adulto, já está formado, educado. A educação sanitária começa a fazer parte de currículos e programas de ensino” (*Ibid.*: 34). Ou seja, às crianças, a prevenção, aos adultos, a cura. Desdobra-se, nesse momento, a tarefa da medicina, ora pública e coletiva, ora individualizada; ora preventiva, ora curativa. É nesse contexto ideológico que se afirma o pensamento e a atuação de Almeida Júnior.

Na periodização de Cardoso de Melo (1984), a educação sanitária, oriunda do movimento sanitarista, considerado “mais 'científico' e 'técnico' que o movimento higienista”, afirma-se plenamente a partir dos anos quarenta, em plena

² A Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, foi, na realidade, fundada em 1916. Cf. http://en.wikipedia.org/wiki/Johns_Hopkins_Bloomberg_School_of_Public_Health. Acesso em 06/06/2012.

³ Geraldo Horácio de Paula Souza ((1889-1951), médico sanitarista, liderança paulista do campo da higiene e da saúde pública, que ele mesmo contribuiu a formar. Cf. FARIA, 1999, 2002 e 2005.

vigência da II Guerra Mundial. Nesse período, ao lado das práticas educacionais mais propriamente formais, nas escolas, “a educação de adultos adquire grande relevância” (*Ibid.*: 36): “o adulto também é passível de sofrer o processo de educação” (*Ibid.*). Nesse contexto, caracterizado, segundo Cardoso de Melo, por acordos políticos e militares entre os Estados Unidos e o Brasil, acontece a transição entre uma formação puramente biológica, tanto para as educadoras e os educadores sanitário(a)s como para as crianças às quais aqueles conteúdos seriam dirigidos, e um entendimento do processo saúde/doença pelo qual “o conhecimento das Ciências Sociais [...] passou a ser relevante” (*Ibid.*: 37).

Segundo Cardoso de Melo “esse foi o período áureo da educação sanitária no Brasil”. Inclusive porque “a preocupação com a educação alimentar foi parte” dela (*Ibid.*: 38).

Em seguida, o mesmo autor situa a “emergência da educação em saúde” (*Ibid.*), uma fase em que “a saúde/doença deve ser compreendida na sua multicausalidade – mas, a solução ainda é dada pela educação (em Saúde Pública)”. Mas, o contexto político e institucional desta fase (a ditadura militar pós-64) faz com que ela seja o “período negro” da educação sanitária (*Ibid.*: 39). Com a “abertura política” timidamente iniciada em 1974, inicia-se a fase em que surgem, com mais liberdade, as “críticas à educação em saúde” (*Ibid.*). Seu contexto é marcado pela afirmação dos movimentos populares e sindicais, na cidade e no campo, e com o fortalecimento do “compromisso preferencial com os pobres” da Igreja Católica. Nesta fase, que é a mesma em que Cardoso de Melo começa a preparar a sua tese de doutoramento, base desse artigo de 1984, começa-se a “repensar o curso de educação em saúde pública, a formação do profissional e, principalmente, as formas de intervenção social dos intelectuais da educação e da saúde comprometidos com as necessidades e possibilidades das camadas populares” (*Ibid.*: 40).

Joaquim Alberto Cardoso de Melo, que escreve sobre educação sanitária e educação em saúde pertencendo, ele mesmo, a esse campo, é ponto de partida para numerosas outras pesquisas que raramente apresentam a mesma

visão crítica desse artigo de 1984. Entretanto, no mesmo “Caderno” (n. 4, 1984) do “Centro de Estudos Educação e Sociedade” (CEDES), aparece um artigo de Nilson do Rosário Costa que, nesse período, acaba de defender a sua dissertação de mestrado em Sociologia no Instituto Universitário de Pesquisas do Rio de Janeiro (IUPERJ) e de ingressar, como “pesquisador adjunto” na Fundação Oswaldo Cruz, onde logo em seguida (1986) entra como docente da Escola Nacional de Saúde Pública. Ou seja, mais um agente destacado do campo da Saúde Pública. Mas, um agente com uma formação diferente da dos médicos: um cientista social.

Costa (1984), ao discutir “Estado, educação e saúde: a higiene da vida cotidiana”, procurou correlacionar as dimensões e a ideologia da educação sanitária, a partir do discurso imerso nas políticas estatais de saúde, que trouxe consigo, através do diversos períodos da história, a marca da higiene, do eugenismo e do sanitarismo. Para tanto, traz à discussão as balizas do I Congresso Brasileiro de Higiene (1923) e as reuniões sucessivas dos especialistas daquele campo (1924, 1926, 1927 e 1929). Entre outras, elas centravam-se nos “problemas da higiene infantil, na cidade e no campo, da alimentação na idade pré-escolar e escolar [...]”. Entre os principais alvos a higiene procurou eleger a criança, o imigrante e as ‘raças inferiores’” (COSTA, 1984: 16).

Nesses anos e nesses eventos Antonio Ferreira de Almeida Júnior já estava entre os protagonistas desse campo. Mas, Costa traz a figura de Arthur Moncorvo Filho⁴, que no III Congresso Brasileiro de Higiene (1926), sustentou que

nada podia haver de mais indicado do que a introdução de modernos sistemas de instrução da criança na escola, principalmente no que diz respeito à puericultura, à higiene em geral e aos três maiores fatores definidos como degeneradores da humanidade: a sífilis, a tuberculose e o alcoolismo (*Ibid.*: 16).

⁴ Carlos Arthur Moncorvo Filho (1871-1944), médico pediatra, formado na Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro. Considerado um dos pioneiros da puericultura no Brasil, Em 1919, criou o “Departamento da Criança do Brasil”, através do qual promoveu os “Congressos Brasileiros de Proteção à Infância”. Cf. <http://medbiography.blogspot.com.br/2007/11/c-arthur-moncorvo-filho-incl-foto-photo.html> Acesso em 07/06/2012.

Em seguida, Costa mostra a articulação entre higienismo e eugenia, no contexto do autoritarismo da Primeira República, que logo desembocaria no Estado Novo. Mas o que interessa, aqui, é o reconhecimento, em termos *quase* bourdieusianos, das “alianças” que se estabelecem em outro plano:

As pautas de higiene escolar desenvolvidas nesse período foram consequência desse esforço conjugado da educação, ciência e lei. A higiene escolar buscou a criação de técnicas de regulação e normatização visando a própria vida cotidiana. Objetivou o enquadramento dos modos e atitudes infantis, pensando educar higienicamente todo o povo (COSTA, 1984: 25).

Nesta perspectiva, o autor traz outro nome de destaque do campo científico da época, J. P. Fontenelle⁵. Em seu *Compêndio de Higiene* (publicado em 1925, mas, contemporâneo de outros textos de análoga orientação ideológica, como, por exemplo, “Hygiene mental e educação”, publicado também em 1925 nos *Archivos Brasileiros de Hygiene Mental* – cf. MENDONÇA, 2006) encontra-se uma explícita definição de que se esperava da educação sanitária realizada na escola primária:

A escola que é higiênica e que funciona com hábitos higiênicos contribui para educar o povo todo. As crianças adquirem bons costumes e os propagam em casa, onde desejam que tudo se passe como na escola, a cujo meio puro e sadio facilmente se acostumam (FONTENELLE, *apud* COSTA, 1984: 25).

⁵ J.P. Fontenelle, médico, ex-diretor de Saúde Pública do Distrito Federal, inspetor sanitário do Departamento Nacional de Saúde Pública, docente de Higiene da Escola Normal do Distrito Federal, Vice-presidente da Sociedade Brasileira de Higiene, membro da Liga Brasileira de Higiene Mental, presidente da Seção de Higiene da ABE. Esteve, ao lado de Fernando de Azevedo, Afrânio Peixoto, A. de Sampaio Dória, Anísio Spinola Teixeira, Manoel Bergström Lourenço Filho, Roquette Pinto, J. C. Frota Pessoa, Júlio de Mesquita Filho, Raul Briquet, Mário Casassanta, Carlos Delgado de Carvalho, Antônio Ferreira de Almeida Júnior, Roldão Lopes de Barros, Noemy M. da Silveira, Hermes Lima, Attilio Vivacqua, Francisco Venâncio Filho, Paulo Maranhão, Cecília Meirelles, Edgar Sussekind de Mendonça, Armanda Álvaro Alberto, Garcia de Rezende, Nóbrega da Cunha, Paschoal Leme e Raul Gomes, entre os signatários do Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova, em 1932. Cf. MENDONÇA, 2006.

Costa resgata Carlos Sá, médico carioca conhecido por ter criado, em 1924, no município de São Gonçalo, o primeiro “Pelotão da Saúde”, na escola estadual. Embora ele viesse a ser um dos primeiros críticos da eugenia (cf. COSTA, 1984: 26), Sá também corrobora a ideia dominante desde os anos vinte:

A higiene escolar compreende um conjunto de medidas destinadas a assegurar a salubridade da escola e a saúde dos alunos e dos professores [...] determinando regras de exame, corrigindo defeitos, curando o que comporta tratamento, prevenindo males inevitáveis, promovendo reajustamentos físicos, mentais e sociais e contribuindo para hábitos, atitudes e conhecimentos de vida sadia, cada vez mais vigorosa e mais útil (SÁ, 1942 *apud* COSTA, 1984: 25).

Após esses primeiros trabalhos inaugurais, entre os primeiros a se debruçarem sobre as relações entre campos científicos, educacional e político em volta da educação sanitária no Brasil, cabe ressaltar a obra de Vera Regina Beltrão Marques⁶, que, sobretudo com a sua dissertação, publicada em 1994 como *A Medicalização da Raça: Médicos, Educadores e Discurso Eugênico*, utilizando um referencial teórico elaborado por Michel Foucault, aborda a emergência das preocupações raciais nos discursos e nas práticas médicas e pedagógicas, em São Paulo, na virada do século XIX para o XX.

A contribuição de Marta Maria Chagas de Carvalho (1997 e 1998), num quadro mais amplo de interesses na historiografia da educação brasileira, volta-se também para questionar muitas e interpretações recorrentes sobre o movimento do escolanovismo, em cujos quadros já encontramos e encontraremos vários representantes do sanitarismo e do higienismo. Nessa perspectiva, a autora chegou a

evidenciar que, no discurso escolanovista dominante nos anos vinte, a crítica formulada aos objetivos estritamente instrucionais da escola

⁶ Farmacêutica de formação, mestre em Educação e Doutora em História. Trajetória paradigmática do estado interdisciplinar dos estudos aqui resenhados.

dita tradicional não era feita em nome da valorização de novos processos e procedimentos de ensino-aprendizagem ou de novas formas de convivência escolar. Ao contrário, o que era valorizado nas proposições escolanovistas era a “educação integral”, por oposição à instrução (CARVALHO, 2005: 90).

Assim, é justamente na interface dos discursos pedagógico, científico (na sua vertente higiênico-sanitária) e político que esses questionamentos também se tornam possíveis.

Já Lina Rodrigues Faria (1999, 2002 e 2005) se dedicou, na primeira década do nosso século, à reconstrução de trajetórias institucionais da saúde pública no Brasil, com ênfase no papel desempenhado nelas pela Fundação Rockefeller desenvolvendo, portanto, as primeiras sugestões de pesquisa do próprio Cardoso de Melo, em São Paulo e no Rio de Janeiro entre os anos de 1910 e 1950.

Mas, é nas pesquisas de Heloísa Helena Pimenta Rocha, orientada na sua tese de doutorado pela própria Marta Maria Chagas de Carvalho, que encontro os materiais mais úteis à consecução dos objetivos deste capítulo. Nelas, destaca-se a figura de Antonio Ferreira de Almeida Júnior, que a partir de agora se torna o centro também das discussões deste capítulo.

Rocha (2003) lança-se na tarefa de definir, sinteticamente, as intenções da reforma escolar paulista dos anos vinte:

Eliminar *atitudes viciosas* e inculcar hábitos salutaros, desde a mais tenra idade. Criar um *sistema fundamental de hábitos higiênicos*, capaz de dominar, inconscientemente, toda a existência das crianças. Modelar, enfim, a *natureza infantil* pela aquisição de hábitos que resguardassem a infância da debilidade e das moléstias (ROCHA, 2003: 40. Grifos da autora).

Para tanto, o campo científico teve que assumir um pressuposto que se afirmava no campo político e educacional: “uma inabalável crença no poder

modelador da educação e da escola” (*Ibid.*). Mas, ao mesmo tempo era também necessário que o campo escolar aceitasse “as representações sobre a infância produzidas pelos médicos higienistas paulistas e das práticas por meio das quais procuraram intervir sobre os corpos e as mentes das crianças” (*Ibid.*).

O elemento em destaque, nesse contexto, é a tese de doutoramento de Almeida Júnior, intitulada *O saneamento pela educação*, apresentada em 1922 à Faculdade de Medicina e Cirurgia de São Paulo. Rocha (2003) insere esse texto na “hera da higiene”, inaugurada em São Paulo com a criação do Instituto de Higiene, antecessor da atual Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, instituição que se encarregaria da

produção de um discurso científico sobre as questões urbanas e da elaboração de estratégias de intervenção que, tendo como objetivo central a *formação da consciência sanitária*, colocavam a educação sanitária em primeiro plano, deslocando a ênfase dos já conhecidos métodos de policiamento sanitário para modernos métodos de persuasão (ROCHA, 2003: 41. Grifo da autora).

No Instituto, nesse mesmo ano de 1922, é criado o “Departamento de Higiene Escolar”, dirigido por Almeida Júnior (*Ibid.*). Flagram-se, assim, os movimentos do próprio Almeida Júnior, na sua trajetória disciplinar e institucional: entre a medicina, o Direito, a Educação e a Administração Pública. Nessa trajetória, como mostra Gandini (2010)⁷, percebe-se

uma teia de relacionamentos sociais, profissionais e acadêmicos que ocorreram ao longo dos anos em algumas instituições e organizações. Destacam-se nesse sentido a Faculdade de Direito de São Paulo, a Escola Normal da Praça da República, a Faculdade de Medicina de São Paulo, o jornal O Estado de S. Paulo e também a Revista do Brasil, de Monteiro Lobato, de quem Lourenço Filho foi auxiliar de redação (GANDINI, 2010: 36).

⁷ Devemos a Raquel Gandini (2010) os estudos biográficos mais precisos sobre a trajetória de Almeida Júnior.

Rocha mostra como Almeida Júnior constrói a aproximação entre educação e higiene:

Compreende-se que não basta sanear o ambiente. O homem alheio á hygiene é o maior viveiro de germens pathogenicos, e o mais activo popularizador de molestias. Só elle mesmo, pela sua propria vontade, aquecida pela educação moral e orientada pela instrucção higienica, poderá estancar a fonte morbigena (ALMEIDA JÚNIOR, 1922, *apud* ROCHA, 2003: 42).

Ou seja,

concebendo os problemas sanitários como problemas de ordem educativa, cuja solução passava pela inculcação de modos de viver calcados nos parâmetros da ciência, Dr. Almeida Junior defende a necessidade de buscar o concurso da escola primária na importante causa do saneamento do Brasil (ROCHA, 2003: 42).

Almeida Júnior havia, através da sua tese, galgado uma posição dominante tanto no campo científico como no educacional, portanto, lhe é possibilitada a afirmação da sua “ciência”: a “concepção de educação como *arte de formar hábitos*” (ROCHA, 2003: 43) é justamente o resultado do poder que lhe atribuía o capital simbólico acumulado até então. Capital que é investido em dois projetos paralelos: a afirmação de uma ideia de educação e de ciência em aliança, e a conquista de posições proeminentes na pública administração e nos seus campos de referências: antes, propriamente, da defesa da tese, é auxiliar do Diretor-geral do Ensino do Estado de São Paulo, professor Antonio de Sampaio Dória (1919), chefia o 1º recenseamento escolar do estado de São Paulo (1920), bolsista da Fundação Rockefeller (1921).

Mas, a partir de 1922, a trajetória assume outro ritmo: depois da publicação da sua *Cartilha de Higiene*, é aprovado em concurso público para livre-docente de medicina pública da Faculdade de Direito de São Paulo (1928); em 1931 começa a atuar na prestigiosa Escola Normal da Praça da República, ou

Instituto de Educação Caetano de Campos (futura Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo) e publica o livro *Biologia educacional: noções fundamentais*, pela Companhia Editora Nacional; em 1932 assina o *Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova*; em 1933 é nomeado para o cargo de Chefe de Serviço de Saúde Escolar do Estado de São Paulo; em 1934 colabora para a elaboração dos estatutos da USP e é eleito membro do 1º Conselho Universitário da instituição; em 1935 é nomeado Diretor-geral do Ensino do Estado de São Paulo (cf. GANDINI, 2010: 137-140). Nos restantes 35 anos da sua vida (morre em 1971, aos 78 anos de idade), embora menos iluminado pelos holofotes oficiais, desempenha uma série respeitosa de funções públicas, políticas e acadêmicas, em São Paulo, no Brasil e no exterior.

Tudo isso considerado, é ainda na sua tese de 1922 que se encontra um elemento de grande relevância nessa conjunção epistemológica que se estabelece na articulação dos campos: é, então, a escola primária que exerce a sua ação “sobre o cérebro infantil ainda plástico, virgem de defeitos” e, por isso, pode “afeiçoar-lhe a estrutura mental, orientar-o, e incutir-lhe um systema duradouro de hábitos” (*apud* ROCHA, 2003: 43). Isso é possível nas crianças, e não nos adultos:

É possível, na idade adulta, a aquisição e o desenvolvimento de hábitos isolados. (...) Mas o que é difficilimo, para não dizer irrealizavel, nessa epoca, é a criação de um systema fundamental de hábitos, dominando a existencia inteira, a toda a hora, em todas as oportunidades, sob todos os pretextos, inconscientemente, sem o menor esforço, como devem e precisam ser os hábitos higienicos (*apud* ROCHA, 2003: 44).

Mas, como construir um projeto nacional que, mesmo partindo das crianças, atingisse a sociedade como um todo? É nessa perspectiva que, na minha reflexão, se constrói a relação entre a educação sanitária dos anos 20 e a dos anos 2000. Com efeito, segundo Almeida Júnior,

Na escola, nem todos os aspectos da hygiene se attingem. [...] [Mas] Não é difficil surprehender a propria vida domestica do alumno, os seus habitos, e desse modo, corrigir os erros ou completar as lacunas. A indagação discreta e habil da vida do alumno, em seu domicilio, é o meio para isso (*apud* ROCHA, 2003: 52).

Esse resultado, inclusive, alcança-se justamente no setor higiênico que mais tarde será abordado neste trabalho: a *alimentação*:

Saber-se-á o que elle faz em relação ao banho, aos dentes, ao repouso; saber-se-á o seu regimen e horario alimentar; onde dorme, onde brinca, a luz com que estuda, como toma agua; si fuma, si bebe etc. Indagado isso, para cada alumno, *fará o professor a critica*, mostrando os inconvenientes que achou, e os meios de sanal-os. Nas classes mais adeantadas, *será mesmo possivel um estudo fundamentado da alimentação do alumno*, com o calculo da respectiva ração, em calorias. *O beneficio irá alem da escola: alcançará os demais membros da familia, que deverão boa parte de sua saude e de seus habitos sanitarios á influencia do professor* (*apud Ibid..* Grifos meus).

Em outras palavras, abre-se o caminho para práticas de educação que, mesmo em contextos contemporâneos – herdados – descortinam a interface entre escola e família:

Examinando os alunos, envolvendo-os em práticas de inspeção do espaço escolar, modelando-lhes a conduta pela eliminação das *atitudes viciosas* e fixação de *hábitos salutareos*, interessando-os em relação aos resultados das medidas que expressavam a sua saúde e descortinando, de modo sutil e insidioso, o universo doméstico, os professores estariam prestando uma valiosa colaboração à obra de regeneração da população (ROCHA, 2003: 52).

A tese de Almeida Júnior representa a fundamentação teórica da sua *Cartilha de Higiene*, também publicada em 1922 e que será adotada em escolas

primárias de vários lugares do país. Na tese, também se explicita como se daria a aplicação daqueles conhecimentos: “desenhos, quadros, caricaturas, objectos, vermes, insectos” tornariam mais vivo e animado o processo de aprendizagem (ROCHA, 2003: 53). Assim,

metade brincando, metade a sério, as futuras mães irão aos poucos aprendendo os cuidados mais importantes para com as creancinhas, asseio da pelle, da cabeça, da roupa; o modo de banhar, o modo de vestir; a hygiene da bocca, a hygiene do somno e, acima de tudo, o que concerne á alimentação natural e artificial (*Ibid.*).

Ou seja, “coloridos, interessantes, ilustrados, trabalhando as questões numa linguagem simples, livros e *cartilhas* duplicariam a eficiência do ensino, acompanhando a criança a todas as horas” (*Ibid.*).

Antes de se debruçar sobre os modelos pedagógicos destas cartilhas é preciso abordar os processos educacionais e de saúde-doença assim como compreendidos nas respectivas épocas.

No período da Primeira República, impregnado de ideais positivistas, a pedagogia tradicional fortaleceu-se mesclada ainda aos princípios da educação jesuítica, balizada pelas teorias do educador suíço J. H. Pestalozzi, para quem o processo de aprendizagem era despertado nas crianças através dos sentimentos (NISKIER, 1995). No entanto, o campo da educação, naquele momento, ainda apresentava uma organização pouco estruturada, que recebia escassa atenção dos poderes públicos, pois estes se voltavam para outros temas nacionais, como o desenvolvimento agrário, uma vez que o país era dominado pelas oligarquias rurais e a educação priorizava a formação das elites (ZOTTI, 2004).

Nesta época, entretanto, o país foi marcado por algumas reformas educacionais. A primeira, promovida pelo ministro Benjamin Constant (1890), foi a única que abrangeu o ensino primário, porém sem produzir os efeitos almejados, por motivos financeiros e pedagógicos. Tinha como princípios norteadores a formação científica, em detrimento da tradição humanística clássica, a liberdade e

a laicidade do ensino público, assim como a gratuidade da escola primária (XAVIER, 1994). Esta reforma vigorou até 1901, quando foi aprovado o Código de Ensino, por iniciativa do ministro Epitácio Pessoa.

Em seguida, foram elaboradas reformas que se preocuparam com os ensinos secundário e ginásial, sendo que, a partir de 1923, várias outras reformas foram realizadas no âmbito dos Estados federados. A Constituição de 1891 confirmara o modelo escolar descentralizado (que vigorava desde 1834), delegando aos Estados a elaboração e a aplicação das próprias leis nacionais, mantendo a educação primária e a profissional, voltadas para as classes populares, enquanto as escolas secundárias e as escolas superiores continuavam dirigidas aos setores dominantes (ZOTTI, 2004).

Entre os conteúdos que preenchiam o currículo do ensino primário até 1920 se destacavam a leitura, a escrita e o cálculo, num modelo que remontava ainda ao Decreto Imperial de 1827. Só a partir das reformas nos Estados, já no século XX, que se iniciou uma reflexão sobre propostas de renovação da escola primária (*ibid.*).

Entretanto, o ensino primário, apesar das influências e empenho de alguns educadores, continuou com os seus pilares fragilizados. De acordo com Romanelli (2003), faltava o apoio político das elites para que as reformas produzissem uma infraestrutura institucional bem consolidada. Nessa época, o Brasil apresentava uma condição de alfabetismo bastante severa: apenas 19% das crianças em idade escolar recebiam algum ensino formal. A trajetória do analfabetismo a partir de 1872, para a população de cinco anos ou mais, mostrava taxas extremamente altas, cerca de 82,5%, considerando o período entre o primeiro e o segundo censo (1872-1890), e uma queda para 57,2%, em ritmo invariável, no período de 1890 a 1950 (IBGE *apud* FERRARO, 2002).

Ao longo do período de 1889 a 1925, em que foram promulgadas várias reformas educacionais para melhorar a estrutura da escola primária e secundária, o governo paulista, através do Decreto Estadual nº 248, de 26 de setembro de 1894, criou a figura do “Grupo Escolar”, que alteraria consideravelmente as

características do ensino público primário, através de seus projetos de organização curricular e administrativa. No entanto, a concepção de educação era pautada em um ensino seriado, com distribuição homogênea, no qual os alunos eram orientados por um único professor apoiado em uma pedagogia intuitiva (CLARK, 2008).

O problema da escolarização, desse modo, começa a ser pensado a partir do desenvolvimento nacional, em meados de 1910, com as ligas para erradicar o analfabetismo, fundadas por intelectuais, médicos, industriais imbuídos de patriotismo, moralismo e civismo. Alfabetizar, à época, passou a ter um caráter político, pois a população instruída aumentaria o contingente eleitoral.

Dois movimentos ideológicos foram engendrados na Primeira República por intelectuais da elite: o “entusiasmo pela educação”, que alcançou o seu apogeu entre as décadas de dez e vinte, cujo princípio, de caráter quantitativo, resumia-se na ideia de expansão da rede escolar e da alfabetização, sobretudo para a questão do voto; e o “otimismo pedagógico” que atentou para a melhoria das condições didáticas e pedagógicas da escola e que, embora tenha surgido na década de vinte, ganhou forças nos anos trinta, sendo que mais adiante em 1932 estes intelectuais, que deram início à maioria das reformas educacionais, publicariam o “Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova” (GHIRALDELLI JUNIOR, 2001).

Muitos destes intelectuais, além de defensores dos princípios educacionais, estiveram próximos do Estado, ocupando postos importantes na esfera da administração pública e, assim, tiveram, a princípio, condições para atuar no sentido das mudanças na área do ensino (MAGALDI, 2003). A mesma autora também lembra outra finalidade do modelo educacional em vigor nas décadas de vinte e trinta, a de atribuir às famílias um papel civilizador inserido nas casas mediante lições cotidianamente aplicadas aos escolares, determinando atitudes e formando comportamentos. Se esse entendimento ficou bem explícito no próprio Manifesto de 1932: “o Estado, longe de prescindir da família, deve assentar o trabalho da educação no apoio que ela dá à escola e na colaboração

efetiva entre pais e professores, [...] associando e pondo a serviço da obra comum essas duas forças sociais – a família e a escola – que operavam de todo indiferentes, senão em direções diversas e às vezes opostas”, escreveria Fernando de Azevedo em 1958 – *apud* MAGALDI, 2003: 217-218), ele já vinha implícito desde a tese de Almeida Júnior. Nessa perspectiva,

Era comum que os “especialistas da educação” apontassem a inadequação das atitudes dos pais ante a educação das crianças, já que, segundo sua visão, o cotidiano doméstico estaria permeado por práticas totalmente afastadas dos paradigmas científicos valorizados então, como os da psicologia e da higiene. Por isso, fazia-se necessário ensinar as famílias a educar (MAGALDI, 2003: 218).

Se a intenção nesta análise é também mostrar as confluências entre educação e saúde, vale fazer referência às primeiras escolas médicas no Brasil, a Escola de Medicina da Bahia e a Escola de Anatomia, Medicina e Cirurgia do Rio de Janeiro, criadas em 1808, transformadas em Faculdades de Medicina no ano de 1832 (cf. SCWARCZ, 1993), com orientação dos cursos puramente profissional e norteada por um caráter acentuadamente elitista (OLIVEN, 2005).

Através do decreto nº 372 B de 02/05/1890, do Governo Provisório da República, assinado pelo Marechal Deodoro da Fonseca, o Instituto de Higiene foi transferido da Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro para a Inspetoria Geral de Higiene, recebendo o nome de Instituto Nacional de Higiene. Suas finalidades passaram a ser, de acordo com o artigo 2º, "o estudo da natureza, etiologia e profilaxia das moléstias endêmicas e epidêmicas que grassarem na capital federal e a quaisquer pesquisas bacteriológicas que interessem à saúde pública" (DICIONÁRIO HISTÓRICO-BIBLIOGRÁFICO, 2008).

Particular relevância tem aqui a Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro que, mais adiante, inspiraria a criação do Instituto de Higiene da Faculdade de Medicina e Cirurgia de São Paulo (1919), no qual o doutor Almeida Júnior lecionaria e organizaria a *Cartilha de Higiene*. Esse Instituto, com

fundamental papel na elaboração da política sanitária adotada naquele Estado a partir de 1925, constituiu, além de um espaço para articular estratégias voltadas para propagar mensagens da higiene no âmbito escolar, um espaço também para a produção de impressos destinados aos alunos das escolas primárias e a seus professores (ROCHA, 2003).

* * *

O *Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova*⁸, redigido por Fernando de Azevedo, e assinado por mais vinte e seis educadores e intelectuais, alguns dos quais, como vimos, francos participantes do campo científico dominante: o da medicina, trazia a marca da diversidade teórica e ideológica deste grupo. A proposta deste documento era a reconstrução educacional em âmbito nacional e o princípio de uma escola pública, laica, obrigatória e gratuita, além da co-educação no ensino (SHIROMA, MORAES e EVANGELISTA, 2007), sendo que os princípios ideológicos da Escola Nova foram se transformando e se amoldando, ao longo de sua história, de acordo com o processo de transformação da sociedade capitalista e com os ideários dos próprios educadores liberais que buscaram respostas aos desafios de seu tempo, afirma JACOMELI (2004).

Desde os primeiros movimentos para as mudanças na educação, intelectuais que se ocupavam do cuidado à saúde, sobretudo, das endemias rurais no país, de alguma forma também estavam envolvidos com a educação, tanto nas esferas estatais e administrativas como nas salas de aula.

A saúde e, particularmente, a alimentação são objetos de estudo apresentados nos livros didáticos dos escolares de ensino primário desde, mais

⁸ Os objetivos do ensino primário, de acordo com a proposta escolanovista, buscavam a formação e desenvolvimento integral da criança, e não apenas a redução da escola primária ao ler e escrever. Há uma preocupação com a transmissão de conhecimentos úteis para a vida em sociedade e com a preparação para o mundo do trabalho, que se tornava mais complexo nesse período (O MANIFESTO..., 2008)

precisamente, a década de vinte, que, segundo Rodrigues (2007), foi o período em que a alimentação definiu-se socialmente como problema de saúde pública.

É na vertente dessas ações que se pode compreender a estruturação do Departamento de Higiene Escolar, em 1922, no Instituto de Higiene, sob a direção de Almeida Júnior, professor de Biologia e Higiene da Escola Normal do Braz. Esse médico também concebeu os problemas sanitários como problemas de ordem educativa, cuja solução passava pela prescrição de modos de viver apoiados em parâmetros científicos (ROCHA, 2003). O Instituto de Higiene, criado pelo Governo do Estado, em cooperação com a Fundação Rockefeller, transformou-se na Escola de Higiene e Saúde Pública, em 1931, que, em 1938 foi por sua vez incorporada à Universidade de São Paulo. Em 1945, passou a constituir uma das Unidades autônomas de ensino superior da USP, sob a denominação de “Faculdade de Higiene e Saúde Pública”. E nessa Faculdade e nessa confluência de implantação de unidades de ensino, no ano de 1939, em 24 de outubro, foi criado o primeiro curso de Nutrição do Brasil, tendo duração de um ano. Vinte e sete anos mais tarde o curso passa a ter duração de três anos, e em 1972, por normativas do Ministério da Educação, o curso de Nutrição apresentaria a duração de quatro anos, divididos em oito semestres (CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS, 2013).

Conforme relata Faria (2002), São Paulo foi um dos principais palcos na conformação das políticas nacionais de saúde, com desenvolvimento autônomo dos serviços sanitários estaduais em relação aos federais.

Para garantir que a população, sobretudo, aquela que perfazia a faixa etária do ensino primário, tivesse acesso à educação sanitária e às práticas de higiene, que deveriam também se estender às práticas no núcleo familiar, cartilhas sobre higiene foram produzidas e incorporadas ao conteúdo pedagógico nesses anos.

No mesmo ano em que dirigiu o Departamento de Higiene (1922), Almeida Junior organizou a elaboração da *Cartilha de Higiene – Para uso das escolas primárias*, lembrando que ele tinha a formulação da política sanitária

apoiada no ideário da prevenção de doenças, tendo a educação como um de seus principais temas balizadores para o alcance e manutenção da saúde. As cartilhas foram publicadas a pedido do Governo do Estado, sendo adotadas nas Escolas de São Paulo, e também no Ceará, Rio Grande do Norte, Rio de Janeiro, entre outros Estados.

As preocupações na área da saúde, até o início do século XX, estavam centradas nas epidemias, e a educação, neste mesmo contexto, estava voltada para hábitos e comportamentos de higiene. Em 1889, diversos impressos foram distribuídos pela Diretoria Geral de Saúde Pública, no Rio de Janeiro. Estes impressos informavam sobre etiologia e maneiras de prevenir as doenças que mais assolavam a população à época: febre tifoide, peste, tuberculose, febre amarela. Portanto, entre 1910 e 1920, momento em que foi estabelecido o segundo período do movimento sanitário, as estratégias e ações em saúde pública concentraram-se no saneamento rural, nas tentativas de erradicação da ancilostomíase, da malária e da doença de Chagas (PELICIONI e PELICIONI, 2007).

A 1ª edição da *Cartilha de Higiene*, de 1922, foi publicada pela Monteiro Lobato e Cia. Editores e depois, entre os anos de 1928 e 1940, foi reeditada pela Companhia Editora Nacional, sendo produzidos por esta, o total de 43.573 exemplares (CRE, 2008). Para este trabalho, utilizamos a 16ª edição da Cartilha (Anexo I), publicada em 1938.

O professor e médico Almeida Junior anunciava, desde o seu texto introdutório, anterior à parte ilustrada da Cartilha, que esta seria estruturada em três eixos: a *escola*, o *exemplo do professor* e a *prática de higiene*, como meios capazes de influenciar a atividade infantil e nela imprimir comportamentos e hábitos higiênicos. O objetivo era “incutir no aluno hábitos úteis, referentes ao asseio, à alimentação, à respiração, ao exercício” e para isso, mais que difundir informações, valia “muito mais a prática efetiva da higiene” que deveria “entrar na vida escolar cotidiana” (ALMEIDA JUNIOR, 1938: 3).

Numa *escola*, “de cores claras, espaçosa e alegre, com janelas para o

ar e para o sol, limpa e ordenada” acreditava-se conseguir maior disposição e rendimento escolar, além de servir como referência para o aluno quando ele provinha de um ambiente domiciliar “anti-higiênico”. *O exemplo do professor* serviria de modelo para hábitos de asseio, “modos de arranjar-se e vestir-se”. Desta forma, o professor também deveria adotar as boas práticas de higiene, pois seria por “precauções em favor próprio ou dos outros”. E por fim, *a prática de higiene*, que resultaria em cinco “práticas”: 1 - a revista dos alunos, consistindo de um exame físico feito pelo professor sobre a limpeza dos alunos em relação às mãos, rosto, pescoço, cabelos, orelhas, dentes, roupas e sapatos; 2 - a revista da escola onde os alunos, ao contrário, fariam a vistoria como uma espécie de inspetores sanitários nas salas de aula, observando a limpeza dos móveis, a ventilação, a iluminação, cuidando da água de beber, enfim, seis ou oito exercícios dessa ordem que dariam o melhor ensino domiciliar; 3 - a conduta do aluno na escola, supervisionada pelo professor, que mereceria correção em episódios de práticas inadequadas de higiene; 4 - o uso da balança e do dinamômetro, que permitiriam ao aluno adquirir interesse pela saúde, verificando mensalmente o aumento do peso e da força muscular, como manifestação de boa disposição física e, parcialmente, da condição nutricional; e finalmente, 5 - a vida doméstica do aluno, sob um inquérito discreto e sutil da vida doméstica do aluno, o professor teria acesso aos hábitos higiênicos referentes ao sono, à alimentação, aos cuidados corporais (banho, higienização dos dentes, etc.), ao uso do fumo ou álcool (*Ibid.*: 3-4).

Para Almeida Júnior, as práticas de higiene realizadas na escola ou no ambiente domiciliar deveriam sempre estar associadas às palavras, e a Cartilha serviria, portanto, não apenas para a incorporação de hábitos, mas também para a adaptação do aluno “às condições novas e imprevistas da vida prática” (*Ibid.*: 4).

Ao estudar e utilizar este manual de higiene, o aluno se deparava com normas e procedimentos de higiene corporal, assim como também mental.



“**Cartilha de Higiene**. Para Uzo das Escolas Primarias”. Dr. A. de Almeida Júnior. 10.e. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1928. A 1a. edição é de 1922, publicada pela Monteiro Lobato & Cia. Editores. De 1928 a 1940 ela foi reeditada pela Companhia Editora Nacional, a qual informou que foram produzidos 43.575 exemplares nesse período.

A cartilha ilustra, já na sua capa, o seu papel ideológico: a “higiene” serviria “pela felicidade e pela grandeza do Brasil”, segundo os dizeres de um painel pendurado numa árvore e apontado pelo Saci-Pererê. A presença constante, na Cartilha, desse personagem do folclore brasileiro é bastante integrante. Em dezenove das trinta e quatro páginas ilustradas (num total de quarenta e uma páginas), aparece o Saci-Pererê. Provavelmente, só com uma cuidadosa pesquisa documental seria possível confirmar a hipótese de que essa presença constante está relacionada ao início da carreira literária de Monteiro Lobato, amigo e editor de Almeida Júnior. Como se sabe, o primeiro livro publicado pelo escritor de Taubaté foi, justamente, *O Saci-Pererê: resultado de um inquérito* (1918). Nele, como forma de custear a edição (da própria Companhia Editora Nacional), apareceu uma série de anúncios publicitários, de autoria do desenhista paulista Lemmo Lemmi (1884-1926), em que o Saci apresentava e recomendava vários produtos. Fato é que, na Cartilha de 1922, o Saci aparece quase sempre no papel de testemunha e facilitador das boas condutas de higiene das crianças. Na página 5, por exemplo, ele sustenta a saboneteira utilizada pelo garoto representado no ato de lavar as mãos. Na página 7, o mesmo garoto lava o rosto e o Saci, sorridente, segura a toalha. Na página 10, ajuda o garoto segurando a bisnaga com a pasta dental. Em várias outras ilustrações, sempre aparece ao lado

de bons hábitos ou tentando afastar o garoto protagonista dos maus hábitos ou dos perigos para a saúde.

Não cabe aqui o espaço para reflexões mais prolongadas sobre a relação entre essas representações do Saci, seu pertencimento, fenotípico e cultural, à raça negra e os objetivos da Cartilha e, mais amplamente, de todo o movimento higienista e eugenista. Tampouco cabem, aqui, maiores referências ao controvertido ideário cultural e racial do próprio Monteiro Lobato. Registre-se, porém, pelo menos, que em 1921, um ano antes da primeira edição da Cartilha de Almeida Júnior, o próprio Monteiro Lobato publicava o livro *O Saci*, de certa forma vinculado ao ciclo do Sítio do Picapau Amarelo que, mais de oitenta anos depois, ilustraria as cartilhas do Programa Fome Zero.

A Cartilha é formada por trinta e sete páginas, trinta e três das quais ilustradas, por um desenhista anônimo. Além do texto introdutório expressamente assinado por Almeida Júnior, são apenas quatro as páginas que não trazem nenhuma ilustração. São dedicadas à “Boa alimentação” (p. 17), ao “Tracoma” (p. 22), a “Mandamentos para a higiene da casa” (p. 24) e a “Que é a tuberculose?” (p. 29).

Entre os temas ilustrados, destacam-se a limpeza das mãos, das unhas e do rosto (p. 5 a 7), que culmina com o elogio de “Dois bons amigos”: a água e o sabão (p. 8). Esta página, aliás, termina o seu texto com a pergunta: “Como se chama quem não gosta da água ou do sabão”? Logo em seguida, uma ilustração que retrata um porco rechonchudo, ainda que, paradoxalmente, bem limpinho.

A seguir, a Cartilha ocupa-se da necessidade da escovação dos dentes (p. 9 e 10), do hábito de sempre usar “um lenço limpo no bolso” (p. 11) e dos demais hábitos de “asseio”: cabelos limpos e penteados, roupa “bem lavada, costurada, passada a ferro, com todos os botões”, sapatos engraxados: “Agora sim. Pode ir para a escola (p. 12 a 15). Depois de uma página dedicada à água (“NÃO beba em copos usados!”, “NÃO beba água gelada!”, “NÃO beba na torneira ou no gargalo das garrafas!”, segue a primeira página dedicada à alimentação (a 17, sem ilustrações). Nela, em listas contrapostas graficamente, opõe-se “O que

se deve comer” (Feijão e arroz bem cozidos. / Verduras e frutas maduras. / Pão de trigo, de centeio, de milho. / Carne, só uma vez por dia. / Leite, manteiga, ovos, queijo. / Peixe muito fresco. / Alimentos duros, que dão trabalho aos dentes: crosta de pão, frutas, nozes. Alimentos variados) a “O que se deve evitar” (Comer muito. / Comer depressa, sem mastigar. / Comer estando cansado ou agitado. / Abusar da carne ou dos ovos. / Comer frutas verdes. / Comer alimentos muito engordurados. / Usar pimenta e outros temperos fortes. / Comer ou beber coisas muito quentes ou geladas).

Completam a página algumas recomendações adicionais: “O VINHO, a CERVEJA, a AGUARDENTE, os LICORES, são VENENOS, principalmente para as CRIANÇAS. / O CHÁ e o CAFÉ são prejudiciais às crianças. / Para elas, o melhor alimento é o LEITE. / As gulodices no intervalo das refeições fazem mal”.

Logo em seguida (p. 18 e 19), duas das “Oito regras de ouro” referem-se a bons hábitos alimentares: “5 – Comer bastante verduras e frutas” e “6 - Beber, por dia, uns quatro copos d’água pura”. Em ambos os casos, o Saci confere o bom comportamento do garoto.

As páginas sucessivas trazem recomendações relativas aos pulmões, aos olhos e à higiene da casa (p. 20 a 24). Um alerta contra o uso do álcool é encabeçado pela representação da morte, que espanta um Saci em fuga, numa perna só (p. 25). A “História de um beerrão” (p. 26 e 27), que começa com uma “família feliz”, passa por “más companhias”, maltratos aos filhos, outros crimes e termina com a morte “na prisão” precede informações sobre os malefícios do fumo (p. 28) e uma longa descrição da tuberculose (p. 29 a 32). A Cartilha termina com alertas sobre os perigos advindos de animais: moscas (p. 33 e 34), “cilóstomos”, causadores do “amarelão” (p. 35 e 36), pernilongos responsáveis pela “maleita” e, finalmente, o mosquito da febre amarela e ainda uma mosca, causadora da febre tifoide (p. 37 a 41).

Assim, é possível confirmar a hipótese pela qual um agente determinado, dotado de vultoso capital simbólico, adquirido por sua atuação em campos distintos mas, nessa época de incipiente institucionalização (da medicina,

da educação pública, da República), ainda muito inter-relacionados, apresenta autoridade e competência suficientes para não só proferir um discurso *competente*, mas, também, para promover, justamente em virtude da sua atuação e circulação pelos campos, uma espécie de “bloco histórico”, dotado de hegemonia científica e administrativa. Esse agente, Almeida Júnior, num breve espaço cronológico, adquire o seu título acadêmico apresentando um conjunto de ideias adequadas às suas condições históricas, aplica essas ideias num instrumento de intervenção práticas (a Cartilha) que logo é adotada em vários Estados, multiplicando, assim, o valor do seu capital simbólico. Finalmente, conquista posições mais relevantes na administração pública. O círculo estaria assim fechado, se não fosse que esse mesmo agente logo se encontrará no centro de um grupo que, com clareza ainda maior, exercerá, ao mesmo tempo, uma hegemonia oriunda de fontes articuladas: todos os seus membros ocupavam posições relevantes nos seus respectivos campos e, para tanto, utilizaram o conjunto dos seus capitais para confirmar e consolidar as suas posições e, ao mesmo tempo, investir em outras direções. Refiro-me, é claro, ao grupo dos 26 signatários do “Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova”, de 1932. Estava-se em plena transição entre a Primeira República e o Estado Novo, o que gerou a necessidade, para muitos dos que assinaram o Manifesto, de se afirmarem em posições hegemônicas mesmo nas mudadas condições históricas e políticas. Agindo ou anunciando a ação nos planos social e cultural, unificados nos campos da educação e da administração escolar pública, eles, ao mesmo tempo, transformam, por dentro, os campos nos quais atuavam e os colocavam em trânsito para os novos tempos.

Almeida Júnior, nessa empreitada, estava com 40 anos, e se via acompanhado, sob a liderança de Fernando de Azevedo (bacharel em Direito, professor e administrador, 38), por Afrânio Peixoto (médico, professor e administrador, 56), Antonio de Sampaio Doria (jurista, político, administrador, 49), Anísio Teixeira (bacharel em Direito, professor e administrador, 32), Lourenço Filho (bacharel em Direito, professor e administrador, 35), Roquette Pinto (médico,

antropólogo, professor e administrador, 48), Julio de Mesquita Filho (bacharel em Direito, empresário, jornalista, político, 40), Raul Briquet (médico e professor, 45), Paschoal Lemme (28, professor e administrador, sem formação superior completa), entre outros. Assim, o grupo de “pioneiros” era integrado por representantes do “velho regime” educacional, que redigiram um “salvo-conduto” para os novos regimes - educacional, político, intelectual. No texto do manifesto, o termo “higiene” não aparece e a palavra “alimento”, só duas vezes, em sentido metafórico e figurado. Em menos de dez anos, ao que parece, muitos paradigmas oriundos do “Bloco histórico” e científico da Primeira República desaparecem, substituídos por conteúdos novos, que configuram um novo bloco hegemônico, formado, porém, por muitíssimos representantes do antigo.

Dessa forma, os mais jovens do grupo (e Almeida Júnior está nessa categoria, aos 40 anos) ganham um ânimo adicional para, inclusive nas sínteses historiográficas recentes, figurarem entre “pioneiros”, “reformadores”, “renovadores”. Declarar a pertinência e a urgência de um ensino público, gratuito, laico e obrigatório, nos primórdios da modernização política e econômica do país lhes deixaria uma enorme disponibilidade de capital simbólico.

A época em que se afirma o contexto de influência do Programa Fome Zero e de uma das suas principais práticas de educação em saúde, mais especificamente, educação alimentar - o projeto Criança Saudável, Educação Dez - é atravessada por um ideário que, apesar de mais diretamente devedor dos ideários educacionais sucessivos ao Estado Novo, oriundos das reflexões e das condições dos campos científicos, educacional e político que resultam da redemocratização de meados dos anos oitenta, encontrará numerosos pontos de contato com as práticas que observamos e analisamos neste capítulo.

Em particular, é necessário lembrar que Rodrigues (2007) comenta outro texto de Almeida Júnior, o artigo “Alimentação na idade escolar e pré-escolar”, publicado em 1923, poucos meses depois da *Cartilha de Higiene*, no *Boletim do Instituto de Higiene* de São Paulo.

Rodrigues define Almeida Júnior como um “especialista na questão

alimentar dos escolares” (RODRIGUES: 2007: 236). O médico e educador paulista, nesse artigo, lança a sua ironia:

De vez em quando, surgem advogados da abóbora, apóstolos do limão, cavaleiros andantes da cebola, apontando os seus ídolos como exclusivos merecedores de nosso culto e dos nossos dentes. E os ídolos, repentinamente, mergulham no esquecimento. Não se diga que estas paixões alimentares medram apenas entre os profanos: pesados livros de ciência consignam tais exageros e perpetuam as dissensões românticas entre a carne e o vegetal, entre o jejum e a abundância (ALMEIDA JÚNIOR *apud* RODRIGUES, 2007: 237).

Assim, nota-se que “a primeira metade do século XX e o início do século XXI guardam profunda semelhança entre si – épocas em que a oferta de soluções rápidas e eficientes encontra ressonância no público consumidor de fórmulas dessa natureza” (*Ibid.*).

No quarto e no quinto capítulo, procuro ampliar essa observação, interrogando os materiais educacionais dos anos vinte e do início do século XXI, comparando os pressupostos ideológicos e científicos. Nessa tarefa, convirá ter à mão, além da *Cartilha* de 1922, também essas outras observações de Almeida Junior, que, no mesmo artigo de 1923, assevera:

a escolha dos alimentos, o horário das refeições, os cuidados de asseio, a mastigação, a digestão, a própria evacuação intestinal [...]. É comum encontrarem-se crianças que detestam o leite, que abominam a carne, que não toleram as verduras [...]. Afora os possíveis casos de idiossincrasias, parece que se trata, as mais das vezes, de vício adquirido na infância, evitável por uma educação bem conduzida [...]. A educação higiênica é igualmente o melhor fator para difundir o uso de alimentação mais sensata entre as classes populares, *ensinando-lhes as vantagens da variedade, as virtudes de certos alimentos como o leite e as verduras [...]* e tantas outras pequenas cousas, já sabidas na higiene alimentar (*Apud* RODRIGUES, 2007: 239; grifo meu).

Em outras palavras, está em pauta um poder (SANTOS, 2004) que transita da ciência para a escola, construindo um percurso que, nasce dos saberes científicos, atravessa o discurso pedagógico, o “saber fazer”, para desaguar num “ter que fazer”, estruturado e estruturante. Assim, instituem-se práticas de educação em saúde completamente engendradas no discurso competente proferido pela contextualização do campo científico como campo hegemônico. Mas, a virada de 1932 pareceria deslegitimar essas práticas, a partir da reformulação do campo hegemônico, abalado pela afirmação de ideias novas. Em outras palavras (BAGNATO e RENOVARO, 2006: 93), estamos no meio de um “território denso, perpassado por diferentes interesses, tensões e embates, que assume matizes ideológicos, subjetivos, culturais, sociais”. A “densidade” do território é a sua historicidade, que leva ao questionamento sobre a permanência de alguns conteúdos competentes. Ainda na perspectiva de Bagnato e Renovato (*Ibid.*: 92), trata-se, aqui, de indagar onde nascem e quando (e se) morrem, os

discursos e linguagens [...] que contemplam, como parte integrante desse *corpus*, verbos como “ter que”, “deve” e “ser”, e ainda “o que é certo e o que é errado” - tentativas de interdição, expressos por discursos prescritivos, ações e comportamentos pautados em um modelo de saúde racionalista, positivista e dicotômico.

É significativa, nesse contexto, a reflexão de REIS (2006: 20), que considera que “a base que ainda sustenta a maioria das práticas educativas nos tempos atuais” emerge “do modelo sanitarista cuja ênfase está na transmissão de normas e regras comportamentais”. Mais adiante, o autor é ainda mais seguro: ele reconhece que

ocorre no final do século XX uma das mudanças mais essenciais no discurso da ação educativa, segundo a qual detecta-se um deslocamento do paradigma das “mudanças comportamentais por meio da informação” para o paradigma das “ações educativas participativas”. Em relação a esse último paradigma, o que parece caracterizá-lo, em termos teóricos, é a possibilidade que se abre

para a construção de práticas educativas pautadas numa concepção que visava interações entre os saberes científicos, do senso comum e popular, objetivando, assim, a melhoria das condições de saúde das populações (REIS, 2006: 21),

mas,

A despeito da ocorrência dessa mudança de paradigma, observa-se, também, um forte descompasso entre esses avanços teóricos em torno da educação em saúde, ou seja, entre esta prática idealizada e a prática efetivamente realizada. Ainda, hoje, notamos a educação em saúde pautada exclusivamente em conteúdos do saber científico, tendo como alvo prioritário induzir as pessoas a atitudes vistas como desejáveis (*Ibid.*).

A análise do contexto de influência do projeto Criança Saudável, Educação Dez, ajudará no aprofundamento dessas questões.

CAPÍTULO III. BRASIL BEM ALIMENTADO: PANORAMA DE POLÍTICAS.

Dados do Conselho Federal de Nutricionistas relativos a 2005 (*apud* VASCONCELOS e CALADO, 2011: 512), mostram que, nesse ano, 9,4% dos quase 2.500 profissionais pesquisados, dedicavam-se à docência e 8,8%, à “saúde coletiva”⁹. Nesta categoria, segundo esses autores se “consolida e amplia a atuação desse profissional no campo das políticas públicas, tais como no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), no Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), no Programa Bolsa Família, na Estratégia Saúde da Família, a partir da criação dos Núcleos de Atenção à Saúde da Família (NASF) etc.” (*Ibid.*: 514).

Em 2005, portanto, coincidentemente o mesmo ano em que é lançado o projeto Criança Saudável, Educação Dez, cerca de 450 nutricionistas, estando em instituições de ensino e/ou pesquisa, e em órgãos e instituições públicas, nas três esferas do poder executivo, formavam uma minoria que se reveste de grande relevância, simbólica e operacional ao mesmo tempo. Coube a elas dar continuidade a uma tradição que remonta aos anos trinta do século passado, e que, ao mesmo tempo dos primeiros passos do campo científico da Nutrição, tem se encarregado de cuidar da boa alimentação dos brasileiros. Estando elas no ensino, na pesquisa ou na gestão política e administrativa, foram criando alianças, blocos, que têm permitido, num período que dura cerca de setenta anos, formular, desenvolver, debater e implementar ideias e políticas tão influentes na sociedade quanto aquelas dos higienistas e dos sanitaristas da geração anterior, da década de vinte.

Acompanharemos, aqui, o desenvolvimento, paralelo e entrelaçado ao mesmo tempo, de três fatos, ou encadeamento de fatos, decisivos para a correta

⁹ O restante da distribuição apontava 41,5% na nutrição clínica; 32,2% na alimentação coletiva; 4,1% na nutrição esportiva e 3,7 na indústria de alimentos. *Ibid.*

contextualização e para a compreensão do meu objeto de estudo: a intervenção do Estado brasileiro nos assuntos relativos à alimentação da população do país; o surgimento e a consolidação do campo científico da Nutrição; as iniciativas denominadas “Educação Alimentar”, antes, “Educação Nutricional” intermediando e “Educação Alimentar e Nutricional”, depois, recebendo esta em muitos documentos governamentais e científicos a sigla EAN.

Trata-se de vários fatos históricos, carregados de dilemas e de questões ainda não completamente esclarecidas pelas pesquisas realizadas até hoje, e vivenciados por um número grande de agentes que não será possível esgotar aqui esta temática. Terei como ponto de partida uma revisão da literatura. Uma literatura tão rica que, ela mesma, mereceria uma reflexão especial. Assim, como foi possível constatar quando, no capítulo anterior, enumerei os trabalhos de cunho histórico voltados para a era do higienismo, aqui também, talvez mais fortemente ainda, deparo-me com reconstruções e análises de excelente profundidade.

Nelas, articulam-se abordagens e interesses disciplinares que perpassam a história intelectual, a história das ideias, a história da ciência e da medicina, a ciência política, a teoria e a história da educação, a economia, a sociologia e a antropologia. A articulação corresponde também às origens e aos percursos disciplinares dos pesquisadores: ora historiadores, ora nutricionistas, ora cientistas sociais. Para tudo isso, é muito relevante o papel desempenhado por uma área do conhecimento genuinamente interdisciplinar como a própria Saúde Coletiva. É no entorno dos programas de pós-graduação e das revistas dessa área, considerando a própria atuação, desde 1979, da Associação Brasileira de Saúde Coletiva (ABRASCO), que se desenvolvem, desde o começo dos anos oitenta, numerosos estudos e pesquisas que sustentam esta parte do meu trabalho.

Em particular, recorro aos trabalhos de Coimbra *et al.* (1982), Vasconcelos (1999, 2001, 2002, 2005 e 2007), Vasconcelos e Calado (2011), Vasconcelos e Batista Filho (2011), Silva (1995), Arruda e Arruda (2007), Lima

(1997), Barros e Tartaglia (2003), Bezerra (2012), Bizzo e Lima (2010), para abordar as cinco primeiras décadas dessa história, de meados dos anos trinta a meados dos anos oitenta, ou seja, do começo do Estado Novo ao final da ditadura militar pós-64.

Alimentação e saúde não são temas exclusivos de profissionais da área da saúde, sobretudo quando são desenvolvidos e praticados no foco da saúde coletiva. Assim como alimentar-se é longe de ser apenas um ato biológico, pois é permeado de formas e conteúdos que o situam nas esferas econômica, social, cultural e política.

No passado recente e atualmente, o alimento e o cuidado com o corpo têm sido elementos de questionamentos e de atenção configurando um palco com vários atores que tratam este objeto desde a ótica da estética, passando pelo biológico até o social, cultural e o simbólico, e que vivem em plena interação (cf. CANESQUI, 2005). Em outras palavras, lidamos aqui com um objeto eminentemente interdisciplinar nas suas possibilidades de abordagens de estudo, mas fortemente multidisciplinar nas suas práticas e realizações políticas.

Nutrição e Saúde Coletiva são áreas de conhecimento que têm se cruzado na história do campo intelectual brasileiro e o mundo acadêmico tem encontrado nas políticas sociais um terreno produtivo de pesquisa e estudos. O artigo de Bosi e Prado (2011), intitulado “*Alimentação e Nutrição em Saúde Coletiva: constituição, contornos e estatuto científico*” expõe o percurso dessa constituição de campos no contexto brasileiro, sem deixar de apontar as confluências e também as tensões para as quais as autoras recorrem também aos pressupostos epistemológicos de Bourdieu, quando se referem a essas áreas como campos. Ainda para elas, “trata-se de um processo marcado por tensões entre os paradigmas biológico e social” (BOSI e PRADO, 2011, p. 7)

Nenhuma política de abastecimento, alimentação, nutrição e combate à fome poderia estar desligada do quadro de referência maior constituído pelos sistemas alimentares, que, como alerta a antropóloga Mabel Gracia Arnaiz,

referem-se cada vez mais às exigências marcadas pelos ciclos econômicos capitalistas de grande escala que supõem, entre outros aspectos, a intensificação da produção agrícola, a orientação da política de oferta e demanda de determinados alimentos, a concentração dos negócios em empresas multinacionais, a ampliação e especialização por meio das redes comerciais cada vez mais onipresentes e, definitivamente, a internacionalização da alimentação (ARNAIZ, 2005: 147).

Mesmo nesse quadro de mundialização da questão considerando o papel desempenhado pela Organização das Nações Unidas, através da FAO, de extrema relevância quando se pensa na conceituação e nas práticas de combate à fome em escala planetária, não há como esconder que essas políticas tenham sido geradas, formuladas e implementadas nos âmbitos dos estados nacionais. De forma análoga ao que observamos nos cenários nacionais relativos ao horizonte da educação em saúde, no capítulo anterior, nessa forma específica de políticas públicas brasileiras que se têm voltado à melhoria do abastecimento alimentar e da quantidade e da qualidade das refeições nas mesas da população, estamos diante de mecanismos políticos inseridos nos campos acadêmicos e científicos, e de práticas científicas que se têm comunicado organicamente com as esferas da política e do Estado. Ou seja, abastecer o Brasil de comida e, sobretudo, combater a fome ou, em expressão mais contemporânea, garantir segurança alimentar e nutricional, tem sido uma tarefa desenvolvida por uma multidão de atores sociais, que compartilham e ou trocam entre si *habitus*, competências, saberes, discursos, práticas e espaços de poder.

Por não serem foco do núcleo mais significativo dos objetivos deste trabalho, deixo de considerar um conjunto de aportes científicos que, ao lado dos mais tradicionalmente situados nos campos da saúde (medicina e nutrição, antes de tudo, mas, também, as articulações desses campos com as ciências sociais) também assumiram e assumem grande importância nesse contexto. Refiro-me, por exemplo, às áreas da engenharia mais voltadas para aqueles saberes hoje definidos como logística (decisivos, por exemplo, em muitas políticas de

abastecimento e distribuição de alimentos), à longa e bem equipada tradição da agronomia e da zootecnia (no que se refere à produção de alimentos) e aos sub-campos da economia (como a administração e as políticas tributárias) que têm servido de suporte aos aspectos mais propriamente gerenciais da produção e do abastecimento.

Daqui em diante, portanto, dedico-me ao desenho, sucinto e sintético, daquelas políticas públicas que, voltadas à boa alimentação do brasileiro, precisaram de atores acadêmicos situados nos campos da educação e da saúde.

Para apresentar, de maneira resumida, a trajetória política dos programas de alimentação e nutrição, que se têm concentrado principalmente na questão da fome, é importante revisitar a cronologia a partir do século XIX. A síntese aqui apresentada constitui um esboço a ser ampliado e desenvolvido para que o projeto Criança Saudável, Educação Dez, objeto principal desta pesquisa, venha a ser corretamente contextualizado. Nessa perspectiva, veremos quando e como surgem, no âmbito mais geral das políticas de abastecimento e luta à fome, as primeiras iniciativas de educação alimentar. Elas se posicionam como eixo mediador entre as formas antigas de educação em saúde e a tradição dessas políticas públicas, ou seja, na confluência de tradições disciplinares e políticas que remontam ao começo do século XX, será mais fácil situar a lógica e o sentido do projeto Criança Saudável, Educação Dez.

* * *

Os estudos iniciais sobre hábitos da alimentação do brasileiro e os problemas carenciais surgiram a partir das primeiras Faculdades de Medicina no Brasil, a do Rio de Janeiro e a da Bahia, quando pesquisas mostraram preocupação com as questões sanitárias e bacteriológicas, em meados de 1850 (VASCONCELOS, 2005; SCHWARCZ, 1993). Os primeiros médicos do Brasil começam a perceber a inter-relação entre condições de vida e hábitos alimentares no Brasil, aí incluindo as carências nutricionais e a questão da fome, e o conjunto de elementos sociais e econômicos construídos durante o período colonial e

herdados pelo país do pós-1822 (FREYRE, 1998; CANDIDO, 1982; VASCONCELOS, 2005).

Nessa perspectiva, convém lembrar que as duas primeiras escolas cirúrgicas do país foram criadas, no curto espaço de menos de dois meses, em fevereiro de 1808, na Bahia e em abril do mesmo ano, no Rio de Janeiro (SCHWARCZ, 1993: 194). São as primeiras semanas sucessivas à vinda para o Brasil da família real portuguesa e, com as duas cartas régias que decretam a abertura dos cursos médicos (reformados, em 1813, no Rio, e em 1815, na Bahia), D. João VI sinalizava a necessidade de curar um país doente. Nas décadas sucessivas, as doenças receberam muitos diagnósticos e múltiplas terapias, e na grande maioria essas atribuídas ao clima, à mestiçagem, à pobreza, todos os males do novo país que, a partir da sua independência e até o final daquele século XIX, buscava um lugar entre as nações civilizadas.

São, portanto, a higiene, a alimentação e a higiene alimentar os focos que recebem as atenções dos professores e dos cientistas das duas escolas de medicina. Schwarcz (1993) avalia todos os números das revistas das duas faculdades; a *Gazeta Médica da Bahia* e o *Brazil Médico*, vinculada à escola do Rio de Janeiro. Na primeira, um levantamento que vai de 1870 a 1930 e compreende 1742 artigos, aponta que desse total, 617 ou 36% são incluídos na área temática da “higiene pública” (SCHWARCZ, 1993: 204). No conjunto temático colocado logo abaixo, a “medicina interna”, alcança 245 artigos, ou 14%. No levantamento da revista do Rio de Janeiro, de 1887 (ano da sua fundação) a 1930, num total de 13375 artigos, 5178 ou 39% são rotulados pela autora como sendo de “medicina pública” (*Ibid.*: 220). A seguir, com 25% dos artigos, a área de medicina interna.

Estava registrado, portanto, que compromisso nas primeiras décadas de vida do campo científico da medicina era o de assumir a responsabilidade de curar a sociedade, antes de cuidar do indivíduo.

Estreitando o extraordinário levantamento de Schwarcz, Vasconcelos (2007), em pesquisa semelhante, reúne trabalhos anteriores, incluindo *Geografia*

da Fome e Casa-Grande & Senzala, e lista uma importante série de trabalhos científicos procedentes das duas faculdades de medicina. Nela, encontramos títulos instigantes, como “Ensaio higiênico e médico sobre o clima do Rio de Janeiro e o regimen alimentar de seus habitantes” (1837), de Jean-Baptiste Albain Imbert¹⁰, “Influencia dos alimentos e bebidas sobre a moral do homem” (1839), de Alexandre José do Rosário, “Qual o regimen das classes pobres do Rio de Janeiro?” (1842), de Francisco Fernandes Padilha, “Do regimen das classes pobres e dos escravos na cidade do Rio de Janeiro em seus alimentos e bebidas” (1851), de Antonio José de Souza, “Do regimen das classes abastadas no Rio de Janeiro” (1852), de José Maria Regadas, entre outros ligados à faculdade de Medicina do Rio de Janeiro. Entre os autores ativos na Faculdade da Bahia, destacam-se Antonio Rodrigues de Souza Brandão, autor de “Saúde, influência da alimentação” (1858), Nina Rodrigues, que publicou em 1881 um estudo sobre “O regime alimentar no Norte do Brasil”, e José Francisco da Silva Lima, autor, em 1872, de um “Ensaio sobre o beribéri no Brasil” (VASCONCELOS, 2007: 201).

Na Primeira República, fortalecem-se as tendências científicas que buscavam compreender o atraso do Brasil (social, econômico, civilizatório), com “males de origem”, sobretudo os ligados ao clima e mestiçagem racial. O fortalecimento deve-se, inclusive, ao desenvolvimento e à maior institucionalização do campo médico no país, que passa também pelo aumento no número de Escola e Faculdades de Medicina, as quais se estruturam através do fracionamento e da especialização do seu corpo docente. Em 1909, é criada a Faculdade de Medicina do Pará, em 1911, a de Belo Horizonte, em 1912 a de São Paulo, em 1914, a do Recife (DICIONÁRIO HISTÓRICO-BIOGRÁFICO DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE NO BRASIL). Cada uma delas vai exercer uma influência na sua cidade e no seu Estado que não inclui apenas o desenvolvimento de estruturas e ações sanitárias para a população, mas, sobretudo, conforma um campo autônomo e tomado de

¹⁰ Jean-Baptiste Albain Imbert, francês, foi o primeiro médico estrangeiro a revalidar seu diploma na Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro (1834) e um dos mais antigos membros da Academia Imperial de Medicina, eleito como titular em 1835 (GUIMARÃES, 2005).

muita autoridade, capaz de se constituir em poderoso “contexto de influência” de políticas sociais, sanitárias em sentido muito amplo, até o ponto de estar na nascente das práticas de educação em saúde.

Ao lado da produção científica, emergências sociais também ocasionaram respostas do Estado. Assim, em 1918, no contexto de uma grave crise de carestia, atrelada às consequências no Brasil da I Guerra Mundial, o governo de Wenceslau Braz criou um “Comissariado de Alimentação Pública”, tendo por objetivos, entre outros, “verificar semanalmente o estoque de gêneros alimentícios e de primeira necessidade”, e outras providências para “conter a especulação” (TAKAGI, 2006: 28-29). A Comissão tinha amplos poderes, funcionando quase como um Ministério Extraordinário (*Ibid.*), mas, sobretudo, marca o início das intervenções do Estado no setor de alimentação. Entre as suas ações, fixava preços e definia isenções fiscais para alimentos de consumo popular, como arroz, feijão e charque (*Ibid.*), quando, em meados de 1920-30, aprofunda-se o interesse acadêmico (que acompanha o surgimento e a consolidação das primeiras universidades – como a de São Paulo e a do Distrito Federal) por aquilo que o vocábulo da época chamava de “realidade brasileira”, esta “se encarnou nos 'estudos brasileiros' de história, política, sociologia, antropologia, que tiveram incremento notável” (CANDIDO, 1987: 32). Alguns dos protagonistas desses estudos, como Gilberto Freyre, Sergio Buarque de Holanda, Caio Prado Júnior, consentiram, através de textos que apontaram outros tantos retratos do Brasil, que se refinassem métodos de investigação e de questionamento das mazelas brasileiras.

O contexto aponta para o fato de que, desde meados do século XIX, mas por um longo período que chega até a entrada da nossa contemporaneidade, alguns dilemas sanitários e sociais estiveram no centro das preocupações de alguns setores sociais e intelectuais do país. Dentro desses dilemas, talvez, o principal seja: como é possível erguer o Brasil do progresso, da prosperidade, da modernidade, do desenvolvimento, mantendo nele uma população doente e/ou esfomeada, vivendo em espaços insalubres? Nesse sentido, os discursos sobre

saúde, doença, fome e alimentação - suficiente, completa e adequada - estiveram atrelados aos debates intelectuais, além de políticos e científicos, sobre o caráter nacional e a identidade brasileira. “Desse modo, médicos e sanitaristas são, também, intérpretes do Brasil” (HOCHMAN, 2011: 483).

Nesse contexto, também surge a produção pioneira e original de Josué de Castro, médico pernambucano (1908-1973) que esteve no cerne do duplo movimento de identificação dos problemas alimentares do país e de construção institucional das respostas políticas e administrativas. Nesse sentido, ele representou mais um exemplo da frequente circularidade e sobreposição entre os campos científicos e políticos, assim como já vimos nos casos de Almeida Júnior e de outros médicos, educadores e administradores públicos da Primeira República.

Muitos agentes intelectuais foram cooptados pelo governo Vargas, que para Candido (1987:35), foi uma resposta “ao grande aumento das atividades estatais e às exigências de uma crescente racionalização burocrática”. Entre eles, Josué de Castro foi um dos mais ativos, sendo fácil reconhecer a marca que ele deixou nas várias iniciativas públicas de que foi protagonista ou participante. Segundo Bizzo (2009:402), um dos seus biógrafos, Josué de Castro “foi fundador e primeiro diretor de todos os órgãos públicos brasileiros voltados para a questão alimentar: Serviço de Alimentação da Previdência Social (SAPS, criado em 1940), Serviço Técnico de Alimentação Nacional (1942), Instituto de Tecnologia Alimentar (1944) e Comissão Nacional de Alimentação (1945), todos na terceira fase do primeiro governo de Getúlio Vargas.

Assim como, coube ao médico paulista Almeida Júnior, na era do higienismo, ocupar o posto principal de agente ativo em campos distintos, mas articulados, justamente, pela sua circularidade (médico, educacional, político-administrativo), para o período que vai dos anos trinta até ao golpe de 1964, posto esse agora ocupado por Josué de Castro.

Criado pelo Decreto nº 2.478, em 1940, o Serviço de Alimentação da Previdência Social (SAPS) teve por objetivo "assegurar condições favoráveis e higiênicas à alimentação dos segurados dos Institutos e Caixas de Aposentadorias

e Pensões subordinados ao Ministério do Trabalho, Indústria e Comércio" (CASTRO *apud* VASCONCELOS, 2005), o qual desenvolveu ações de assistência nutricional (como a criação de restaurantes populares no Rio de Janeiro, São Paulo e outras capitais), políticas de abastecimento alimentar e de educação nutricional: "tendo como objetivos a formação de hábitos alimentares saudáveis e a melhoria do estado nutricional da população" (*Ibid.*). Neste período, foram introduzidos no Brasil os primeiros cursos para "nutrólogos" e "visitadoras de alimentação" (EVANGELISTA, 2011). Estamos numa linha do tempo que já havia incluído, em 1938, "o primeiro curso de treinamento para dietistas, na Secretaria de Agricultura e Educação de São Paulo" (ORNELLAS, 1972: 3). Em seguida, o mesmo Instituto de Higiene de São Paulo, que já conhecemos no capítulo anterior, iniciou um segundo curso para "dietistas", que deu origem ao "curso de Nutricionista da Universidade de São Paulo" (*Ibidem*). Uma figura importante, nesse contexto, é a do cientista argentino Pedro Escudero. Ele havia criado, em 1933, a primeira "Escola Municipal de Dietistas", em Buenos Aires. Em 1939, ele esteve no Rio de Janeiro e ofereceu algumas bolsas a profissionais de outros países da América Latina. No Brasil, uma das vagas foi destinada à jovem enfermeira Liselotte Hoeschl Ornellas, que, em seguida, esteve à frente de vários projetos voltados à consolidação do ensino de Nutrição no Brasil (ORNELLAS, 1982; APERIBENSE e BARREIRA, 2006).

Segundo Barros e Tartaglia (2003: 118), com o SAPS, os seus restaurantes populares e as outras providências de que o Serviço foi protagonista, "o estado brasileiro assume o papel de conduzir uma política que buscasse solucionar o problema demonstrado pelos cientistas" (BARROS e TARTAGLIA 2003: 118). Ou seja, "a alimentação passa, então, da condição de apenas mais um campo de saber para a de uma política pública" (*Ibid.*). Segundo o meu entendimento sobre essas etapas de uma narrativa que envolve campos científicos, educacionais e político-administrativos, repete-se, aqui, um mecanismo que, mais timidamente, havia se gerado no caso do higienismo da Primeira República. Com um intervalo de pouco mais de vinte anos, o panorama é

semelhante, porém é o Estado brasileiro que sofreu mudanças. Populista e mais inclinado à intervenção direta na sociedade, imbuído da tarefa de (re)construir a nação, ele coopta o discurso da ciência, enfatiza a competência. Mas, o movimento é de mão dupla, como assinalam Coimbra *et al.*:

Como, e por que, esse saber foi incorporado pelo estado, transformando-se no discurso que justificava e fundamentava a política de alimentação que se inauguraria, é, em parte, decorrência da estratégia que essa intelectualidade desenvolveu para transformá-lo em norma, aproximando-se do estado e oferecendo-se para guiar a intervenção. Mas é igualmente explicável pelas características próprias do estado brasileiro desse período, seu corporativismo organicista e seu pendor populista. [...] Juntou-se, rigorosamente falando, a fome com a vontade de comer. Os sacerdotes da nova ciência tinham o saber, mas lhes faltava o poder. O estado, que do segundo tinha até demais, nada possuía do primeiro. A nutrologia, assim, entra no estado e se politiza. O estado abre um espaço e surge a política de alimentação no Brasil (COIMBRA *et al.*, 1982: 84).

Médicos “nutrólogos”, portanto, estão à frente dessa primeira experiência, no Estado Novo, de bloco hegemônico entre ciência e política. À frente deles, segundo Barros e Tartaglia (*Ibid.*: 119), Josué de Castro, enquanto Evangelista (2011) dá mais destaque ao doutor Paulo Seabra. Surge, então, um novo sub-campo científico, o da Nutrologia. Em 1932, na efêmera Universidade do Distrito Federal, havia sido criada a primeira cátedra brasileira de Nutrologia, chefiada pelo Dr. Annes Dias, rodeado por um grupo de jovens médicos: Josué de Castro, Seabra Veloso, Peregrino Júnior e Silva Telles “que promovem a tradução do *Tratado de Alimentação* de [Pedro] Escudero” (Coimbra *et al.*, 1982: 80). Iniciativas parecidas, que permitem situar nesse começo dos anos Trinta o surgimento de uma nova fase dos estudos sobre alimentação, tanto num viés mais “biológico” como num mais “social”, aparecem também em São Paulo, Recife e Salvador (*Ibid.*: 81).

O viés que foi definido como social (VASCONCELOS, 2002), por sua

vez, adquiriu boa parte da sua autoridade a partir de um *novo* instrumento de análise da realidade que começava a ser utilizado outro campo que, à época, despontava no cenário acadêmico e científico brasileiro: o das ciências sociais. Esse instrumento é o inquérito social, ou *survey*, como era também denominado, por influência de numerosos sociólogos e estatísticos norte-americanos. Os inquéritos configuravam minuciosos levantamentos das condições de vida de parcelas determinadas da população brasileira. Além do inquérito coordenado pelo recém-formado Josué de Castro, sobre as “condições de vida das classes operárias no Recife”, realizado em 1932 e publicado em 1935, cabe mencionar, pelo menos o de 1937, no Rio de Janeiro, também conduzido por Josué de Castro e colegas, com o patrocínio do Departamento Nacional de Saúde Pública (COIMBRA *et al.*, 1982: 82) e os realizados, em São Paulo, no âmbito das primeiras atividades dos cursos de Ciências Sociais da Escola de Sociologia e Política e da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras da Universidade de São Paulo, especialmente o sobre “o padrão de vida dos lixeiros de São Paulo”, coordenado por Samuel Lowrie e Bruno Rudolfer. Esses dois, serviram de subsídio para a fixação dos valores do salário mínimo, em 1940 (*Ibid.* e MENDES, 2006). Dessa forma, repete-se o mecanismo: a autoridade científica que procede de um campo, por meio do capital simbólico de alguns dos seus agentes mais destacados, empresta competência ao discurso, e às práticas, da esfera administrativa, que sustenta naquela figura de autoridade o respaldo para as suas políticas.

Nesse contexto, o papel do SAPS é ainda mais relevante, uma vez que ao lado do campo da nutrologia logo se associa a necessidade de um novo sub-campo que, talvez, à época, aparecesse mais como um sub-sub-campo: o da Nutrição, sem que ele fosse formado por médicos. Segundo Barros e Tartaglia (2003: 119), “na área de formação de pessoal, [o SAPS] ofereceu vários tipos de cursos, como de ‘Voluntárias da Alimentação’, ‘Auxiliares de Alimentação’, ‘Nutrólogos’, ‘Nutricionistas’, ‘Profissionais de sala, copa e cozinha’ e ‘Visitadoras de Alimentação’”, entre 1942 e 1944.

Dessa forma, estamos no centro de um novo movimento que vê a confluência e a articulação de três instâncias: a formulação e implementação de políticas públicas; a produção científica de um (ou mais de um, neste caso) campo acadêmico; e um conjunto de iniciativas educacionais. Quando o SAPS promove esses cursos, o Estado brasileiro já havia começado a se dedicar à tarefa de educar o povo a se alimentar melhor:

Usando de várias tribunas, a ciência da nutrição expande sua esfera de influência. Ainda em 1935, a Inspetoria de Propaganda e Educação Sanitária, do Departamento Nacional de Saúde Pública promove uma intensa campanha em favor da boa alimentação pela imprensa, pelo rádio e pelo cinema, estendendo-a a todo país, o que contribui para um melhor conhecimento, por parte do povo, de algumas noções básicas de higiene alimentar. De outro lado, nos cinco anos até 1940, publica-se como nunca, em obras principalmente destinadas ao público leigo. [...] Josué de Castro, além dos inquéritos mencionados, publica *Alimentação e Raça*, em 36, *A Alimentação Brasileira à Luz da Geografia Humana*, em 37, e *O Problema da Alimentação no Brasil*, já em sua 3ª edição em 39, bem como *Fisiologia dos Tabus*, em 38, ao lado de ensaios curtos sobre o tema (COIMBRA *et al.*, 1982: 83).

Ao mesmo tempo na interação dessas esferas se pronuncia um discurso novo:

A nutrologia [...] confirmava, com o arsenal de sua ciência, o que todos já sabiam, que o povo vivia mal e passava fome, mas o fazia com uma linguagem nova, emprestada do laboratório e por ele sacramentada. Mas também dizia algo original, que o povo tinha de ser ensinado a comer, guiado a comer corretamente, exatamente por viver mal e ser pobre (*Ibid.*: 82).

De acordo com Bourdieu (2003), as fases iniciais de um campo científico são caracterizadas pelo investimento em recursos teórico-metodológicos que alavanquem a quantidade de capital simbólico dos seus agentes. Nesta fase histórica, portanto, foi necessário que os médicos nutrólogos se lançassem numa

intensa tarefa de definição da sua posição. O mapeamento dessa etapa foi realizado, inicialmente (*apud* BEZERRA, 2012: 160), por Peregrino Júnior, médico discípulo de Annes Dias e colega de Josué de Castro, na cátedra de Nutrologia da Universidade do Distrito Federal. Ele lista 38 obras, entre livros e cartilhas, além de 12 artigos em periódicos, publicados entre 1934 e 1941. Mais recentemente, Lima (2000), destaca 19 nomes de intelectuais envolvidos nos passos iniciais da transição do campo da Nutrologia para o da Nutrição, com obras dedicadas, direta ou indiretamente aos temas sensíveis dessa discussão. Assim, ela chega à construção de uma lista de 41 títulos especializados (LIMA, 2000: 42), que permite à autora definir a existência de

duas vertentes de produção: uma parte dos livros esteve voltada para a explicação da conexão entre a dimensão fisiológica da alimentação e da nutrição e as características da organização social, com ênfase nos aspectos socioeconômicos e culturais; outra parte esteve voltada para a abordagem de natureza mais restrita a determinados ângulos específicos da alimentação: vitaminologia, patologias da nutrição, hipervitaminoses etc. (*Ibid.*).

Segundo esta autora (*Ibid.*: 43), o período, que vai de 1934 a 1946, é caracterizado, no seu início e no seu encerramento, pelas duas obras de Josué de Castro, *O problema da Alimentação no Brasil* (1934) e *Geografia da Fome* (1946), marcando uma trajetória que baliza toda a atuação do campo, que passa da necessidade da construção de bases científicas para um discurso competente ao momento de fixação e consolidação dos conhecimentos acumulados inicialmente.

Na minha hipótese, sustentada pelas considerações de Bourdieu¹¹, esse movimento relaciona-se com a multiplicação de publicações dirigidas para um público leigo, com forte viés educativo e de orientação alimentar, e, também,

¹¹ “Compreender a gênese social de um campo, e apreender aquilo que faz a necessidade específica da crença que o sustenta, do jogo de linguagem que nele se joga, das coisas materiais e simbólicas em jogo que nele se geram, é explicar, tornar necessário, subtrair ao absurdo do arbitrário e do não motivado os actos dos produtores e as obras por eles produzidas” BOURDIEU, 1989: 69).

com o conjunto de ações, na grande maioria dos casos patrocinadas pelo Estado, voltadas à formação de um corpo profissional, *não médico*, capaz de adquirir, aplicar e multiplicar os conhecimentos nutricionais entre a população. Nesse sentido, portanto, o campo científico da nutrição nasce com essa dupla marca: elemento do campo maior da nutrologia e instrumento de disseminação dos seus conhecimentos, na forma da educação alimentar, posteriormente reorientada como educação nutricional. Cabia a esse bloco a aliança com o campo da política, com o objetivo de adquirir hegemonia, em luta contra agentes de outros campos que ofereciam outras explicações dos males do Brasil, que sofreria de “mal de fome” e não de “mal de raça” (LIMA, 2000).

Nesse sentido, a década de quarenta marca o desencadeamento de uma poderosa campanha de intervenções educativas, “realizadas por meio de impressos, boletins, livros infantis abordando noções de nutrição e também visita domiciliar [...] aulas de alimentação na escola primária, a criação de uma disciplina de Nutrição e Dietética nas Escolas Normais e a realização, nas escolas, de festas periódicas dedicadas à alimentação” (BOOG, 2011: 67). Por essas ações domiciliares, em particular, eram responsáveis as “visitadoras de alimentação”, cujo marco inicial na sua formação profissional já foi visto, no âmbito das tarefas educacionais do Serviço de Alimentação da Previdência Social.

É nesse quadro histórico que se situa o movimento que levará, em algumas décadas, à criação dos primeiros cursos superiores de Nutrição e à sua consolidação, que possibilitam o desenvolvimento e a fixação de formas, linguagens e perspectivas da educação alimentar e nutricional. Esta história, também muito bem estudada por alguns autores (LIMA, 1997 e 2000, BOOG, 1997 e 2011, COIMBRA *et al.*, 1982, VASCONCELOS, 2002, BARROS e TARTAGLIA, 2003, VASCONCELOS e CALADO, 2011, VASCONCELOS e BATISTA FILHO, 2011, PRADO *et al.*, 2011a e 2011b, BEZERRA, 2012), ajudará na correta contextualização do projeto Criança Saudável, Educação Dez.

Para tanto, é necessário, aqui, assinalar também a permanência de um viés na visão de Almeida Júnior, compartilhada pelo movimento educacional

atrelado à escola higienista: a ideia de que os processos educativos dirigidos às crianças multiplicariam os seus efeitos positivos.

O foco das ações de educação alimentar e nutricional voltava-se também para os escolares, com duas metas principais. A primeira, vinculada à apropriação, pelas crianças, dos princípios da alimentação correta, que teria como resultado futuros trabalhadores resistentes, saudáveis, fortes e produtivos. A segunda meta possuía relação com a difusão do saber emergente, no qual as crianças exerceriam o papel de propagadoras da boa nova, no âmbito de suas famílias, dos conhecimentos sobre alimentação e nutrição adquiridos na escola (BEZERRA, 2012: 175).

Esse amplo e ambicioso programa está comprometido com múltiplas tarefas: consolidação de um campo recente (o da Nutrologia), gênese de um campo completamente novo (o da Nutrição), aliança entre esses dois campos, aliança deste bloco com o campo da política e com o Estado, formulação e implementação de ações e políticas sociais e educativas. Para tanto, necessita de uma sustentabilidade de base teórica que é necessário construir e reproduzir nos espaços adequados, que são os acadêmico-científicos. Ou seja, cabia aos Nutrólogos e ao campo da educação, construir e multiplicar oportunidades de afirmação real de conhecimentos científicos.

Os dois passos mais significativos nessa direção são dados, novamente, por meio de iniciativas lideradas por Josué de Castro: a criação, em 1944, de uma revista científica, os *Arquivos Brasileiros de Nutrição*, e a fundação, em 1946, do INUB – Instituto de Nutrição da Universidade do Brasil. A primeira teve 24 anos de duração, encerrando as suas publicações em 1968; o segundo transforma-se, em 1965, no Instituto de Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro¹². As atividades da revista e do Instituto também se encontram suficientemente estudadas (BIZZO e LIMA, 2010; VASCONCELOS, 1999; COIMBRA *et al.*, 1982).

¹² Em 1996, por ocasião do cinquentenário da sua criação, o Instituto passou a ser denominado oficialmente Instituto de Nutrição Josué de Castro.

Em relação aos *Arquivos*, é oportuno lembrar que eles também se entrelaçam com outras ações e políticas públicas, de forma que as ligações entre as esferas acadêmicas, científicas, políticas se mantêm como marca característica desse movimento.

Em 1942, no âmbito da “Coordenação de Mobilização Econômica” e, portanto, no contexto da II Guerra Mundial, foi criado o “Serviço Técnico de Alimentação Nacional” (STAN), encarregado de “orientar a produção agrícola e industrial de alimentos e racionalizar a produção agropecuária e a comercialização, além de prestar assistência técnica à indústria através de um laboratório de tecnologia de alimentos” (SILVA, 1995: 88). Este foi o “Instituto de Tecnologia Alimentar” que, logo em 1946, foi incorporado à Universidade do Brasil, futura Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) passando a ser denominado “Instituto de Nutrição” (INUB). O STAN, ainda em 1942, firma um convênio com a “Nutrition Foundation” de Nova Iorque, que permitirá a criação do periódico brasileiro (VASCONCELOS, 1999: 304). A “Nutrition Foundation” editava, desde 1941, a conceituada revista *Nutrition Reviews*.

Finalmente, em 1945, surge a Comissão Nacional de Alimentação (CNA) com a incumbência de

definir a política nacional de alimentação, estudar o estado de nutrição e os hábitos alimentares da população, acompanhar e estimular as pesquisas relativas às questões e problemas de alimentação, trabalhar pela correção de defeitos e deficiências da dieta brasileira estimulando e acompanhando campanhas educativas, e contribuir para o desenvolvimento da indústria de alimentos desidratados (SILVA, 1995: 88, grifos meus).

Os entrelaçamentos são claros e transparentes: não há solução de continuidade nem descolamento entre políticas, estudos, pesquisas, educação e desenvolvimento econômico.

Quase dez anos depois da criação dos *Arquivos Brasileiros de Nutrição*, em 1953, no final do governo Vargas, a CNA lança o Primeiro Plano Nacional de

Alimentação e Nutrição, que “pode ser considerado um embrião do planejamento nutricional brasileiro e suas ações se voltavam, prioritariamente, à assistência alimentar e nutricional do grupo materno infantil e, em segundo plano, aos escolares e trabalhadores” (VASCONCELOS, 2005: 442). No ano anterior, já havia sido implementado o plano “Conjuntura Alimentar e Problemas de Nutrição no Brasil”, que, em volta de um sistema de inquéritos alimentares, teve por objetivos a “expansão da merenda escolar, assistência alimentar a adolescentes, programas regionais, enriquecimento de alimentos básicos, apoio à indústria de alimentos” (SILVA, 1995: 88). Desse plano, foi elemento perdurante para as políticas públicas brasileiras sucessivas a campanha de merenda escolar, desde 1955 localizada no Ministério da Educação (*Ibid.*).

Cabe destacar que várias dessas iniciativas estiveram atreladas a organizações e programas internacionais como a FAO, a UNICEF e a OMS, além dos programas de “cooperação internacional” dirigidos pelos Estados Unidos (VASCONCELOS, 2005: 442). Segundo Frozi e Galeazzi (2004), entre os vários planos e programas idealizados ou lançados pela CNA ao longo da sua trajetória, o único que ficou bem concretizado foi o Programa Nacional de Merenda Escolar, apoiado fortemente pela UNICEF. Nesse contexto, repete-se aqui uma “aliança internacional”, mais especificamente entre Brasil e Estados Unidos, já observado no campo da higiene, durante a Primeira República. Nos dois casos, afirma-se a necessidade de internacionalizar alianças e blocos científicos que repõem as suas competências e autoridades através de discursos proferidos em línguas nada periféricas.

É significativo que, quando em 1951 a FAO cria um “escritório regional para o leste da América Latina”, instalado no Rio de Janeiro, o Comitê Nacional da FAO era constituído pela própria Comissão Nacional de Alimentação, presidida por Josué de Castro. Na inauguração do escritório, o médico pernambucano convidou o presidente Getúlio Vargas (BIZZO, 2012: 167) que compareceu ao evento, numa demonstração tanto do prestígio pessoal de Josué de Castro como da relevância do tema na agenda política e diplomática do governo brasileiro.

Nesse panorama, a publicação clássica de Josué de Castro, em 1946, *Geografia da Fome*, marca um ponto de virada que repõe a questão das sobreposições e articulações entre os campos, justamente pela dupla militância do seu autor.

A produção bibliográfica de Josué de Castro, iniciada naquele mesmo ano de 1932, marcado por outros momentos decisivos da história que procuro compreender neste trabalho, com a tese de livre docência *O Problema Fisiológico da Alimentação no Brasil*, publicado em Recife, rapidamente adquire dimensão nacional, como resultado da sua movimentação e afirmação no campo da medicina¹³. Já o livro sucessivo, *O Problema da Alimentação no Brasil*, vem a lume pela mesma Companhia Editora Nacional de Monteiro Lobato e de Almeida Júnior, com prefácio de Pedro Escudero, notável médico argentino (1887-1963), tradicionalmente considerado o fundador da ciência da nutrição na América Latina. Em 1936, a editora Civilização Brasileira, selo da Companhia Editora Nacional, publica *Alimentação e Raça*, com prefácio do médico e antropólogo Edgar Roquette-Pinto. Com essas passagens, está oficializado o pertencimento de Josué de Castro a um bloco epistemológico formado por representantes dominantes de vários campos científicos: medicina, geografia, educação, antropologia – alguns dos quais já consolidados, outros em fase inicial de formação. Esse pertencimento atribui ao médico recifense a legitimidade para se inserir no centro e no cabeçalho das políticas públicas voltadas às questões da alimentação e da fome.

Josué de Castro encontra-se no centro de um cenário em que, nesse momento histórico, final dos anos cinquenta, se consolida a definição dos papéis que cabem às várias partes. Os campos acadêmicos e científicos – da Nutrologia, da Nutrição e da Educação – encarregam-se dos *registros*: dos hábitos alimentares, da fome e das carências alimentares. No campo político, cabe ao Estado a responsabilidade para a implementação de *ações e políticas* voltadas ao combate à fome, à carestia e às doenças ligada direta ou indiretamente à

¹³ Em 1932, aos 24 anos, já é livre docente de Fisiologia na Faculdade de Medicina de Recife. Em 1935 é professor catedrático de antropologia física na Universidade do Distrito Federal, onde foi colega, entre outros, de Gilberto Freyre, Anísio Teixeira, Arthur Ramos.

alimentação. Mas, essa definição não implica separação. Pelo contrário, ela determina a forte permeabilidade entre as duas esferas, que permite a circularidade frequente de agentes dos campos acadêmicos e científicos para o campo político. Essa circulação fortalece o capital simbólico de cada um dos agentes envolvidos. Como foi observado no caso de Almeida Júnior e, agora, de Josué de Castro, um capital adquirido no campo acadêmico e científico (uma tese, um título etc.) facilita a absorção de um agente pelo campo da política. Por sua vez, o capital adquirido neste campo (uma chefia, um cargo administrativo etc.) é utilizado para fortalecer a posição e a autoridade desse agente na sua volta ao campo acadêmico e científico. Essas passagens e essas alianças, que configuram o que chamo aqui de blocos epistemológicos hegemônicos, são o verdadeiro mecanismo de produção e reprodução da educação alimentar e nutricional no Brasil no século XX.

No período revisado, é clara a simultaneidade da “descoberta científica da fome (o surgimento da ciência da Nutrição); de criação da prática profissional em Nutrição (criação dos cursos para formação de nutricionista) e de instituição da política social de alimentação” (VASCONCELOS, 2005: 440).

Assim, ainda de acordo com Vasconcelos (2005: 442), de 1946 a 1963, mesmo com o impacto da publicação e das várias reedições de *Geografia da Fome*, não há grandes novidades ou inovações nas políticas federais de combate à *fome*. E bem dizendo, a palavra *fome* aparece com esse destaque, no cenário intelectual brasileiro, justamente a partir do título do livro de Josué de Castro. São cada vez mais numerosos, sobretudo nas décadas de quarenta e de cinquenta, os inquéritos alimentares (SILVA, 1995) que confirmam, por um lado, e, por outro, pormenorizam em diversas escalas geográficas, demográficas e sociais, a questão da desnutrição no Brasil levantada por Josué de Castro.

Entretanto, BIZZO (2012) menciona a relevância dos inquéritos e das ações desenvolvidas pela FAO e por órgãos públicos brasileiros, na virada dos anos cinquenta para os anos sessenta. Em particular, a chamada “Missão Emma Reh”, que, com várias tarefas, incluindo inquéritos locais sobre hábitos alimentares

e um plano de educação alimentar, envolveu quatorze entidades públicas brasileiras, entre as quais SUDENE, Departamento Nacional de Saúde (DNS), Departamento Nacional da Criança (DNCr), Departamento Nacional de Endemias Rurais, Serviço Nacional de Educação Sanitária e entidades de governos estaduais, além de OMS e UNICEF (BIZZO, 2012: 193-194). Começa a afirmar-se nesse período a ideia de que políticas setoriais poderiam e deveriam ser implementadas e concretizadas a partir da sinergia de vários órgãos, algo que reencontraremos no Brasil do começo do século XXI, inclusive como texto político do Programa Fome Zero.

O aparente vazio de políticas dos anos sessenta situa-se, segundo Takagi (2006), no contexto da “Predominância das Políticas de Abastecimento”. Assim, a criação, em 1962, no governo João Goulart, da Superintendência Nacional de Abastecimento (SUNAB) levaria à formulação de um “Plano Nacional de Abastecimento de Produtos Essenciais”, que incluiria, também, políticas de crédito e fomento à produção de alimentos (TAKAGI, 2006: 30). Segundo a autora, os governos militares que se sucederam entre 1964 e 1984 centralizaram e privatizaram o abastecimento de gêneros alimentícios, o que agravou a insegurança alimentar em vários setores sociais do país. O problema da fome, então, seria remetido à formulação e implementação de políticas específicas e centralizadas de assistência alimentar (*Ibid.*).

Em 1972 é criado o Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição (INAN) que se encarregaria da elaboração da Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Logo em seguida, em 1973 e 1974, nos governos Médici e Geisel, o INAN promove, respectivamente, o I e o II Programa Nacional de Alimentação e Nutrição (PRONAN). Os PRONAN's preconizavam atenção aos grupos materno-infantis, escolares e os trabalhadores. Nesses âmbitos, houve incentivos à utilização de alimentos básicos nos programas alimentares e apoio aos pequenos produtores rurais, visando o aumento da sua renda (TAKAGI, 2006: 32). No II PRONAN, em particular, foram criados vários programas e ações de alimentação e nutrição, entre os quais o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Em

1978, o PNAE atendia a mais de nove milhões de crianças; em 1986, mais de trinta milhões (*Ibid.*).

No período de 1985 a 1988, no governo Sarney, cinco programas estavam funcionando, fundamentalmente com caráter clientelista e/ou assistencialista: o Programa de Abastecimento Popular (PAP), o Programa Nacional do Leite (PNL), o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), o Programa de Nutrição e Saúde (PNS) e o Programa de Complementação Alimentar (PCA), alguns dos quais herdados dos governos militares (TAKAGI, 2006: 34).

Mas, foi o Programa Nacional do Leite para Crianças Carentes (PNLCC), marca registrada do governo de Sarney, que reteve mais atenção frente aos demais. Ele pretendia atingir a meta para o ano de 1989 de distribuição de 13 bilhões de litros de leite a dez milhões de crianças, além de atender às gestantes e nutrizas com a oferta de até dois litros de leite por família com renda inferior a meio salário mínimo por pessoa. Visando a distribuição gratuita de leite, seria implantado a partir de 1986, mas por influências da economia do mercado, no período 1980-86, a produção nacional de leite vinha caindo e não conseguiu atingir o nível mínimo internacionalmente recomendado pela Food and Agriculture Organization-FAO - (146 litros/ano por pessoa) (FURTUOSO, 1995). O programa foi suspenso em 1991, já no governo Collor, depois de um relatório da Polícia Federal e do Ministério da Ação Social apontar fortes indícios de desvio e fraude.

No governo Collor, entre 1991 e 1993, houve uma desestruturação dos órgãos de abastecimento de alimentos implicando na má distribuição dos alimentos.

Em 1993, o governo Itamar Franco declara como prioridade, mediante uma proposta de política nacional de segurança alimentar, o combate à fome. Cria-se o Conselho Nacional de Segurança Alimentar (CONSEA), pelo Decreto no. 807, com D. Mauro Morelli na presidência. Um ano depois, é realizada a I Conferência Nacional de Segurança Alimentar, cujo lema é “Fome: uma questão Nacional” e que, segundo Valente (2002), desenvolve-se a partir das diretrizes da

8ª. Conferencia Nacional de Saúde, que por sua vez institui o conceito de saúde, alimentação e segurança alimentar como direito.

Os programas de alimentação e nutrição devem ser encaminhados no sentido de serem uma alternativa para garantir o direito constitucionalmente assegurado do cidadão de alimentar-se adequadamente, eliminando-se o caráter clientelista dos mesmos. Deverão ser adaptados a diversas realidades regionais e orientar-se segundo os princípios da descentralização, da parceria e do controle social (CONSEA, 1994, p. 54).

Assim, o Brasil está diante dos primeiros passos do conceito de “segurança alimentar”¹⁴ e, ao mesmo tempo, diante de um aprofundamento das práticas intersetoriais que adquirem agora um viés mais descentralizado, popular, sendo passíveis de serem submetidas a formas de controle social. Entretanto, nos conhecidos três eixos que caracterizam as políticas de segurança alimentar, dois dos quais mais socioeconômicos e outro, mais biológico, sanitário e tecnológico, não se faz menção específica ao papel que poderia ser desempenhado pelas ações de educação alimentar e/ou nutricional.

Em 1995, na gestão de Fernando Henrique Cardoso, são extintos o CONSEA e o INAN e é criado o Programa Comunidade Solidária, como nova estratégia de combate à fome, agora unindo o empenho do governo e da sociedade civil para angariar recursos que promovessem mais qualidade de vida aos setores mais pobres da sociedade brasileira. No seu segundo mandato, em 1999, Fernando Henrique Cardoso define e implementa a Política de Alimentação e Nutrição (PNAN) com estímulos a ações intersetoriais e estilo de vida saudável, prevenção e controle dos distúrbios nutricionais, capacitação de recursos humanos (VASCONCELOS, 2005).

A PNAN, que está integrada à Política Nacional de Saúde e, portanto,

¹⁴ O conceito de Segurança Alimentar veio à luz depois da 2ª Guerra Mundial, que levou em conta, três aspectos principais: quantidade, qualidade e regularidade no acesso aos alimentos. Hoje, esses aspectos se ampliaram e permeiam desde a cultura alimentar até o direito humano à alimentação adequada, tendo a apresentação de programas e políticas de governo voltados ao tema.

inclusa no contexto da Segurança Alimentar e Nutricional, tem como escopo a garantia da qualidade dos alimentos colocados para consumo no país, a promoção de práticas alimentares saudáveis e a prevenção e o controle dos distúrbios nutricionais, bem como o estímulo às ações intersetoriais que propiciem o acesso universal aos alimentos (BRASIL, 2003).

Os anos do mandato do presidente Fernando Henrique Cardoso correspondem a um novo impulso à participação dos intelectuais e dos atores de vários campos acadêmicos na direção política do país. Não bastasse o próprio presidente, dotado de imenso capital simbólico no campo das ciências sociais, assim como, aliás, a primeira dama, e mentora do “Comunidade solidária”, a também cientista social Ruth Cardoso, toda a direção da saúde e da educação estiveram sob a direção de cientistas, como, entre outros, Adib Jatene e Paulo Renato Souza.

A posse, em 2003, do presidente Luiz Inácio Lula da Silva marca o começo de novos capítulos, tanto na agenda brasileira de ações para o combate à fome e a segurança alimentar e nutricional, como para esta pesquisa.

Como se sabe, o presidente Lula, logo nas primeiras horas do seu primeiro mandato, lança o Programa Fome Zero, composto por quatro eixos articuladores, quais sejam: a) geração de renda, b) articulação, mobilização e controle social, c) fortalecimento da agricultura familiar e d) acesso à alimentação os quais serão esmiuçados no capítulo seguinte da minha pesquisa. Em 2004, o presidente cria o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, ligado ao conjunto de estratégias Fome Zero, que tem como responsabilidade o desenvolvimento e implantação de políticas de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), onde se localiza o projeto Criança Saudável, Educação Dez.

Neste período, em Olinda, ainda em 2004, é realizada a II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, dez anos após a I Conferência. Suas diretrizes estavam pautadas nas ações de saúde e nutrição, com vistas à promoção de modos de vida e alimentação saudável, além da vigilância, alimentação e educação nutricional restabelecendo a cultura alimentar (BRASIL,

2004j).

Em Fortaleza, no ano de 2007, a III Conferência de Segurança Alimentar e Nutricional, com o lema “Por um Desenvolvimento com Segurança Alimentar e Nutricional, Soberania e Sustentabilidade”, objetivou a construção do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (Sisan), propondo prioridades da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, além de diretrizes de Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional como eixos estratégicos para o desenvolvimento com sustentabilidade (BRASIL, 2007b).

O primeiro mandato de Lula é marcado por uma complexa rede de políticas, de estruturas institucionais, com o surgimento, a recriação e o fortalecimento de órgãos, conselhos e comitês, e de articulações setoriais e intersetoriais, o que veio contribuir para a formação de outra rede, desta vez de atores institucionais, acadêmicos, científicos, educacionais e políticos, de uma magnitude provavelmente inédita para o Brasil, em que pese a longa tradição de imbricação entre campos políticos e campos científicos, sobretudo no setor da saúde pública.

O Fome Zero, nos seus dez anos de existência, sem deixar de considerar os mais dez anos anteriores, da atuação do programa “Ação da Cidadania”, promovido por um grupo, também de intelectuais, tem sido objeto de uma vasta literatura, tendo recebido abordagens historiográficas, sociológicas, antropológicas, econômicas, entre outras. Se houvesse espaço aqui para uma reflexão mais ampla, não seria impossível registrar alguns paradoxos, surgidos a partir de vários encontros e reencontros: o Fome Zero mobiliza e coopta setores acadêmicos e encontra em âmbitos universitários uma grande atenção, através de artigos científicos, teses e livros. Um dos mentores do Fome Zero e o primeiro coordenador do programa, antes que ele fosse implementado oficialmente, e também o primeiro ministro extraordinário de Segurança Alimentar e Combate à Fome, José Graziano da Silva, hoje Diretor-Geral da FAO, é mestre em Economia e Sociologia Rural pela USP e doutor em Economia pela Unicamp, instituição pela qual é professor titular de Economia Agrícola. Na mesma condição de professor

titular de Economia Agrícola da Unicamp é Walter Belik, coautor de vários artigos, inclusive sobre as políticas brasileiras de combate à fome, livros e capítulos de livros com o próprio José Graziano, que foi seu orientador de doutorado, na Unicamp, em 1992. Belik intercalou a sua bem sucedida carreira acadêmica, através da qual ocupa posição relevante no campo dos estudos econômicos sobre produção de alimentos, com cargos como o de conselheiro do Consea (2003-2007) e Coordenador da Iniciativa América Latina e Caribe sem Fome, projeto conduzido pela FAO, durante o ano de 2007. Belik, por sua vez, foi orientador de mestrado e de doutorado de Maya Takagi, que não apresenta em seu currículo registros de atividades de ensino superior, mas foi Secretária Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (2011 – 2013) e atualmente trabalha na Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa). Belik também publicou em coautoria com o Professor Renato Maluf, docente de Economia na Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), que também foi presidente do Consea (2007-2011, ou seja, sucessor, no cargo, do Professor Belik).

Desse ponto de vista, não se pretende aqui apontar impropriedades nessa articulação ou mesmo sinergia entre campos acadêmicos e campo político. Muito pelo contrário, trata-se de fenômenos que tanto a ciência política como, e sobretudo, a história da ciência têm assinalado há muito tempo e aqui, pelo menos desde a fase de surgimento das políticas e das práticas de educação em saúde, na Primeira República. Tenta-se demonstrar, aqui, que há uma longa relação, no Brasil, entre informação científica e tomadas de decisões políticas, inclusive no setor da saúde e da educação em saúde.

Na bibliografia sobre as políticas brasileiras de combate à fome e o Programa Fome Zero (GALEAZZI, 1996; BELIK e MALUF, 2000; BELIK, SILVA e TAKAGI, 2003; BELIK, 2003; BARROS e TARTAGLIA, 2003; FROZI e GALEAZZI, 2004; VASCONCELOS, 2005; TAKAGI, 2006; ARRUDA e ARRUDA, 2007, BOCCHI, 2010, entre outros) não se dedica muito espaço ao papel desempenhado pelas ações e as práticas de educação alimentar e nutricional.

Mas, essa aparente incomunicabilidade atravessa os dois campos: não há muito espaço para práticas de educação alimentar e nutricional nas políticas públicas de combate à fome e de segurança alimentar; e essas práticas não recebem grande atenção na produção acadêmica sobre essas políticas, como de fato, deveriam.

Se o elo entre políticas públicas, neste caso, de combate à fome e de segurança alimentar e nutricional, e a produção acadêmica e científica sobre elas corresponde aos elos entre os atores dos respectivos campos, a relação se visualiza facilmente sob a forma de pontes, de caminhos entre os campos. Não há como se sobressair, nessas políticas públicas, um elemento que, nos campos acadêmicos que as sustentam, goza de pouca relevância. Ao escasso capital simbólico possuído pelos atores do campo da educação nutricional, um campo transversal, com atores de várias origens e identidades disciplinares: educação, enfermagem, nutrição - principalmente corresponde um peso muito pequeno dessas práticas educacionais nas políticas públicas.

Essa breve resenha parece apontar para um cenário em que os representantes dos campos científicos dotados de maior capital simbólico que são cooptados pelo campo político – em se tratando de segurança alimentar e nutricional – pertencem ao campo específico da economia. Dessa forma, se o campo médico era, na Primeira República, o que ocupava a posição dominante e, por isso, via os seus atores dominantes serem mais frequentemente cooptados pelo campo político ligado ao setor da educação em saúde ou educação higiênica, hoje esse papel parece reservado a atores dominantes num campo dominante: o da Economia, e alguns tendo iniciado pelo campo da Agronomia, mas que ganharam capital simbólico a partir das Ciências Econômicas.

Essa hipótese, entretanto, ainda precisa ser testada. Essa verificação, nesta pesquisa, será articulada em dois momentos. No primeiro, ainda neste capítulo, se procederá a uma rápida descrição do campo brasileiro da Educação Alimentar e Nutricional, recorrendo tanto à sua formação histórica e institucionalização, quanto ao detalhamento dos atores que nesse campo ocupam as posições mais relevantes e, finalmente, os *habitus* que eles engendram e

praticam, para em seguida verificar as suas possibilidades de aproveitamento por parte das políticas públicas. Dessa forma, o segundo momento da verificação da hipótese contará com a abordagem direta de uma política específica: uma prática de educação alimentar e nutricional inserida numa política mais ampla de segurança alimentar e nutricional. O projeto Criança Saudável, Educação Dez, vinculado ao Programa Fome Zero, que será descrito no quarto capítulo e discutido no quinto.

A gênese dos estudos e das práticas chamadas como educação alimentar e/ou educação nutricional é um processo que podemos considerar secundário: é sucessivo à formação do campo, mais geral, da Nutrição, ainda na década de 1930. Esse campo já conta com uma razoável quantidade de literatura que busca origens, formatos, dilemas, perspectivas. Vasconcelos e Batista Filho (2001) desenham

três cortes transversais, correspondentes a contextos específicos da história deste campo do conhecimento científico no Brasil: o primeiro corresponde ao período 1930 a 1963, momento [...] de gênese do campo; o segundo se situa no período de 1964 a 1984, identificado como o momento de consolidação do campo; finalmente, o terceiro corresponde ao período 1985 a 2010, [...] [com] novos paradigmas e a ressignificação do campo (VASCONCELOS e BATISTA FILHO, 2001: 82).

Em cada uma das três etapas assiste-se a modalidades distintas de abordagens da educação alimentar e/ou nutricional. Mas cada etapa, ou seja, o conjunto do desenvolvimento histórico do campo científico da Nutrição, é atravessada por outro corte: o que separa as abordagens ou perspectivas biológicas e as abordagens e perspectivas sociais (VASCONCELOS, 1999). Esse autor rastreia essa divisão desde a produção pioneira dos *Arquivos Brasileiros de Nutrição*, abordados na sua trajetória, de 1944 a 1968. Nas 24 edições do periódico, foram publicados 209 artigos, sendo 64% (134) categorizados como de

viés biológico e 36% (75) como pertencentes à perspectiva social. É nesse subgrupo que se encontra o campo temático da Educação Nutricional, no qual o autor localiza e situa sete (9,7%) dos artigos da revista (VASCONCELOS, 1999: 312).

Como também mostra Vasconcelos em outros trabalhos (2001, 2002, 2007), a modalidade mais frequente de estudos e práticas acadêmicas do campo da nutrição, no período considerado de gênese (dos anos Trinta aos anos Sessenta do século XX), é do inquérito alimentar. Mas, o que deve ser ressaltado, na perspectiva deste trabalho, é que é justamente a modalidade do inquérito, ou *survey*, que, mantendo ao mesmo tempo escopos, técnicas e métodos científicos, também se prestava ao aproveitamento por parte de órgãos públicos, que nos inquéritos buscavam e encontravam subsídios, inclusive quantitativos, para políticas públicas, incluindo programas, projetos e ações mais pontuais. Mas, o inquérito muito dificilmente se articulava com práticas de cunho educacional. Ou melhor, a articulação se daria se o inquérito originasse, desencadeasse, propostas de educação alimentar ou nutricional. Mas, como mostra essa vasta literatura e a própria prática até o mais recente Fome Zero, o viés, ia do campo acadêmico para o campo político, inclusive com atores posicionados nos dois campos, e das carências detectadas, levantadas, descritas, mensuradas, denunciadas à correção das carências, através ações e políticas, de abastecimento ou de distribuição de alimentos – ou de renda. Em suma, raramente se assistiu a práticas educacionais que levassem à promoção da alimentação saudável. No período considerado como de transição nutricional, a partir dos anos Noventa (VASCONCELOS, 2007), este panorama não se altera significativamente, embora se criem as condições para uma mudança de rumo, que será abordada mais adiante.

De certa forma, os dados (VASCONCELOS e CALADO, 2011) com que iniciamos este capítulo, e que pareceriam apontar para uma crescente participação dos nutricionistas no campo das políticas públicas, não devem induzir a uma visão errônea. Um(a) nutricionista de origem e atuação acadêmica, quando cooptado(a) por um órgão público, mesmo que envolvido(a) em atividades de

saúde pública, não estará necessariamente promovendo educação nutricional. O saber aplicado, em viés intervencionista não se limita, e quase não se identifica, à educação nutricional.

Bezerra (2012) aborda um grupo de dez livros, publicados entre 1934 e 1941 e dedicados à alimentação e nutrição no Brasil. Voltamos, assim, aos primórdios dessa narrativa, com o Estado Novo, tão afeto à intervenção do Estado na vida das pessoas e das famílias. No conjunto, as obras apontam um elemento relevante: não só má alimentação e pobreza são problemas a serem pensados, mas, também, a ignorância, que seria combatida num lugar específico: a escola. É o mesmo lugar onde se travaram os discursos higiênicos da Primeira República. E onde mais discursos se travarão, em tempos bem mais recentes. José Messias de Carmo¹⁵, em *Política Alimentar Brasileira* (1934) defendia uma abordagem estritamente pedagógica, ou seja, o problema alimentar deveria ser enfrentado através de “educação doméstica, educação econômica, educação sanitária, educação alimentar” (BEZERRA, 2012: 163).

Posição análoga é a de Ruy Coutinho (*Valor social da alimentação*, 1937), enquanto mais dois médicos, Thalino Botelho e Mário Rangel, se lançam na redação e na publicação de cartilhas voltadas ao saber comer. Eles, assim como Dante Costa¹⁶, também médico, e autor de *Bases da alimentação racional – orientação para o brasileiro* (1938), estiveram ligados ao SAPS. A lista dos autores e das obras arroladas por Bezerra ainda continua, mas o que já foi visualizado até o momento é suficiente para entender que: nos anos em que se começa a formar o subcampo (ainda) da nutrição, as posições dominantes são ocupadas por médicos, alguns dos quais estiveram em cargos públicos ou desenvolveram atividades encomendadas, organizadas e/ou financiadas por órgãos públicos, contexto já abordado anteriormente da atuação de Josué de Castro, e que enxergaram, com maior ou menor acuidade, a necessidade de se estabelecerem ações e políticas de educação alimentar, como forma de combater a ignorância,

¹⁵ “Marinheiro, médico e farmacêutico” (BEZERRA, 2012: 163).

¹⁶ Sobre esse médico paraense, radicado no Rio de Janeiro, tem um estudo, realizado por FROTA (2011).

enquanto a pobreza seria combatida com instrumentos políticos de assistencialismo.

Mas, como enfatizara Lima (1997), esses autores também apontavam que, se o pobre comia pouco e mal, por ignorância, “as pessoas abastadas também não sabiam comer” (LIMA, 1997: 16). Segundo essa autora, foi por isso que “a Educação Alimentar se constituiu como instrumento mais eficaz” para a resolução desse dilema (*Ibid.*: 17). Para tanto, “teoria e ação se constituíram numa unidade tão fundamental que conhecimento e política alimentar foram elementos indissociáveis na constituição das bases científicas da alimentação racional” (*Ibid.*). Ou seja, a ciência, como afirma Schwarcz (1993), encarrega-se de curar os males do Brasil, estes, agora, participando de duas fases: o diagnóstico e a terapia. Mas, também, fica claro como e por que a educação alimentar, que logo será tarefa de dietistas e nutricionistas, estará submetida a um campo maior e mais poderoso, o da higiene alimentar, esse sim, inteiramente ocupado por médicos (*Ibid.*: 19). Dessa forma, não havia como inserir, no discurso e nas práticas de educação alimentar, nenhum elemento e nenhuma contribuição que proviesse de um campo ainda menos dotado de capital simbólico: o da pedagogia. Na síntese eficaz de Lima (*Ibid.*: 20), “a Educação Alimentar se definia em bases cognitivas estreitas e estritamente técnicas”. Será necessário, portanto, tentar verificar se diz respeito a uma questão historicamente limitada aos anos da gênese do campo, ou se assistiremos à repetição disso, até os dias atuais.

O período transcorrido entre essas práticas dos anos trinta e quarenta, herdadas das décadas anteriores, nos seus condicionantes culturais, políticos e intelectuais, e, ao mesmo tempo, capazes de gerar práticas inovadoras como aquelas em que se envolveu, direta ou indiretamente, Josué de Castro, e as experiências contemporâneas, como aquela que é objeto deste trabalho, ainda duraria cerca de sessenta anos. Já foram descritas algumas das suas políticas principais de combate à fome. Já atravessamos, com elas, a volta de Vargas ao poder, os governos desenvolvimentistas dos anos 50 e 60, a ditadura militar, a nova República e o governo FHC. Chegamos, com elas, até a posse de Lula e ao

lançamento do Fome Zero. Mas, não encontramos nutricionistas como protagonistas de políticas públicas nem localizamos ações governamentais significativas de educação alimentar e nutricional como formas de promover a segurança alimentar. Desse ponto de vista, até pareceria que as expectativas e as práticas desses médicos dos anos trinta e quarenta, tenham sido desconsideradas.

É verdade, como sintetiza Boog, que “as primeiras iniciativas de educação alimentar no Brasil surgiram [...] sob a égide de um governo forte e autoritário, lideradas por médicos que acreditavam que o seu saber comunicado às massas poderia reverter o quadro de desnutrição que assolava o país” (BOOG, 2011: 68), é também verdade que nas décadas sucessivas a estratégia foi diminuir essas ações ou desenvolvê-las nos mesmos moldes. Embora, como lembra ainda Boog (*Ibid.*), se tratasse de ações pensadas por médicos e “implementadas por profissionais formados pelos primeiros cursos de Nutrição criados especificamente para executar as ações propostas nos centros de decisão política”. Nas décadas sucessivas, o foco das políticas de combate à fome esteve muito mais concentrado em programas de abastecimento e de transferência de renda.

Nesse contexto, a educação alimentar é rebatizada de “nutricional” (BOOG, 2011: 70), sem, entretanto, que isso determinasse grandes mudanças qualitativas na sua conceituação e no seu exercício, nem significativos incrementos quantitativos. Mas o que ocorre, sobretudo a partir dos anos setenta, é o fato de alguns nutricionistas, passando por programas de pós-graduação, não ainda de Nutrição, mas em áreas correlatas, produzirem uma reflexão teórica, conceitual e metodológica que levaria à superação de paradigmas herdados do passado e, ao mesmo tempo, à preparação para novas formas e entendimentos para uma educação nutricional adequada aos novos desafios e dilemas da sociedade brasileira que se encaminhava para a virada do século (BOOG, 2011: 71). Ainda nesta fase, acrescentam-se questionamentos provindos da chamada “tendência crítico-reprodutivista” (SAVIANI, 2007), que colocou na mira todo o campo da educação no Brasil (aí incluindo tanto os professores,

independentemente da sua localização social, política e geográfica) quanto, indiretamente, as práticas de educação nutricional (BOOG, 2011: 70). Paradoxalmente, a educação nutricional sofria, nos anos mais pesados da ditadura militar, uma espécie de “exílio” (*Ibidem*: 71), que lhe outorgava, indiretamente, o estatuto de prática progressista e emancipadora.

A transição nutricional volta a citar uma questão com a qual haviam se confrontado os médicos dos anos trinta e quarenta: não só as carências da pobreza e da ignorância, mas também a má alimentação dos ricos, incapazes de discernir o que seria uma alimentação adequada. Então, a nova educação alimentar se encontrava diante de uma tarefa dupla: acompanhar as ações de combate à fome, e retomar o discurso da alimentação saudável. Para tanto, foi necessário que os cursos de Nutrição renovassem métodos e conteúdos na formação específica em matéria de educação nutricional. As contribuições das professoras Maria Cristina Faber Boog e Denise Giacomo da Motta para este campo são relevantes. A primeira, graduada em Nutrição pela Universidade de São Paulo em 1971, é mestre (1982) e doutora (1996) em Saúde Pública pela mesma instituição. Desde 1989 é professora da UNICAMP. Desenvolve desde a década de Oitenta suas pesquisas, sua reflexão, teórica e metodológica sobre educação nutricional, com vários artigos, livros e capítulos de livros, além de orientações acadêmicas nas linhas de Educação Nutricional e Ensino de Nutrição. A segunda, com trajetória análoga à da professora Boog, de quem foi colega de turma tanto na graduação como no mestrado. O seu doutorado, também na Saúde Pública da USP, foi obtido em 1998. A professora Denise desenvolveu a sua carreira docente na USP, na Universidade Metodista de Piracicaba e na Pontifícia Universidade Católica de Campinas, também desenvolvendo pesquisas na área da educação nutricional. Um dos marcos conceituais da educação nutricional renovada, o livro *Educação Nutricional*, publicado em 1985, é resultado da colaboração entre elas. Com relação a um dos supostos teóricos principais do meu trabalho, cabe lembrar que nenhuma das duas nunca teve passagens por órgãos públicos, o que significa dizer que a sua militância acadêmica, apesar de

reconhecida, não viabilizou o seu aproveitamento no campo da política pública. Essas professoras são, portanto, as pioneiras da nova fase da educação nutricional¹⁷. Uma fase, inclusive, que se caracteriza por uma série de fatos, como as primeiras publicações de reflexão conceitual sobre a educação nutricional (MOTTA e BOOG, 1983), a formação específica sobre educação nutricional, em cursos de pós-graduação (em saúde coletiva, enfermagem e outras áreas), de nutricionistas que escolhem esse setor educacional como a sua atividade científica principal, e, finalmente, a chegada de nutricionistas em várias esferas da administração pública, por concurso ou em cargos comissionados.

A partir do momento em que a Educação Nutricional se torna uma disciplina acadêmica (cf. BOOG, 2011a), ela também ganha características que lhe permitem se livrar das várias heranças do passado. Nessa sua nova formatação, a educação nutricional insere-se em várias políticas e programas, sobretudo em níveis municipais e locais, acompanhando, nisso, a descentralização promovida pelo Sistema Único de Saúde.

É nesse contexto, finalmente, que se insere, com muita propriedade, a principal ação educativa ligada ao Programa Fome Zero – o projeto “Criança Saudável, Educação Dez”. Antes de descrevê-la e analisá-la, nos próximos capítulos, cabe, aqui, uma rápida menção a um texto de grande importância contextualizadora: o *Marco de Referência da Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas*. Trata-se de um texto que, embora muito recente (2012), é resultado direto dessa nova fase da Educação Nutricional e das reflexões promovidas e desenvolvidas em vários âmbitos acadêmicos e políticos. Nesse

¹⁷ As professoras Maria Cristina e Denise são líderes do Grupo A₃EN (Apoio, Aprimoramento e Atualização em Educação Nutricional), em atividade na UNICAMP desde 1995, estimulando “iniciativas no campo da Educação Alimentar e Nutricional, pois foi o primeiro grupo de pesquisa com este enfoque. Inicialmente foi vinculado ao Departamento de Enfermagem/FCM/UNICAMP. Atualmente está vinculado ao Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação/UNICAMP. A existência do grupo tem ensejado convites para participação em eventos (conferências, mesas-redondas, palestras, emissão de pareceres sobre artigos científicos) relativos à Educação Alimentar e Nutricional e também favorecido publicações de artigos científicos e livros. [...]. As líderes do grupo mantêm sites na internet para divulgação de seus trabalhos: www.educacaoemnutricao.com.br e www.denisegiacomio.com.br”. Fonte: Diretório dos Grupos de Pesquisa do Brasil-CNPq.

sentido, será interessante destacar como, cronologicamente, o projeto que abordo neste trabalho se situa no meio de uma trajetória histórica. Entre os meados dos anos 80 e o documento de 2012, o Criança Saudável, Educação Dez está na véspera da conclusão desse ciclo.

O *Marco de Referência da Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas* foi redigido a partir dos resultados de pelo menos três eventos específicos: O “Encontro Educação Alimentar e Nutricional – Discutindo Diretrizes” (Brasília, outubro de 2011); uma “atividade integradora” sobre “Educação Alimentar e Nutricional”, realizada durante a IV Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (Salvador, novembro de 2011); e uma oficina de trabalho pré-congresso “World Nutrition” (Rio de Janeiro, abril de 2012). Além disso, o texto-base foi submetido à Consulta Pública, entre os dias 5 e 30 de junho de 2012. Segundo um *release* para a imprensa, do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome¹⁸, o texto inicial e a própria consulta pública foram responsabilidade de um “Grupo de Trabalho”, integrado pela Coordenação-Geral de Educação Alimentar e Nutricional do próprio MDS, pela Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde, pela Coordenação Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar e pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação, ambos vinculados ao MEC, pela Associação Brasileira de Nutrição, pelo Conselho Federal de Nutrição e pelo Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutricional da Universidade de Brasília. O documento, consolidado, foi publicado ainda em 2012.

Tanto no Grupo de Trabalho como entre os órgãos e os dirigentes e funcionários públicos que, no expediente do documento aparecem como “Organizadores”, encontramos muitos protagonistas do projeto Criança saudável, Educação Dez, que estava encerrado a cerca de seis anos.

No momento da publicação, a Secretária Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional é Maya Takagi. Ao lado dela, Jorge Tadeu Pereira

¹⁸ Disponível em <http://www.mds.gov.br/saladeimprensa/noticias/2012/maio/mds-lanca-consulta-sobre-educacao-alimentar-e-nutricional>. Acesso em 23 de maio de 2013.

representa o “Departamento de Estruturação e Integração dos Sistemas Públicos Agroalimentares”. Quatro nomes aparecem como representantes da Coordenação-Geral de Educação Alimentar e Nutricional: Patrícia Chaves Gentil, Mariana Helcias Cortês, Luisete Moraes Bandeira e Chirle de Oliveira Raphaelli. A primeira é Mestre em Nutrição pela Universidade de Brasília, onde defendeu uma dissertação numa temática não ligada à educação nutricional. Mariana Cortês tem o mesmo perfil: mestre em Nutrição pela UnB, também em 2006, com uma dissertação de temática mais epidemiológica. Luisete Bandeira terminou o seu mestrado em Nutrição, também na UnB, mas em 2012. Sua dissertação tem ligação direta com a sua função política no Ministério: “Uma Proposta de Educação à Distância para Conselheiros do Programa Nacional de Alimentação Escolar”. Finalmente, Chirle Raphaelli, nutricionista, mas mestre em Educação Física pela UFPel (2011). A publicação do “Marco de Referência” recebe também a chancela da Coordenação-Geral de Equipamentos Públicos de Segurança Alimentar e Nutricional, através da sua Coordenadora-Geral, Kathleen Sousa Oliveira, nutricionista pela UFPR e mestre (mestrado profissional) em Saúde Pública pelo Centro de Pesquisas Ageu Magalhães, ligado à Fiocruz de Pernambuco. Finalmente, o Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutricional da Universidade de Brasília, compreende os nomes de Elisabetta Recine, doutora em Saúde Pública pela USP, Andhressa Fagundes, doutoranda em Nutrição Humana, orientada pela professora Recine, Andrea Sugai Mortoza, doutora em Política Social pela UnB, e Luiza Lima Torquato, nutricionista pela UnB.

Os oito nomes da CGEAN e do Observatório repetem-se no Grupo de Trabalho, no qual também são arrolados representantes do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (MEC): Albaneide Peixinho, nutricionista pela UFBA; Lorena Gonçalves Chaves, nutricionista pela UnB e mestre profissional em Ciências Médicas pela UNIFESP; Juarez Cali, mestre em Nutrição pela UFSC; Najla Veloso Sampaio Barbosa, pedagoga, doutora em Sociologia pela UnB e Coordenadora nacional do Projeto “Educando com a Horta Escolar”; Marta Klumb

Oliveira Rabello, mestre em Psicologia, que atuou na Fiocruz/DF, na formulação de um Curso de Pós-graduação em Gestão de Políticas Públicas em Alimentação e Nutrição; e Solange Freitas Castro, Rosane Costa, cujos perfis acadêmicos e profissionais não consegui levantar.

Finalmente, encerrando o amplo Grupo de Trabalho, intersetorial e interministerial, que assina o texto definitivo do Marco de Referência, após a Consulta Pública, aparecem os nomes das representantes da Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde: Patrícia Jaime, nutricionista pela UFG, mestre e doutora em saúde Pública pela USP, professora associada da USP e coordenadora geral da CGAN; Ana Carolina Feldenheimer, nutricionista e mestre em saúde Pública pela USP, doutoranda em Nutrição em Saúde Pública na USP, orientada pela professora Patrícia (“Avaliação da adequação das ações de alimentação e nutrição no Programa Saúde na Escola em municípios brasileiros”); Carolina Belomo de Souza, nutricionista, mestre em *Education, clinique et santé éducation et santé*, pela Universidade de Paris – 13 (Paris-Nord); Gisele Ane Bortolini, nutricionista pela UNISINOS e mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, doutoranda em Nutrição na UnB, orientada pela Professora Leonor Maria Pacheco Santos, que foi, de 2005 a 2007, Coordenadora Geral de Avaliação e Monitoramento, no Ministério do Desenvolvimento Social; Kelly Poliany de Souza Alves, nutricionista pela UFAL e mestre em Alimentação, Nutrição e Saúde pela UERJ; Kimielle Cristina Silva, nutricionista pela UFMG; Mariana Carvalho Pinheiro, mestre em Nutrição pela UnB (“Estratégias educativas sobre alimentação saudável para pré-escolares: da concepção à avaliação”, 2009); Renata Guimarães Mendonça de Santana, nutricionista pela UFG; Sara Araújo da Silva, mestre em Nutrição pela UnB; e Lorena Toledo de Araújo Melo, cujo perfil acadêmico e profissional não consegui localizar.

Em suma, o conjunto de assinaturas do *Marco de Referência da Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas* permite descortinar um cenário novo. A grande maioria dos dirigentes, dos colaboradores e dos

consultores envolvidos na construção desse texto são nutricionistas, muitos dos quais mestres. É muito pertinente descrever esse amplo grupo, quase todo localizado em Brasília, como uma rede profissional homogênea, formada numa área científica diretamente ligada ao conjunto de temáticas administrativas e políticas que ela aborda e com a qual se envolve. Mas, a novidade do cenário reside em outro aspecto, também. Com poucas exceções (as componentes do Observatório da UnB), trata-se de um grupo de nutricionistas que não pertencem à esfera universitária. Suas passagens por instituições de ensino superior (com predominância da UnB) deu-se quase exclusivamente na condição de alunos, de graduação e/ou de pós-graduação. Desse ponto de vista, trata-se, então, de uma realidade bastante distinta daquela que encontramos desde os tempos dos higienistas da República Velha. Ao longo de todo o século XX, e em muitas esferas do próprio Programa Fome Zero, a esfera pública estatal reunia (inclusive ofertando postos e cargos de grande relevância) docentes universitários. Por isso, neste trabalho, foi possível, desde o começo, utilizar como referência teórica e metodológica o conceito de campo científico e acadêmico de Pierre Bourdieu.

Entretanto, ao nos aproximarmos de políticas específicas de educação nutricional e, aqui, sobretudo, no contexto de formulação de um texto importante, como um “Marco de Referência”, deparamo-nos com uma novidade. O presente trabalho, de certo, não pode esclarecer completamente essa questão, na qual me parece que se adaptem duas hipóteses. A primeira levaria em conta as características específicas do campo acadêmico da Nutrição, ainda menor e, portanto, dotado de um capital simbólico ainda “inferior” ao da Medicina ou ao da Economia. A segunda hipótese permitiria olhar para a conjuntura histórica desse Grupo de Trabalho: estamos no terceiro mandato do PT, no primeiro da presidente Dilma Rousseff, e, de certa forma, assiste-se a uma rotinização da presença de especialistas, de várias áreas do conhecimento nas esferas político-administrativas federais. Há concursos públicos para nutricionistas, e há a possibilidade, o interesse e a facilidade de conceder cargos comissionados e contratos de consultoria a nutricionistas, inclusive jovens e sem passagem por

instituições de ensino superior na posição de docentes.

O *Marco de Referência* é um produto de uma equipe interministerial, assim como foi o próprio Criança Saudável, Educação Dez, poucos anos antes da sua discussão, redação e publicação, mas, pelo rápido levantamento aqui efetuado¹⁹, mas com forte identidade acadêmica e profissional, centrada no campo da Nutrição. É um material que poderá orientar conceitual e metodologicamente futuras ações de educação alimentar e nutricional.

A isso deve ser somado que o Grupo de Trabalho ainda teve a participação do Conselho Federal de Nutrição e a Associação Brasileira de Nutrição, e que a Consulta Pública deve ter visto uma participação considerável de profissionais dessa área do conhecimento. “Os participantes da Consulta Pública eram provenientes de 22 Unidades da Federação, sendo que a maioria (37%) de Estados do Sudeste, seguido do Nordeste (31%), Centro-Oeste (15%), Sul (11%) e da região Norte (6%)” (p. 12). Além disso, “em relação à esfera de atuação profissional, 67% dos participantes atuam na esfera pública, mas também com representação de profissionais da esfera privada e do terceiro setor” (*Ibid.*).

Como a própria “Apresentação” revela: “o documento [...] é fruto de uma construção participativa de cidadãos, profissionais, gestores, representantes da sociedade civil, professores e acadêmicos que se dedicam ao tema” (p. 6).

Mas, o aspecto a ser mais destacado, aqui, é que a novidade da equipe do *Marco de Referência* tem um forte, direto e claro rebatimento no teor do seu texto. O documento traz menções ao seu “processo de elaboração” (p. 10-12), ao seu “contexto de elaboração” (p. 13-14), aos seus “objetivos” (p. 15) e resgata um “histórico nacional da educação alimentar e nutricional” (p. 16-22). Em seguida, ele estabelece o mais importante, o “Conceito de Educação Alimentar e Nutricional”:

Educação Alimentar e Nutricional, no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e

¹⁹ Tendo por fonte a Plataforma Lattes do CNPq.

multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar (p. 23).

Nesse sentido, parece-me que a conceituação de EAN desempenha o duplo papel de confirmar a tendência recente das políticas públicas e das práticas de educação nutricional, a referência ao seu aspecto “transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional” e de anunciar elementos, se não de ruptura, de avanço, como as “abordagens e recursos educacionais problematizadores” e o “diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais”. Um movimento parecido ocorre quando, a seguir, o documento lista e descreve os “princípios para as ações de educação alimentar e nutricional”, como a “Sustentabilidade social, ambiental e econômica” (p. 24), a “intersetorialidade” (p. 28-29) e o “planejamento, avaliação e monitoramento das ações” (p. 29). Outros, porém, traduzem entendimento mais inovadores e ousados, e questionadores de práticas do passado, inclusive do passado recente.

Refiro-me, especificamente ao princípio relativo à “valorização da cultura alimentar local e [ao] respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas” (p. 25), aquele que afirma “a comida e o alimento como referências” e a “valorização da culinária enquanto prática emancipatória” (p. 26), e, finalmente, aquele que me parece mais relevante e essencial: “a educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos” (p. 27-28). Vale citar na íntegra o texto que ilustra esse princípio:

As abordagens educativas e pedagógicas adotadas em EAN devem privilegiar os *processos ativos*, que incorporem os *conhecimentos e práticas populares*, contextualizados nas realidades dos indivíduos,

suas famílias e grupos e que possibilitem a integração permanente entre a teoria e a prática. O caráter permanente indica que a EAN precisa estar presente *ao longo do curso da vida* respondendo às diferentes demandas que o indivíduo apresenta, desde a formação dos hábitos alimentares na primeira infância à organização da sua alimentação fora de casa na adolescência e idade adulta. O fortalecimento da participação ativa e a *ampliação dos graus de autonomia*, para as escolhas e para as práticas alimentares implicam, por um lado, o aumento da capacidade de interpretação e a análise do sujeito sobre si e sobre o mundo e, complementarmente, a *capacidade de fazer escolhas*, governar, transformar e produzir a própria vida. Para tanto, é importante que o indivíduo desenvolva *senso crítico frente a diferentes situações* e possa estabelecer estratégias adequadas para lidar com elas. Diante das inúmeras possibilidades de consumo, bem como das regras de condutas dietéticas, a decisão ativa e informada significa reconhecer as possibilidades, poder experimentar, decidir, reorientar, isto é, *ampliar os graus de liberdade* em relação aos aspectos envolvidos no comportamento alimentar. Neste sentido, a EAN *deve ampliar a sua abordagem para além da transmissão de conhecimento* e gerar situações de reflexão sobre as situações cotidianas, busca de soluções e prática de alternativas (p.28) (grifos meus)

Embora o histórico da educação alimentar e nutricional desenvolvido neste capítulo tenha sido sucinto e resumido, creio evidencia-se a distância entre esse princípio e as práticas do passado. Segue nesse sentido, também, a listagem e a reflexão sobre os campos e os equipamentos nos quais se aponta a necessidade de desenvolvimento das práticas de EAN (p. 31-34): longe de serem apenas as “escolas”, os cenários propostos incluem praticamente todos os espaços e as instâncias da sociedade. A perda de centralidade da escola, porém, é apenas aparente, se o que é sugerido pelo documento é a ampliação do discurso educacional aos demais espaços sociais. Além disso, trata-se do abandono definitivo dos vários chavões, muito frequentes em conceituações e práticas do final do século XX, das parcerias entre setor público e setor privado. A sociedade brasileira do século XXI está articulada em arranjos institucionais que

vão muito além dessa distinção. É esse, aliás, o assunto de uma parte do documento intitulada “Parcerias para a realização das ações de EAN” (p. 41). Nela, “considera-se fundamental” que as organizações da sociedade civil organizada desenvolvam ações de EAN. Entretanto, “para isso, é necessário que o Estado institua processos públicos e transparentes para selecionar e formalizar suas parcerias e que as organizações da sociedade civil estejam legalmente constituídas e atuando de maneira regular. É também relevante que as organizações e entidades da sociedade civil se apropriem dos referenciais apresentados neste Marco de Referência, visando orientar as suas ações”. Ou seja, trata-se de um marco, ao mesmo tempo, referencial e regulatório. Finalmente, o documento descreve a “agenda pública de EAN” (p. 42-46), uma agenda “estratégica e de articulação intersetorial e federativa”, o que não é uma novidade, “voltada para a formação profissional, estudos e pesquisas”, com fomento específico, “de articulação e mobilização social”, capaz de dialogar tanto com “entidades da sociedade civil” quanto com as “especificidades dos povos e comunidades tradicionais”, o que é, sim, a novidade mais significativa e relevante dessa agenda.

O documento encerra-se com uma bibliografia que reúne um grande número de leis, decretos e outros textos formulados por órgãos públicos e por organizações internacionais, alguns nomes da antropologia da alimentação, entre eles Roberto Damatta, Rosa Wanda Diez Garcia, e textos da área de educação/educação nutricional, incluindo Leonardo Boff, Paulo Freire e Maria Cristina Faber Boog, e com uma linha do tempo (p. 59-63) que começa em 1934 e termina em 2012, listando fatos, figuras, novidades bibliográficas, programas, políticas, projetos, relacionados ao combate à fome, à segurança alimentar e nutricional e à educação alimentar e nutricional e contextualizados em grandes sínteses sociais, econômicas e culturais da história recente do Brasil.

Nesse empreendimento, não há menção ao projeto Criança Saudável, Educação Dez, primeira ação de educação alimentar e nutricional desenvolvida e adotada no âmbito do Fome Zero, resultado de um empenho

interministerial análogo ao que geraria, cinco anos depois, este *Marco de Referência*.

Trata-se de um mero esquecimento ou de outro(s) elemento(s)? Os dois próximos capítulos discutirão essa questão.

CAPÍTULO IV. O PROJETO CRIANÇA SAUDÁVEL, EDUCAÇÃO DEZ

Com quatro grandes eixos articuladores desenvolvidos para se integrarem em uma mesma estratégia, o Programa Fome Zero, emergido em um cenário nacional de grandes transformações sociais e políticas e de mudanças na proteção a grupos específicos, destinada, sobretudo, a populações em situação de vulnerabilidade social e econômica, organizou múltiplas ações com a finalidade de erradicar a fome. Os quatro eixos são: *Acesso aos Alimentos*, *Fortalecimento da Agricultura Familiar*, *Geração de Renda* e por fim *Articulação, Mobilização e Controle Social* (ARANHA, 2010).

Antes de aprofundar e contextualizar o eixo de interesse para esse capítulo, apontarei as ações e os programas que configuram todos eles, com base no documento organizado por Aranha (2010) que conta a trajetória dessa política.

A partir do eixo *Acesso aos Alimentos*, que mais à frente será objeto de atenção nas discussões, foram implementadas estratégias na linha do desenvolvimento de programas e ações de transferência de renda (Bolsa Família), da alimentação e nutrição (Alimentação Escolar-PNAE, Alimentos a grupos populacionais específicos, Cisternas, Restaurantes populares, Bancos de alimentos, Agricultura urbana/Hortas comunitárias, Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - Sisvan, Distribuição de vitamina A - Vitamina A+, Distribuição de ferro - Saúde de Ferro, Alimentação e nutrição de povos indígenas, *Educação alimentar, Nutricional e para Consumo* [ação da qual também nos ocuparemos para algumas compreensões] e Alimentação Saudável/Promoção de Hábitos Saudáveis), de incentivos fiscais (Alimentação do Trabalhador - PAT) e de redução de tributos (Desoneração da cesta básica de alimentos) (BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social, 2005).

O eixo do *Fortalecimento da Agricultura Familiar* promoverá geração de

renda na área rural e o aumento da produção de alimentos para o consumo. Entre as suas ações específicas estão o Financiamento da Agricultura Familiar (Pronaf), o Programa de Aquisição de Alimentos da Agricultura Familiar (PAA), o Seguro Agrícola e o Seguro Safra.

Voltado para o desenvolvimento de ações de qualificação da população de baixa renda, o eixo *Geração de Renda* pretende inserir grupos em vulnerabilidade ou em risco no mercado de trabalho por meio de: Qualificação Social e Profissional, Próximo Passo (ou “Plano Setorial de Qualificação Profissional para os Beneficiários do Programa Bolsa Família”), Economia Solidária e Inclusão Produtiva, Microcrédito Produtivo Orientado, Arranjos Regionais de SAN (Consórcio de Segurança Alimentar e Desenvolvimento Local-Consad) e Desenvolvimento de cooperativas de catadores.

Por fim, o eixo *Articulação, Mobilização e Controle Social* que tem como propósito estimular a sociedade para consolidar parcerias com o governo federal na execução de campanhas contra a fome e de promoção da segurança alimentar e nutricional como: Centros de Referências em Assistência Social (Cras), Conselhos e Comitês de Controle Social, Educação Cidadã e Mobilização Social, Mutirões e Doações, além das Parcerias com Empresas e Entidades.

Todos esses eixos remetem, portanto, à ideia formulada na construção da Política de Segurança Alimentar para o Brasil cuja proposta apresentada ao debate público, em outubro de 2002, em documento assinado por Luis Inácio da Silva, teve comunicação categórica quanto à preocupação do programa em relação à distribuição de renda, crescimento da produção, geração de empregos, reforma agrária e intervenções de caráter emergencial, bem compreendidos nos eixos apresentados. Ainda há menção sobre o conceito de segurança alimentar posto no documento como

a garantia do direito de todos ao acesso a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente e de modo permanente, com base em práticas alimentares saudáveis e sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, e nem o sistema alimentar futuro,

devendo se realizar em bases sustentáveis. Todo país deve ser soberano para assegurar sua segurança alimentar, respeitando as características culturais de cada povo, manifestadas no ato de se alimentar. É responsabilidade dos Estados Nacionais assegurarem este direito e devem fazê-lo em obrigatória articulação com a sociedade civil, cada parte cumprindo suas atribuições específicas (INSTITUTO DA CIDADANIA, PROJETO FOME ZERO, 2002: 15).

É relevante observar que essa proposta de definição está contida num documento com a chancela do “Instituto Cidadania”. Trata-se de um grupo que teve a sua origem no chamado “governo paralelo”, criado, sob a liderança de Lula, depois da vitória de Fernando Collor nas eleições presidenciais de 1989 e que funcionou até 1992. Nessa fase, o Instituto fornecia apoio estrutural e jurídico ao governo paralelo. Sucessivamente, nos anos do governo Itamar Franco e do primeiro mandato de Fernando Henrique Cardoso, o Instituto promoveu as “Caravanas da Cidadania”, com o duplo intuito de aumentar o lastro de conhecimento dos problemas e da realidade brasileira por parte do próprio Lula e de um grupo político a ele ligado e, ao mesmo tempo, de tornar mais visível ainda a figura do ex-sindicalista que se preparava a mais tentativas de eleição ao Planalto. Mas, a atuação do Instituto que mais interessa, aqui, na perspectiva da reflexão sobre algumas políticas públicas implementadas pelo governo Lula a partir de 2003, foi o seu papel como inspirador delas. Segundo o histórico contido na página da *web* do “Instituto Lula”, seu sucessor a partir de 2011,

desde 1999, o Instituto Cidadania intensificou suas atividades. Além de debates e seminários passou a trabalhar com extensos projetos temáticos que resultam em diagnósticos mais apurados e propostas abrangentes de políticas públicas. Os projetos envolvem a interlocução com os diversos atores políticos e especialistas de cada área, em ambiente suprapartidário. Entre os temas já abordados estão a moradia, a energia elétrica, a segurança pública,

a reforma política, a segurança alimentar e a juventude²⁰.

A partir da posse de Lula em 2003, assiste-se à incorporação de vários desses projetos à agenda política, ao texto político e às políticas governamentais do presidente Lula. Na versão que aparece hoje na página *web* do Instituto Lula: “O Projeto Fome Zero deu origem ao programa federal de segurança alimentar e combate à fome hoje distribuído por vários ministérios e aglutinado no Bolsa Família”²¹. Ou seja, o Projeto Fome Zero tem data e registro de nascimento anteriores a 2003. E a conceituação de “segurança alimentar” citada na íntegra pertence a essa fase de preparação das ações do governo Lula, aos cuidados do Instituto Cidadania.

Nela se preconiza que para garantir a segurança alimentar e nutricional, impressa e divulgada por essa política social, deve haver um esforço intersetorial, de vários campos – saúde, educação, agronomia, economia, entre outros – trabalhando de forma articulada para o alcance do mesmo objetivo. Mas, o grande desafio dessa proposta é a integração não entre os saberes, mas entre os discursos e com a participação da população desde o planejamento até a avaliação das ações de cada eixo. Ao que parece, dado pelo governo daquele período seria, então, uma política escrita, no entendimento de Ball e Bowe (1992), a partir de um texto *writerly* (ou editável) que convidaria os diversos setores, inclusive, e sobretudo a sociedade civil, a serem coautores do texto e não um texto *readerly* (ou normativo) que limitaria ou excluiria da produção de sentidos seus espectadores.

Mas, nesse momento, devemos voltar o olhar para o eixo “Acesso aos Alimentos” por ser ele o caminho que leva ao projeto da ação educativa, foco da minha pesquisa, ao qual me dedicarei mais. Ressalta-se que, a partir de agora, só utilizarei documentos sucessivos a 2003, ou seja, oriundos de ministérios do

²⁰ Disponível em <http://www.institutolula.org/historia/#projetos>. Acesso em maio de 2013.

²¹ Disponível em <http://www.institutolula.org/historia/#governolula>. Acesso em maio de 2013.

governo Lula e não do Instituto que ele criou para preparar e embasar a sua futura ação de governo. Iniciaremos pelas suas ações orçamentárias que têm finalidade e clientela próprias, em estreita consonância com a política de segurança alimentar que vem sendo implementada pelo Governo Federal. O objetivo do Programa é garantir à população *em situação de insegurança alimentar* o acesso à alimentação digna, regular e adequada à nutrição e manutenção da saúde humana. Dessa forma, as ações que o compõem destinam-se a diversas atividades que contribuem para esse resultado desejado e, em especial, referem-se a: apoio a projetos estruturantes de desenvolvimento local e regional; apoio a projetos que estimulem o desenvolvimento comunitário e familiar; fornecimento de alimentos e água para grupos vulneráveis; incentivo à produção de alimentos para autoconsumo; estímulo à produção de alimentos locais/regionais; capacitação de pessoas; produção de material informativo e de divulgação; dentre outros. “O público-alvo é constituído por famílias com renda familiar per capita menor ou igual a 1/2 salário mínimo, sem acesso digno e regular a alimentos, em quantidade e qualidade necessárias, ou seja, em situação de insegurança alimentar” (BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Relatório de Gestão-2006, 2007, p. 6).

O relatório de Gestão 2006, do qual foi extraído o trecho acima, apresenta as metas físicas e financeiras das dez ações que compõem o Programa Acesso à Alimentação apresentadas no documento. Dentre essas ações, está a de Educação Alimentar, Nutricional e para o Consumo (trata-se da 5ª, com o código orçamentário 2784). Para o alcance das suas metas físicas o documento apresenta um número previsto de 70.000, mas a meta realizada chega a 40.900.000. Os números apresentados não pertencem a uma mesma ordem. O último diz respeito à quantidade de exemplares de materiais educativos produzidos e distribuídos, enquanto o primeiro diz respeito ao número de profissionais que deveria ser capacitado. Uma nota de rodapé no Relatório diz: “O número apresentado como meta física realizada refere-se à quantidade de exemplares de materiais educativos produzidos e distribuídos, e não a

profissionais capacitados” (p. 7). Teria, então, o MDS declinado do caminho? Que profissionais seriam esses? E deveriam ser capacitados em que, por que, por quem, por quanto tempo, como, onde e para quê? Os documentos oficiais de que se dispõe não respondem essas perguntas.

No Relatório de Gestão de 2006, a ação de Educação Alimentar, Nutricional e para o Consumo, dentro do eixo *Acesso aos Alimentos*, apresentava como finalidade

formar nos estados e municípios agentes capazes de promover a educação alimentar, de forma a levar à população em geral informações acerca da alimentação adequada, como forma de garantir a segurança alimentar e nutricional. O Departamento de Apoio a Projetos Especiais/DAPE é o responsável pelos projetos e parcerias estabelecidos por meio de convênios e contratos (BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Relatório de Gestão-2006, 2007, p. 26).

E como objetivo

promover a educação alimentar e nutricional visando à alimentação adequada e saudável *no sentido de prazer cotidiano, de modo a estimular a autonomia do indivíduo e a mobilização social, valorizar e respeitar as especificidades culturais e regionais dos diferentes grupos sociais e etnias*, na perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional e da garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada (BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Relatório de Gestão-2006, 2007, p. 27). [grifo meu].

Essa ação, portanto, tinha como fim formar agentes capazes e habilitados para difundir junto à população informações acerca da alimentação adequada e como objetivo promover a educação alimentar e nutricional de modo que a autonomia dos sujeitos e a mobilização social fossem pilares desta estratégia educativa. Para tanto, em algum momento, as equipes responsáveis

pela concretização, a gestão e o desenvolvimento das ações (a “Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SESAN, através do “Projeto de Operacionalização dos Programas da SESAN” – POPS) optaram por substituir a capacitação de profissionais (que seriam 70 mil), pela produção e distribuição de “exemplares de materiais educativos”, em número de cerca de 41 milhões. Como veremos, essa informação e, sobretudo, essa quantidade, correspondem exatamente à prática da chamada “Fase II” do projeto “Criança Saudável, Educação Dez”, como se compreende a partir de outros documentos. Mais adiante, após a apresentação e caracterização do projeto “Criança Saudável, Educação Dez”, aprofundaremos essa reflexão.

Entretanto, aqui parece surgir uma inconsistência. O Relatório de Gestão de 2005, ainda da SESAN havia apontado, no item “Educação Alimentar, Nutricional e para o Consumo”, uma meta física prevista de 9.360 profissionais a serem capacitados e uma meta realizada de 117.310. Neste caso, não há uma nota de rodapé a nos esclarecer se se trata de quantidades da mesma ordem ou de ordens distintas. A diferença entre nove mil e 117 mil é muito alta. Ainda assim, a leitura das colunas relativas às metas financeiras permite verificar que para essa ação estava prevista uma dotação orçamentária de seis milhões de reais e que o valor executado foi de 5,5 milhões. Ou seja, a uma pequena diminuição entre os valores previstos e os valores executados corresponde uma multiplicação de cerca de treze vezes da meta física prevista. A mesma inconsistência não se repete no relatório do ano seguinte. Em 2006 também se verifica uma leve discrepância entre o valor executado (5,9 milhões de reais) e o orçamento previsto para a ação de Educação Alimentar e Nutricional (6,6 milhões de reais), mas a meta física, nesse ano, como vimos, muda de figura: saem os profissionais a serem capacitados (que seriam 70 mil) e entram os exemplares de materiais educativos produzidos e distribuídos (cerca de 41 milhões).

Para o ano de 2005, apoio-me em um documento da Auditoria Interna do MDS que teve acesso a um maior detalhamento de dados sobre as ações da SESAN. Ele aponta, dentro da ação Educação Alimentar, Nutricional e para o

Consumo:

Projeto	Metas Físicas
“Cozinha Brasil, Alimentação Inteligente” (pessoas capacitadas)	93.000
“Educação à Mesa” (kits distribuídos)	6.000
“Criança Saudável, Educação Dez” (cartilhas distribuídas).	18.000.000
“Eu aprendi, Eu ensinei” (participantes).	1.100 professores e 24.000 alunos
“TACO – Tabela Brasileira de Composição de Alimentos” (análises de alimentos)	200

A soma de uma forma ou de outra das quantidades apontadas, nunca se chegará a esse valor de 117 mil. O Documento de Auditoria também comete um erro. Na sua página 11, afirma que, no âmbito do projeto Criança Saudável, Educação Dez, “em 2005 foram distribuídos 54 milhões de cartilhas de forma a atender todos os 18 milhões de alunos matriculados nos quatro primeiros anos do ensino fundamental da rede pública brasileira”, quando a tabela acima (na pág. 16) se refere a 18 milhões de *cartilhas*, e não de crianças.

Não sendo objetivo de o presente trabalho apontar erros, inconsistências ou lacunas do Fome Zero e dos seus documentos oficiais, relatórios e prestação de contas, o que estou apresentando aqui é o contexto de uma prática de educação em saúde que, por pertencer a uma política pública, é também objeto de uma produção textual dessa natureza. O que interessa, aqui, então, é a conceituação dessas práticas.

Desse ponto de vista, os dois Relatórios, relativos aos dois anos em que o Criança Saudável, Educação Dez funcionou efetivamente, usam

praticamente as mesmas palavras.

No texto de 2005, encontra-se:

Em 2005, o MDS firmou contrato de prestação de serviços com a Editora Globo, que tem como objetivo divulgar conteúdos de educação alimentar e nutricional para as crianças em idade escolar e educadores, através de revistas em quadrinhos e de cadernos do professor. Conta, ainda, com o apoio do Ministério da Saúde, Ministério da Educação e do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE.

No âmbito desse projeto, no ano, foram distribuídas cartilhas educativas, como um instrumento viável em busca da promoção de uma alimentação saudável. Foram produzidos três diferentes exemplares de cartilhas, abordando temas de alimentação e nutrição, como: o que é educação alimentar, o papel das vitaminas e minerais, carboidratos e proteínas. No total, foram distribuídos 54 milhões de cartilhas de forma a atender todos os 18 milhões de alunos matriculados nos quatro primeiros anos do ensino fundamental da rede pública de ensino brasileira.

Adicionalmente, as escolas foram supridas com 700 mil cadernos do professor contendo sugestões de atividades para sala de aula e o conteúdo científico das cartilhas mais aprofundado, de forma a estimular os educadores a utilizar as cartilhas com seus alunos em sala de aula.

A escolha das personagens do escritor Monteiro Lobato deve-se às suas características que *valorizam a cultura regional brasileira*, bem como ao seu caráter curioso e questionador, que assim contribui para a abordagem e assimilação dos temas propostos.

O público-sujeito preferencial para as cartilhas é formado por escolares dos primeiros anos do ensino fundamental da rede pública, pois o material utiliza linguagem simples e próxima à das crianças. As cartilhas, ao fazerem isso sob a forma de histórias em quadrinhos, que comprovadamente têm aceitação e penetração garantidas em todas as faixas etárias pela comunicação basicamente visual, com pouco texto, levarão as crianças a incorporarem naturalmente novos conceitos e procedimentos em relação a seus hábitos alimentares (BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Relatório de Gestão-2005, 2006a, p. 32). [grifos meus]

No Relatório de 2006, atualiza-se o número de cartilhas impressas e as suas temáticas:

Neste projeto, foram produzidas cartilhas educativas como instrumentos viáveis em busca da promoção de uma alimentação saudável. Foram produzidos cinco diferentes exemplares de cartilhas, abordando temas de alimentação e nutrição, a saber: (i) o que é educação alimentar, (ii) vitaminas e minerais, (iii) carboidratos e proteínas, (iv) alimentação saudável, e (v) o que é obesidade. No total, foram impressos 94 milhões de cartilhas de forma a atender todos os 18 milhões de alunos matriculados nos quatro primeiros anos do ensino fundamental da rede pública brasileira (BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Relatório de Gestão-2006, 2007a, p. 29).

E, nesse momento, se anuncia a avaliação por parte de uma comissão de cientistas, sobre a qual me detenho mais adiante: “Em 2006, iniciou-se uma avaliação do projeto pela SAGI/MDS por meio de parceria com a UNICAMP e no âmbito do Acordo de Cooperação Técnica com a FAO (UFT/BRA/064/Brasil), sendo os resultados esperados para março de 2007” (*Ibid.*: 30).

Dessa forma, as ações voltadas para a *Educação Alimentar, Nutricional e para o Consumo* encontravam-se enquadradas nas Políticas Específicas do programa Fome Zero e que deveriam atender a todas as famílias em situação de insegurança alimentar. Políticas essas concebidas para a construção de intervenções nutricionais de natureza emergencial, voltadas à resolução de situações agudas de fome e miséria (VASCONCELOS, 2005). Esse grupo de Políticas ainda acolhe os demais programas: Ampliação do Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), Combate à Desnutrição Infantil e Materna, Ampliação da Merenda Escolar, Programa Cupom de Alimentação, Doações de Cestas Básicas Emergenciais, Manutenção de Estoques de Segurança, Segurança e Qualidade dos Alimentos.

Assim, foi desse eixo – Acesso aos Alimentos – que nasce o projeto

Criança Saudável, Educação Dez, dentro das ações de *Educação Alimentar, Nutricional e para o Consumo*, no ano de 2004, quando o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS), o seu criador, estabelece parcerias técnicas com os Ministérios da Saúde e da Educação para o desenvolvimento desta prática educativa. E quando, então, o MDS também firma contrato de prestação de serviços com a Editora Globo, que tem como objetivos também divulgar mensagens de educação alimentar e nutricional para escolares e educadores mediante revistas em quadrinhos e cadernos do professor, como publicações paradidáticas.

Este capítulo se encarrega, portanto, da apresentação do embrião desta ação educativa. Começaremos aqui por um Ministério já extinto, o Ministério Extraordinário de Segurança Alimentar e Combate à Fome (MESA), que existiu no período de 1º de janeiro de 2003 a 23 de janeiro de 2004, e à época tendo à frente o ministro José Graziano da Silva. O MESA, um ano depois daria origem, juntamente com outras duas estruturas governamentais²², ao Ministério do Desenvolvimento Social - MDS.

Durante a vigência do MESA, portanto em 2003, a Editora Globo com a licença da TV Globo/Monteiro Lobato, inicia a sua parceria com o Programa Fome Zero. A editora Globo comercializou nas bancas quatro revistas em quadrinhos da “Emília e a Turma do Sítio”, tendo como subtítulo “no Fome Zero”. Duas revistas saíram em 2003 (na página 2 a logomarca do Governo Federal traz a chancela do MESA) e outras duas, em 2004 (a chancela agora muda para MDS). O objetivo das publicações era duplo. Por um lado, cada edição debruçava-se sobre um tema ligado direta ou indiretamente com a segurança alimentar; por outro, a cada revista vendida, a Editora Globo subsidiaria a produção e a distribuição de outra série de cartilhas, para “crianças carentes de todo o Brasil”.

Seguem dois depoimentos das nutricionistas que estiveram no processo de construção do projeto Criança Saudável, Educação Dez, sobre a sua

²² As outras duas estruturas governamentais que deram origem ao MDS foram: Ministério da Assistência Social (MAS) e Secretaria Executiva do Conselho Gestor Interministerial do Programa Bolsa Família.

gênese:

A origem do projeto está intimamente relacionada à origem do MDS, derivado do MESA – Ministério Extraordinário de Segurança Alimentar. Na época, com a criação do Fome Zero e do MESA para coordená-lo (2002-3), a educação alimentar e nutricional (EAN) era um dos componentes do programa. Quando o MESA foi reestruturado e passou a ser MDS (2004), foi criada uma Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional (CGEAN), que passou a gerenciar os projetos de EAN (Educação Alimentar e Nutricional) que já existiam nos primórdios do Fome Zero e do MESA, e também a se estruturar em busca de novos projetos (Inf. 2).

Esse projeto Criança Saudável, Educação Dez já tinha acontecido a Fase 1. Eu entrei em março de 2005, nesse momento, já tinha acontecido até a distribuição das primeiras cartilhas e já estava bem articulado para a Fase 2. O embrião desse projeto é no MESA, começou com a Rede de Cartilhas como Viviane apresentou²³. No início do programa Fome Zero a Editora Globo entrou, fez uma parceria como várias empresas naquela ocasião e o objeto dessa parceria era cada cartilha feita sobre a questão da alimentação saudável, educação nutricional. Vendidas nas bancas elas geravam duas que eram doadas para o Fome Zero, e aí o Fome Zero distribuía em eventos, em comunidades pobres, em várias necessidades. As pessoas pediam, havia distribuição, enfim, essas cartilhas tinham essa finalidade (Inf. 3).

Vejamos nos detalhes. A revista nº 1, lançada em 2003, trazendo na capa os dizeres “Conheça o programa pra lá de batatal que vai ajudar muita gente!” informava os leitores que “ao comprar esta revista você doou 3 cartilhas para crianças carentes de todo o Brasil. Entrou para uma turma muito especial: a

²³ A Inf. 3 refere-se à palestra que a nutricionista Viviane Coelho Lourenço apresentou no Fórum Permanente, no tema de Agronegócios, “Segurança Alimentar e Nutricional”, em 2008, na Unicamp, compondo a Mesa Redonda sobre a Avaliação do projeto Criança Saudável, Educação Dez, na qual ela discutia o projeto enquanto forma de educação alimentar.

turma do Fome Zero”. No verso da contracapa, entretanto, a informação é mais completa: “Você, os jornalheiros e os distribuidores ajudaram a Editora Globo a entregar 6 cartilhas para o Programa Fome Zero. Essas cartilhas vão fazer com que adultos e crianças de todo o país tenham acesso a informações que servirão para fazer deles verdadeiros cidadãos”. O seu conteúdo incluía uma história em quadrinhos, intitulada “Que fome é essa?”, na qual todos os personagens do Sítio do Pica-Pau Amarelo se juntam para realizar um “Mutirão Fome Zero”. Além disso, nas páginas seguintes, passatempos como palavras cruzadas, jogo dos sete erros e outras brincadeiras com a mesma temática. O nº 2 traz, também lançado em 2003, na capa, “Descubra por que uma boa alimentação é importante para a saúde!” e as mesmas informações sobre a doação de cartilhas, mas, traz na contracapa o anúncio: “1.000.000. Já foram entregues 1 milhão de cartilhas do Fome Zero ao governo”. Logo abaixo, um desenho ilustra melhor o mecanismo: “Com 1 real quem tem compra 1 revista e doa 6 cartilhas para quem não tem!”. Nessa edição, a história em quadrinhos, “Uma reportagem que dá gosto!”, as personagens participam de um programa de televisão, dirigido e apresentado pela Emília, no qual são entrevistadas e ilustram os seus hábitos alimentares corretos e saudáveis. No final, a Cuca, depois de assistir o programa, anuncia que vai mudar a sua alimentação: “Chega de pernas de aranha, asas de morcego fritos... Agora, só assados e cozidos”. A seguir, mais passatempos, jogos e brincadeiras. Encerra o número uma historinha em quadrinhos, de duas folhas, em que o Pedrinho mostra a necessidade de lavar sempre as mãos antes do almoço. Nota-se, portanto, que o discurso nutricional está associado, mais uma vez, assim como quase noventa anos antes, a um discurso higiênico a uma educação em saúde verticalizada, ainda que para a Cuca.

A terceira revistinha, já com a chancela do MDS e, portanto, lançada em 2004, traz na capa: “A água corre perigo e sem ela não há vida. Você pode ajudar a mudar esta história”. Na história principal, “A mãe d’água”, o tio Barnabé usa a sua sabedoria da roça para explicar às crianças a importância da preservação da água, através da história da mitológica Iara. O material que é apresentado a seguir

possui a mesma temática. Finalmente, o quarto e último número da série traz, na capa, “Vamos acabar com o monstro do lixo!” e é dedicado a um tema de educação ambiental como a reciclagem de resíduos, coleta seletiva. Nessa edição, a contracapa anuncia em letras altissonantes: “7 milhões de cartilhas doadas ao Fome Zero”.

Essas duas cartilhas doadas por meio de arrecadação da venda das revistas da Editora Globo são impressas em papel de menor qualidade, papel jornal, com 16 páginas cada uma (as revistas vendidas nas bancas são em papel couché e têm 36 páginas, em tamanho formatinho²⁴). O título geral da série é “Cartilha do Cidadão – Fome Zero”. Na primeira delas, intitulada “O que é Fome Zero?”, as mensagens possuíam um teor que se voltava para informações sobre o Programa Fome Zero e as maneiras de como a população brasileira poderia participar dos seus comitês regionais. Na contracapa, a chancela logo acima da logomarca do governo federal é do MESA, o que aponta para o ano de 2003 como data de publicação. Ela traz a mesma historinha em quadrinhos da primeira revista (“Que fome é essa?”), mas em versão muito resumida: sete folhas contra quinze da versão comercializada. O começo é o mesmo e a conclusão apresenta a mesma imagem de uma grande quermesse do “Mutirão Fome Zero”. A seguir, duas folhas iguais às da revista vendida: Tio Barnabé prepara uma roça de milho e isso gera uma série de 15 imagens que representam os mecanismos e as vantagens do abastecimento agrícola e da produção de alimentos através da agricultura familiar. O título é: “Fome Zero = Cidadania 10!”. Finalmente, a cartilha se encerra com algumas dicas de saúde e de higiene, apresentadas pelas personagens do Sítio, inclusive o Saci, já encontrado na cartilha de Almeida Júnior na República Velha.

O segundo fascículo desta série traz na capa da revista o título “O que é educação alimentar?”, mas agora tendo a parceria do MDS e não mais a do MESA, extinto em janeiro de 2004. Nele, uma versão reduzida da historinha que

²⁴ O tamanho formatinho, linguagem usada para impressão de revistas em quadrinhos, apresenta a dimensão aproximada de 13 x 21 cm, ao equivalente do tamanho A5).

havia surgido no numero 2 da revistinha comercializada: “Uma reportagem que dá gosto!”. A seguir, sob o título “Quem se alimenta bem vive melhor”, uma série de “aconselhamentos nutricionais” de Dona Benta dirigidos a Emília, com alertas sobre obesidade e desnutrição, informações sobre diabetes e a conclusão com Tia Nastácia, que “está feliz porque foi convidada pela turma do Fome Zero para dar um curso de culinária no arraial. Ela vai ensinar receitas saudáveis e deliciosas com milho, abóbora, soja...”. Finaliza a cartilha um “ABC do alimento saudável”, em que são repassadas informações nutricionais básicas sobre abóbora, banana, couve, goiaba, milho e vagem, sempre ilustradas com personagens do Sítio, e novamente o Saci.

Ao encerrar essa rápida apresentação dos antecedentes dos produtos que resultariam da nova fase (2005 e 2006) da parceria entre Editora Globo e Governo Federal, cabe mencionar que a partir da assinatura, em 2000, do contrato de utilização da obra de Monteiro Lobato, firmados com os herdeiros do escritor, a empresa do Rio de Janeiro lançou uma série de produtos com essa marca, a maioria dos quais com os dizeres “Baseado na Obra de Monteiro Lobato”. Além do conhecido seriado televisivo, que foi ao ar de 2001 a 2007, a editora publicou vários livros, a maioria dos quais relacionados a temas educacionais e/o gastronômicos. Em 2003, um *Dicionário da Turma do Sítio do Picapau Amarelo*, de Luciana Sandroni, Mariana Mesquita e Claudio Lobato. Em 2004, surge a série “Bichos Brasileiros do Sítio do Picapau Amarelo”, em sete volumes. No mesmo ano, os dois volumes de *Caderno de Receitas*, da série “Gostosuras do Sítio do Picapau Amarelo”. É de 2006 o livro *Viagem Culinária pelo mundo com a Turma do Sítio do Picapau Amarelo*. São nove os títulos da série “Almanaque do Sítio”, de 2007. Os temas vão do “Folclore Brasileiro” à “História da Arte”, do “Futebol” às “Invenções geniais” e à “Mitologia”, entre outros. De cunho ainda mais utilitarista e pedagógico é a coleção “Por Dentro de Tudo com a Turma do Sítio do Picapau Amarelo”, tendo por subtítulo, “Tudo que você precisa para fazer seus trabalhos escolares”, em dois volumes, ainda de 2007. Além de vários outros, muitos dos quais ainda presentes no catálogo da Editora Globo.

Mesmo que uma reflexão mais aprofundada sobre esse tema não pertença aos objetivos deste trabalho, não se pode deixar de registrar que existe aqui uma forte ligação entre políticas e estratégias comerciais de um dos mais sólidos e tradicionais grupos empresariais do país, e uma esfera estatal renovada, em busca de alianças com setores sociais e econômicos do Brasil que, a princípio, não encontrariam motivos ideológicos de diálogo com o primeiro governo do Partido dos Trabalhadores. Mas, o fato é que a sinergia existe, acontece e dá resultados, como se verá adiante. A Editora Globo “empresta” ao Governo Federal a “sua” Turma do sítio, que vai desempenhar vários papéis. Comercialmente, garante aos seus proprietários uma visibilidade capilar, em todo o território nacional, em todas as camadas sociais, para um produto editorial que reforça e é reforçado pelo produto televisivo análogo. Reforçando que a alimentação saudável é a comida do campo, tradicional, pura, não contaminada pela influência moderna da indústria, de gostinho caseiro. Nesse contexto, Dona Benta e Tia Anastácia são, há muito tempo, protagonistas do imaginário gastronômico da classe média urbana brasileira, que busca fora dos seus territórios o paradoxo de uma identidade nacional-popular com viés rural. Cabe dizer que, contraditoriamente a tudo isso, numa outra extremidade, estão os produtos industrializados e de pouco valor nutricional que também levam o selo da Turma do sítio na embalagem desses produtos (salgadinhos à base de milho, gelatina e outros) lembrados por Alcântara (2008) e aqui se desconstrói a ideia do gostinho caseiro tão caro às mensagens veiculadas nas cartilhas de aconselhamentos da Turma do Sítio.

No ano de 2004, surge, de modo integrado e complementar à iniciativa da Rede das Cartilhas, o projeto Criança Saudável, Educação Dez, com personagens também da Turma do Sítio do Pica-Pau Amarelo, inspiradas na obra de Monteiro Lobato, escritor que em meados da década de Vinte ocupou uma posição hegemônica no campo literário paulista, dedicando exclusivamente as suas obras ao público infanto-juvenil somente após o ano de 1926 (PASSIANI, 2009).

Em relação à origem, eu sei te dizer o porquê dos personagens. Havia uma preocupação, da entrevista que eu fiz com os gestores, eu perguntei o porquê desses personagens do Sítio do Pica Pau Amarelo, por exemplo. O que havia era a percepção de que era necessário utilizar uma referência brasileira, que eles queriam uma referência que fosse muita próxima do que é o Brasil, quando eu falo “eles” é sempre pensando nos Ministérios, nos gestores, ministério do desenvolvimento social... secretários, diretor, formulador do programa que foi a própria Ângela Peres. Então, normalmente essas coisas são decisões conjuntas. Então, sempre o Ministério, era o que o Ministério queria... ele queria algo que representasse o Brasil e que fossem personagens que você pudesse trabalhar a questão da alimentação saudável. Então, para contrapor: por que não trabalhar com a Turma da Mônica? Porque a Mônica você tem o cebolinha que não toma banho, porque você tem a Magali que é comilona. Como é que você vai trabalhar a alimentação saudável? Por mais que seja uma melancia, mas no imaginário ela é a comilona... trabalhar questões de referências à obesidade, fica difícil, trabalhar questões de higiene com Cebolinha, você não vai fazer o Cebolinha tomar banho ou lavar as mãos, então, eram personagens difíceis de você trabalhar. Então, eles escolheram o Sítio do Pica Pau Amarelo por representar um pouco a realidade do Brasil, na concepção deles, depois eu passo a minha opinião, e por ser de um autor que era brasileiro. Tinha a história do Monteiro Lobato e de a história ser conhecida, do Sítio do Pica Pau Amarelo, então, tinha um pouco essa coisa do imaginário. A minha opinião é que não representa o Brasil, representa uma parte do Brasil, e interior lá de São Paulo, pé de jabuticaba não é conhecido por todas as crianças do Brasil, tem crianças que nem conhecem o Sítio do Pica Pau Amarelo, ou porque nunca tiveram contato com as histórias de Monteiro Lobato ou porque não tem televisão onde moram, não veem televisão... E se você realmente quer que represente o Brasil, você tem que regionalizar as cartilhas. Em 2005, 2006, quando eu entrei, a gente começou a ter esse questionamento. Quando a gente começou a avaliar o programa, já tinha saído uma [tiragem de cartilhas] e já estava uma pronta para sair, porque ela tinha que sair em 2006, era ano de eleições. Então, assim, eu comecei em janeiro de 2006, quando eu cheguei estava praticamente pronta a cartilha, o que eu fiz uma revisão geral do material, mas sem poder mudar muito a estrutura dele, ele já estava praticamente finalizado. Então, você imagina, assim, o tempo de revisão foi muito pequeno que tive, porque ele já tinha que ser

rodado num volume muito grande, eram 140 mil escolas para serem distribuídos e tinha que chegar até o final de junho. (Inf. 01)

As cinco cartilhas elaboradas para compor o arsenal pedagógico proposto pelos Ministérios dessa vez chegariam aos bancos escolares como uma ação de educação em saúde oficial, tendo “caráter educativo, com vistas à adoção de hábitos alimentares saudáveis entre crianças e jovens, na perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional – SAN”²⁵ e dois cadernos do professor, que orientariam e auxiliariam os professores nas atividades ligadas a esses materiais.

O projeto foi dividido em duas fases, sendo a primeira desenvolvida no período de 2004 (ano para a produção dos materiais) a 2005 (ano para a sua distribuição nas escolas). Na Fase I foram produzidos 700 mil cadernos do professor e 54 milhões²⁶ de cartilhas abordando os seguintes temas: “O que é educação alimentar”, “Proteínas e Carboidratos” e “Vitaminas e Minerais”, tendo sido realizada a distribuição para as escolas nos meses de maio e junho de 2005. A Fase II produziu 700 mil cadernos do professor e 40 milhões de cartilhas abordando os seguintes temas: “Alimentação Saudável” e “O que é obesidade?”, e a sua distribuição para as escolas ocorreu no mês de junho de 2006.

Enquanto a Editora Globo produzia cartilhas educativas com a temática do Sítio do Pica-Pau Amarelo em parceria com o MDS/MEC/MS, outra coleção pela mesma Editora também circulava pelas mãos de crianças e jovens, mas não por meio da escola, mas sim, através de compra nas bancas de jornal. Com o nome “Você Sabia? Turma da Mônica”, essa série, publicada a partir de 2003, abordava temas relacionados a fatos históricos, sociais e culturais como folclore, futebol, cinema, meio ambiente, além de nomes importantes e representativos da saúde no Brasil como Oswaldo Cruz, abordado nessa coleção na revista nº18. Portanto, a Editora já revelava as suas pretensões pedagógicas ao colocar na capa desses artefatos culturais a logomarca com um aviso em letras minúsculas:

²⁵ Trecho extraído do Resumo do Projeto Criança Saudável – Educação Dez

²⁶ Foram produzidas 18 milhões de cartilhas de cada tema na Fase I do projeto Criança Saudável, Educação Dez.

“Educativo – Recomendado para trabalhos escolares”. A série “Você Sabia?” protagonizada pela turma de personagens de Maurício de Souza compreendia entre 2003 e 2006, 42 números²⁷. Em 2006, Maurício de Souza negocia os seus direitos de licenciamento à Editora Panini e a coleção global passa a ser denominada “Você Sabia? Sítio do Picapau Amarelo”, publicando mais 15 números, alguns dos quais de temática idêntica à fase da Mônica.

Adiante, veremos em entrevista a uma das revisoras do projeto uma sutil relação entre o projeto Criança Saudável, Educação Dez e uma personagem da Turma da Mônica que quase entra para essa ação de educação alimentar e nutricional, valendo a citação da outra coleção, agora editada pela Panini a partir de junho de 2007, “Saiba Mais! Com a Turma da Mônica”, após a já mencionada venda dos direitos sobre essas personagens por parte do seu criador e proprietário, Maurício de Souza. No nº 40 desta coleção, publicado em dezembro de 2010, portanto quase cinco anos depois da extinção do projeto, a Magali, como protagonista, conduz histórias na temática da Nutrição. Lembrando que essa nova coleção “Saiba Mais”, da Editora Panini, traz vários números reeditados da coleção “Você Sabia?”, da Editora Globo, que, por sua vez, converte alguns gibis protagonizados pela turma da Mônica, introduzindo neles a Turma do Sítio.

Essa breve exploração sobre as editoras, edições e temáticas na esfera da linguagem quadrinística foi necessária para apresentar a Editora Globo, criada em 1986 no Rio de Janeiro²⁸, como a empresa que dialogou com o MDS e que traz já de longa data no mercado de quadrinhos o tema da alimentação e saúde. Não Maurício de Souza, criador dos personagens das histórias da “Turma da Mônica”, portanto, mas Monteiro Lobato com a sua série primorosa e indelével “Sítio do Picapau Amarelo” foi quem recebeu a tarefa de divulgar conceitos sobre

²⁷ Segundo levantamentos consolidados na página *web* “Guia dos Quadrinhos”. Disponível em <http://www.guiadosquadrinhos.com/titulos.aspx?busca=voc%C3%AA+sabia>. Consulta em maio de 2013.

²⁸ A Editora Globo já havia sido pensada muito antes, mas não podia usar a nomenclatura atual, pois esta já era de propriedade de uma conhecida livraria no Rio Grande do Sul. Assim, foi decidido chamá-la de “Rio Gráfica Editora” (RGE), fundada em 30 de maio de 1952. Somente em 1986 o grupo Roberto Marinho compra a editora gaúcha e passa a ser, então, Globo.

educação alimentar e nutricional junto aos Ministérios.

Segundo [Inf. 02], Coordenadora Técnica de Educação Alimentar e Nutricional do MDS, no período de 2004-2006, em depoimento pessoal,

a iniciativa de cartilhas de EAN na verdade partiu da própria Editora Globo. Na época do Fome Zero, houve o estímulo ao engajamento de diversos setores, privado, terceiro setor, sociedade civil, no programa, tanto por meio de doações de alimentos, de recursos, ou outras atividades. A Editora Globo, por interesse em se tornar empresa parceira do Fome Zero, tomou a iniciativa de escrever e publicar a primeira cartilha de EAN com os personagens da Emília. Esse projeto era denominado Rede de Cartilhas, e essas cartilhas eram vendidas nas bancas por um real, se não me engano. A cada cartilha vendida, um certo número de cartilhas com um papel de qualidade inferior, papel jornal, era gerado para o MESA distribuir gratuitamente como promoção da EAN.

Cabe aqui a observação de Yasbek (2004) sobre o panorama político atual, onde em sua arena, pobreza e desigualdade social têm sido abordadas como matéria filantrópica e de solidariedade social. Para a autora, o avanço do ideário da “sociedade solidária”, sustentando o setor privado parece revelar a construção de um complexo de proteção social que mescla iniciativas do Estado e do Terceiro Setor.

Ainda tecendo comentários sobre a Editora Globo, em 2006, ano, portanto, em que se encerra o projeto Criança Saudável, Educação Dez, a empresa formalizou contrato com o Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA) para a edição de cartilhas que, ao invés de chegarem aos bancos escolares, chegariam aos carrinhos de compra, fazendo parte desta aliança a rede dos hipermercados Extra para distribuição dos exemplares. Entre elas, vale o destaque a duas delas “Emília e A Turma do Sítio – Suco de Frutas” e “Emília e A Turma do Sítio – Qualidade Vegetal”, que foram produzidas pelo Departamento de Inspeção de Produtos de Origem Vegetal – DIPOV (MAPA, 2006). Sobre a revista que aborda o tema do suco de frutas, de acordo com

Ângela Peres, diretora à época do DIPOV, “utilizando a linguagem lúdica e direta das histórias em quadrinhos, o carisma e a brasilidade dos personagens de Monteiro Lobato, este material faz parte de um projeto desenvolvido pelo DIPOV, que objetiva conscientizar e informar os produtores e consumidores sobre a importância dessas bebidas para uma alimentação saudável e a necessidade de garantir produtos de qualidade e dentro das normas de classificação e fiscalização do Ministério da Agricultura” (SÃO PAULO, 2007). Por fim, cabe registrar que em apresentação na Feira “Expo Fome Zero – Brasil Socialmente Responsável”, realizada de 10 a 12 de fevereiro de 2004, no Centro de Convenções do Expo Center Norte, em São Paulo, a Editora Globo apresentou, em meio a mais de 80 empresas, a sua iniciativa junto ao Programa Fome Zero com a produção e distribuição das cartilhas de Nutrição dentro da iniciativa Rede de Cartilhas Educativas, atestando assim, o seu papel de empresa engajada em projetos de responsabilidade social²⁹

Mas o foco da minha abordagem, aqui, serão as cartilhas de nutrição, as quais a partir de agora, mostrarão os proveitos, os entraves, embates e desdobramentos desses artefatos culturais que circularam nas mãos de um público que, no pensamento dos envolvidos na criação da ação, conseguiria modificar práticas e atitudes também de adultos. As histórias contempladas nestes quadrinhos, como já exaustivamente referido, foram desenvolvidas para a “incorporação de hábitos alimentares saudáveis entre crianças e jovens, na perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional”, que não deixa de fazer referência à promoção da saúde, mas que teve também como finalidade a abordagem de temas voltados à “prevenção de uma série de problemas relacionados a uma alimentação inadequada, como obesidade, diabetes, hipertensão arterial, entre outros”³⁰. Vê-se, então, uma prática de educação em

29

http://www.fkmultimidia.com.br/petrobras_ouvidoria/_v6.0/informes_noticias/noticias/noticia_1.html. Acesso em maio de 2013.

³⁰ Trechos extraídos de documento do MDS, sem data, que apresenta 12 páginas, intitulado “Projeto Criança Saudável – Educação Dez – Resumo” e que em seu Sumário traz breve apresentação do projeto, para qual público o mesmo foi desenvolvido, um histórico, investimentos,

saúde que mescla abordagens recentes por trazer mensagens relacionadas a uma educação participativa, considerando a época da sua implantação, na atual perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional, com vistas ao direito humano à alimentação adequada e à soberania alimentar, e, ao mesmo tempo, herdada do passado, com foco preventivista, embora com um direcionamento para as atuais doenças, as crônicas não transmissíveis, e não mais as infectocontagiosas, tratadas em meados de 1900 quando se falava no combate às doenças dentro de uma prática verticalizada e normatizadora de saúde, também com foco higienista. Estamos, então, diante de uma prática que reflete *habitus* herdados e novas abordagens, mas sempre no contexto de competências, que cabe reconhecer nos vários planos. Um deles é o do próprio Monteiro Lobato, que já havia emprestado a sua autoridade às cartilhas higienistas de Almeida Júnior, através da personagem do Saci.

Os cadernos do professor, materiais que acompanharam as cartilhas, trazem para os educadores, no seu conteúdo, sugestões de atividades para sala de aula e mensagens correlatas aos temas das cartilhas com teor científico mais aprofundado, que “estimulariam os educadores a utilizarem as cartilhas com os seus alunos, em sala de aula”³¹.

Para a distribuição dos materiais produzidos os Ministérios contaram também com a parceria da Empresa de Correios e Telégrafos (EBCT), para atender a todos os escolares de 1ª a 4ª série de escolas urbanas e rurais de todos os Estados da Federação. Foram atingidas a cada ano do projeto 140 mil escolas, no total de 18 milhões de escolares e 700 mil professores. O projeto propôs ainda e, *sobretudo*, que uma vez “disseminada a informação em sala de aula, a criança

vigência da ação, resultados obtidos e perspectivas. Como o referido documento faz menção à memória de reuniões nas datas de abril a junho de 2007 e ainda no anexo traz uma Informação Interna de julho de 2007 da Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SESAN) aos Gabinetes de interesse (do ministro Patrus Ananias, da Secretária Executiva Marcia Lopes e da Secretária Executiva Adjunta Arlete Sampaio) é de se presumir que este documento tenha sido construído a partir de agosto de 2007. O documento foi obtido, em fotocópia, numa visita ao Ministério do Desenvolvimento Social, em novembro de 2008. Daqui para frente, será referido como “PCSED – Resumo”.

³¹ PCSED – Resumo: p. 3.

se tornasse multiplicadora do que foi aprendido levando os conceitos para seus familiares e amigos, e assim contribuindo para que hábitos alimentares saudáveis sejam recuperados e que novos possam ser incorporados pela comunidade a qual pertence”³².

Antes de um reconhecimento de áreas e campos de atuação dos profissionais que desenvolveram os materiais, para serem apresentados neste capítulo, e que serão buscados primeiro nos expedientes dos Cadernos do Professor e depois pessoalmente pelas entrevistas, algumas informações de ordem operacional devem ser mencionadas.

O referido projeto foi viabilizado plenamente com recursos financeiros do MDS e somente na fase de sua avaliação, no ano de 2006, feita por uma universidade contratada por meio da Secretaria de Avaliação e Gestão da Informação – SAGI/MDS, que trataremos mais ao final desse capítulo, foram usados recursos externos, no âmbito do Acordo de Cooperação Técnica com a Food and Agriculture Organization (FAO).

Os investimentos para esta ação de educação alimentar e nutricional foram na Fase I, que compreendeu os anos de 2004 e 2005, na ordem de R\$ 6.431.168,00³³ (sendo que R\$ 5.150.000,00 foram destinados para o custo total para a produção e R\$ 1.281.168,00 para a distribuição), totalizando a confecção de 54 milhões de cartilhas e 700 mil Cadernos do Professor. Neste valor não estava incluso o custo do projeto editorial, apenas o da produção gráfica. Na Fase II, que compreendeu os anos de 2005 e 2006, foram investidos R\$ 5.660.827,68 (R\$ 4.083.900,00 para custear a produção e R\$ 1.576.927,00 para a distribuição) para a confecção de 40 milhões de cartilhas e 700 mil Cadernos do Professor³⁴.

Na vigência do projeto que abrangeu o período de 2004 a 2006, o MDS formalizou contrato com a Editora Globo em dois momentos: na Fase I para

³² *Ibid.*, p. 5.

³³ Os recursos utilizados para a produção dos materiais na Fase I foram referentes à programação orçamentária do ano de 2004 e os recursos para a distribuição foram referentes ao exercício 2005. Já, na Fase II, os recursos para produção e distribuição foram referentes à programação orçamentária de 2006.

³⁴ PCSED – Resumo, p. 7.

produção das três primeiras cartilhas e Caderno do Professor, cuja vigência foi de 20/10/2004 a 31/12/2004, na Fase II para a produção das duas últimas cartilhas e o Caderno do Professor que compreendeu o período de 17/02/2006 a 20/08/2006. Os contratos firmados com a EBCT para a distribuição dos materiais também ocorreram em dois momentos: nos períodos de 18/04/2005 a 17/04/2006 (Fase I, tendo as escolas recebido a encomenda nos meses de maio e junho de 2005) e 17/02/2006 a 17/08/2006 (Fase II, sendo que a entrega dos materiais às escolas se deu no mês de junho de 2006)³⁵.

Durante a execução do projeto, desde a sua formulação, os três Ministérios apresentaram mudanças do quadro funcional na passagem da Fase I para a II, mas muitos envolvidos se mantêm, isso porque sua segunda Fase ocorre com a reeleição do Presidente Lula no ano de 2006.

A apresentação dos profissionais e dos setores que cada um ocupou nos Ministérios do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, da Educação e da Saúde está ilustrada, respectivamente, nos quadros 01, 02 e 03 para melhor compreensão das articulações entre os formuladores da ação e suas áreas. A seguir, traço um resumido perfil acadêmico das pessoas que, pela documentação coletada durante a pesquisa, tiveram mais proximidade e envolvimento com o Projeto.

Quadro 01. MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO SOCIAL E COMBATE À FOME (MDS)

FASE I (2004 – 2005)	FASE II (2005 – 2006)
Ministro	
Patrus Ananias de Sousa	Patrus Ananias de Sousa
Secretário Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional	
José Giacomo Baccarin	Onaur Ruano
Diretor do Departamento de Apoio a Projetos Especiais	
Marcos Dal Fabbro	Marco Aurélio Loureiro
Coordenação-geral de Educação Alimentar e Nutricional	

³⁵ *Ibid.*, p. 8.

Ângela Pimenta Peres	Ana Claudia Cavalcanti P. Vasconcelos
Equipe Técnica	
Ângela Pimenta Peres	Ana Claudia Cavalcanti P. Vasconcelos
Sabrina Ionata de Oliveira	Sabrina Ionata de Oliveira
Aline Melo Nascimento	Aline Melo Nascimento
Marianna March Mieto de Sá	Marianna March Mieto de Sá
	Kathleen Sousa Oliveira
	Tatiana Menezes Barros

Quadro 02. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO (MEC)

FASE I (2004 – 2005)	FASE II (2005 – 2006)
Ministro	
Tarso Genro	Fernando Haddad
Secretário de Educação Básica	
Francisco das Chagas Fernandes	Francisco das Chagas Fernandes
Diretora do Departamento de Políticas de Educação Infantil e Ensino Fundamental	
Jeanete Beauchamp	Jeanete Beauchamp
Coordenação-geral do Ensino Fundamental	
Shoko Kimura	Sandra Denise Pagel
Equipe Técnica	
Shoko Kinura	Sandra Denise Pagel
Aricélia Ribeiro do Nascimento	Aricélia Ribeiro do Nascimento

Quadro 03. MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS)

FASE I (2004 – 2005)	FASE II (2005 – 2006)
Ministro	
Humberto Costa	José Saraiva Felipe
Secretário de Atenção à Saúde	
Jorge Solla	José Gomes Temporão

Diretor do Departamento de Atenção Básica	
Afra Suassuna Fernandes	Luis Fernando Rolim Sampaio
Coordenação-geral da Política de Alimentação e Nutrição	
Maria de Fátima C. C. de Carvalho	Ana Beatriz Vasconcellos
Equipe Técnica	
Maria de Fátima Cruz Correia de Carvalho	Ana Beatriz Vasconcellos
Anelise Rizzolo de Oliveira Pinheiro	Anelise Rizzolo de Oliveira Pinheiro
Patrícia Chaves Gentil	Patrícia Chaves Gentil
Dilian Adelaine da Silva Goulart	Dilian Adelaine da Silva Goulart
Kelva Karina N. de Carvalho de Aquino	Kelva Karina N. de Carvalho de Aquino
	Liliane Paula Guimarães de Oliveira
	Michele Lessa Oliveira

**Quadro 04. FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO
(FNDE)/MEC**

FASE II (2005 – 2006)	
Presidente	
José Henrique Paim Fernandes	
Diretor Ações Educacionais	
Daniel Silva Balaban	
Coordenação-geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar	
Albaneide Peixinho	
Coordenação Técnica de Alimentação e Nutrição	
Rosana Lemes Ota	
Equipe Técnica	
Albaneide Peixinho	Lorena Gonçalves Chaves
Rosana Lemes Ota	Janir Guedes

Na fase II, o Caderno do Professor apresenta no seu expediente a

Equipe do Fundo Nacional para o Desenvolvimento da Educação (FNDE) (Quadro 04) até então não mencionado no Caderno do Professor da Fase I.

Esse organograma articulado fornece preciosas informações para a nossa reflexão. Em primeiro lugar, permite verificar que nos ministérios envolvidos nessa ação, eminentemente intersetorial e interministerial, foram envolvidos numerosos profissionais das áreas de nutrição. Em segundo lugar, permite distinguir entre atores que circularam ou circulam entre os dois campos, o científico-acadêmico e o político, e outros que, mesmo tendo formação superior, focalizam a sua atuação profissional em órgãos públicos. Finalmente, é frequente a constatação de que quanto mais alto o cargo assumido, mais curta é a trajetória acadêmica propriamente dita. Mas, o mesmo se pode dizer, vice-versa, para as posições definidas, nas equipes técnicas, de consultores ou colaboradores.

No Ministério do Desenvolvimento Social, estão presentes dois Secretários Nacionais de Segurança Alimentar e Nutricional. José Giacomo Baccarin tem trajetória acadêmica relevante. Agrônomo pela UNESP, mestre em Economia Agrária pela USP, doutor em Engenharia de Produção pela UFSCar, foi aluno, na UNICAMP, de José Graziano da Silva, um dos pais do Fome Zero, sem, entretanto, concluir o curso de doutorado sob a sua orientação. Desde 1980, é professor do Departamento de Economia Rural da Faculdade de Ciências Agrárias e Veterinárias de Jaboticabal (UNESP). Mas, é também relevante a sua passagem por cargos políticos e administrativos. Logo em 2003, esteve no hoje extinto Ministério Extraordinário de Segurança Alimentar e Combate à Fome (MESA) onde foi Secretário Executivo do Programa Comunidade Solidária, herdado do Governo Fernando Henrique Cardoso e que logo seria extinto, justamente para dar lugar ao Fome Zero. Com a criação do MDS, Prof. Baccarin é levado a esse Ministério, onde assume logo a Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Como ele mesmo destaca no seu Currículo *Lattes*, “Coordenou os seguintes Programas Governamentais: Abastecimento Agroalimentar, com dotação de R\$ 179,9 milhões; Acesso à Alimentação, com dotação de R\$ 175,9 milhões; Rede Solidária de Restaurantes Populares, com dotação de R\$ 21,8 milhões;

Educação para Alimentação Saudável, com dotação de R\$ 8,5 milhões e; Banco de Alimentos, com dotação de R\$ 5,6 milhões”. Além disso, também foi Diretor Nacional do Acordo de Cooperação UTF/BRA do Ministério de Desenvolvimento Social com a FAO para formulação da política Nacional de Segurança Alimentar, de que tratarei mais adiante. Constam na sua trajetória, também, o cargo de Prefeito de Jaboticabal (1989-1992) e o mandato de deputado estadual paulista (1995-1998).

O Secretário Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional na segunda fase do Projeto CSED foi Onaur Ruano, engenheiro agrônomo pela UNESP, mestre pela Universidade Federal de Viçosa. Toda a sua carreira de pesquisador desenvolveu-se no IAPAR, Instituto Agrônômico do Paraná, onde chegou ao cargo de Diretor-Presidente e de onde saiu para assumir a SESAN.

No organograma do MDS, abaixo da SESAN encontrava-se a Coordenação-geral de Educação Alimentar e Nutricional que teve, nas duas fases, duas coordenadoras-gerais, Ângela Pimenta Peres e Ana Claudia Cavalcanti Peixoto Vasconcelos. A primeira, agrônoma pela UFMG, mestre em Agronomia pela UFLA, tem doutorado, em 2002, em Ciência dos Alimentos ainda pela Universidade Federal de Lavras e, ainda nesse ano ingressa no Ministério da Agricultura, como Fiscal Federal Agropecuário. Lá, assumiu os cargos de Diretora do Departamento de Inspeção de Produtos de Origem Vegetal e Coordenadora Geral de Qualidade Vegetal. Já, na Coordenação de Educação Alimentar e Nutricional, foi a maior responsável pelos acordos com a Editora Globo que deram a partida ao Projeto Criança Saudável Educação dez, de acordo com os textos dos materiais documentais que me foram fornecidos no MDS.

Perfil bem diferente é o da sua sucessora na CGEAN: Ana Claudia Cavalcanti Peixoto Vasconcelos é professora desde 1990 da Universidade Federal da Paraíba, onde se formou em Nutrição, em 1985. Três anos depois se especializa em Medicina Preventiva e Social. Sucessivamente (1996), termina o mestrado em Saúde Pública na USP. Desde 2004 é cedida ao MESA e, depois da sua extinção, ao MDS, onde trabalha na SESAN e, em seguida (de março de 2005

a junho de 2006) é a Coordenadora Geral de Educação Alimentar e Nutricional. De volta à UFPB, está, atualmente, finalizando um doutorado em saúde pública na Fiocruz, com uma temática de educação nutricional.

Ainda no MDS, as duas equipes técnicas, responsáveis pela implementação do Projeto, compreendem, além das duas coordenadoras, o nome de Sabrina Ionata de Oliveira, graduada em Nutrição pela UnB e Especialista em Consultoria Alimentar e Nutricional pela Universidade Federal de Goiás. Encontramos mais duas nutricionistas na equipe técnica da segunda fase. Kathleen Sousa Oliveira foi formada na Universidade Federal do Paraná em 2000 e obteve o título de Mestre em Saúde Pública pela Fiocruz de Pernambuco, em 2010. Sua passagem pelo MDS durou de 2006 a 2007, ano em que foi cedida ao Ministério da Saúde, onde desempenhou, até 2012, a função de consultora técnica em programas de alimentação e nutrição ligadas ao Bolsa Família. Volta ao MDS em 2012, onde agora dirige a Coordenação Geral de Equipamentos Públicos de Segurança Alimentar e Nutricional.

Já Tatiana Menezes Barros, colega de Kathleen Sousa Oliveira na equipe técnica do MDS, se formou em Nutrição na Universidade Gama Filho de Brasília, em 2001, para depois realizar cursos de aperfeiçoamento e de especialização, na área de Antropologia da alimentação e de Gestão de políticas públicas de saúde, na Fiocruz. Esteve no MDS em duas oportunidades, por breves períodos: em 2006 e em 2009-2010, sempre como consultora técnica.

Nos quadros do MEC que aparecem nos grupos de execução do projeto Criança Saudável, Educação Dez, ninguém tem vínculo acadêmico com o campo da Nutrição. Mas no grupo identificado como pertencente ao Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), aparece o nome de Albaneide Peixinho, na Coordenação Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Ela é formada em Nutrição pela UFBA (1981). De 2001 a 2003 foi Presidente da Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN). Saiu desse cargo para ingressar, no mesmo ano, no FNDE, onde desempenha desde então a função de coordenadora geral do PNAE. Em 2009, conclui o Curso de

Especialização em Saúde e Educação, na UNIFESP, e em 2012, termina o Mestrado profissional em Ensino de Ciências da Saúde, na UNIFESP. Também ligada ao FNDE é Lorena Gonçalves Chaves, nutricionista pela UnB e mestre profissional em Ciências Médicas pela UNIFESP.

Volta-se a encontrar os integrantes do campo acadêmico da Nutrição quando passamos os nomes que, na realização do Projeto, trazem a chancela do Ministério da Saúde. A Coordenação-Geral de Política de Alimentação e Nutrição foi dirigida, na primeira fase, por Maria de Fátima Cruz de Carvalho e, na segunda, por Ana Beatriz Vasconcelos.

Maria de Fátima Cruz de Carvalho teve toda a sua formação na UnB: graduação (1986) e mestrado (1995) em Nutrição. Ela inicia a sua atuação em órgãos públicos em 1985, como inspetora sanitária da Secretaria de Saúde do Distrito Federal. Em 1987, é contratada pelo Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição (INAN) onde permanece até a véspera da sua extinção, em 1994. Em 1995 é cedida pelo Ministério da Saúde à UnB, para atuar como nutricionista, mas, no ano sucessivo, assume a função de professora visitante no curso de Nutrição, com um contrato que vence em 1998. Voltaria à UnB só em 2007, quando é recebida como “pesquisadora associada” pelo Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutrição, que já vimos atuando, em 2011, na construção do *Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas*. O seu órgão de lotação, portanto, é o Ministério da Saúde, onde desenvolve, com intervalos, várias funções e atividades, entre as quais, justamente, a de Coordenadora-Geral da CGPAN (2003-2005). Finalmente, desde 2006, atua junto ao MDS, mas em virtude de contratos com a FAO, como servidora temporária e consultora. Trata-se de uma técnica com ampla experiência administrativa, uma servidora de carreira que tangencia os vários pontos que conformam o campo da Nutrição, no Brasil, desde os anos Oitenta.

Na CGPAN, ela é substituída por Ana Beatriz Pinto de Almeida Vasconcelos, graduada em Nutrição pela UnB em 1979. De 1988 a 2000 ela complementa a sua formação com vários cursos de aperfeiçoamento e

especialização, quase todos na UnB, voltados para as áreas de nutrição e de gestão de políticas públicas. Finalmente, em 2011, conclui Mestrado profissional em Saúde Pública na Fiocruz. Assim, ela era, desde 1981, servidora pública: antes como nutricionista da Fundação Hospitalar do DF (até 1984), em seguida do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Em 2005 é cedida para o Ministério da Saúde, onde coordenaria a CGPAN até 2010. Trata-se também, portanto, de uma servidora de carreira de grande experiência, tendo estado à frente da CGPAN no momento (2005) em que esse órgão, vinculado à Secretaria de Atenção Básica do Ministério da saúde, protagoniza o complexo mecanismo de elaboração do *Guia Alimentar para a População Brasileira*.

Finalmente, as equipes técnicas vinculadas à CGPAN incluem nomes de outras profissionais do campo da Nutrição.

A professora Anelise Rizzolo de Oliveira Pinheiro ocupa uma posição proeminente nesse campo acadêmico. Graduada em Nutrição pela Universidade Federal de Pelotas (1994), Mestre em Saúde Pública pela Universidade Federal de Santa Catarina e Doutora em Políticas Públicas pela UnB (2009). Foi professora da UFPel e agora é docente da UnB, associada, inclusive, ao Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutrição. Sua tese de doutorado é dedicada, especificamente, a uma *Análise histórica do processo de formulação da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (2003–2006): atores, ideias, interesses e instituições na construção de consenso político*. Sua participação no campo das políticas públicas se dá, sobretudo, durante a sua passagem pelo Ministério da Saúde (2003-2006), sempre no âmbito da CGPAN.

Patrícia Chaves Gentil, mestre em Nutrição Humana pela UnB (2006), esteve no Ministério da Saúde entre 2001 e 2010 (no CGPAN) e, desde 2011, está no MDS. De Dillian Adelaine Cesar da Silva Goulart, só se conhece pela Plataforma *Lattes*, a realização do curso de Especialização em Gestão de Políticas de Alimentação e Nutrição, na Fiocruz de Brasília (2009), sendo que a última atualização foi no mês de fevereiro de 2010, entretanto, em nota no artigo “Nutrição em saúde pública: os potenciais de inserção da Estratégia de Saúde da

Família (ESF)”, publicado na Revista *Tempus Actas de Saúde Coletiva*³⁶ em 2008, consta a sua graduação em Nutrição pela Universidade Federal do Paraná e especialização em Saúde da Família pela Universidade Federal de Santa Catarina. Sobre Kelva Karina Nogueira de Carvalho de Aquino, sabe-se que foi consultora do MS desde 1999, mestre em Nutrição pela UnB, orientada por Denise da Costa Coitinho, nome que ocupa posição de destaque no campo, tendo assumido cargos políticos no Ministério da Saúde, no governo de Fernando Henrique Cardoso. A partir de 2004, trabalha na Organização Mundial de Saúde, sediada na Suíça, onde, em 2004, assumiu o cargo de Diretora do Departamento de Nutrição para Saúde e Desenvolvimento.

O último nome dessas listas é o de Michele Lessa Oliveira, nutricionista pela UnB (1997), especialista em Saúde Coletiva, Mestre em Ciências da Saúde (2005) e Doutora em Nutrição (2013) pela mesma instituição. Trabalhou entre 2000 e 2008 no Ministério da Saúde, como consultora técnica da CGPAN. Em 2008, atuou como profissional nacional na área de Alimentação e Nutrição da Unidade de Saúde Familiar e Comunitária, desenvolvendo atividades de “acompanhamento técnico do Termo de Cooperação Técnica em Alimentação e Nutrição entre OPAS e Ministério da Saúde, representação da OPAS em reuniões interagenciais e com o governo brasileiro para o referido tema, elaboração, implementação e acompanhamento de projetos na área”³⁷

Essa longa descrição de alguns trechos das trajetórias de alguns profissionais vinculados à realização do projeto Criança Saudável, Educação Dez³⁸ serve para iluminar as dimensões e as características de uma rede de servidores públicos, alguns dos quais também ligados à docência, que se debruçaram, direta ou indiretamente, sobre o Projeto em questão. A especificidade da participação individual de cada um deles foi objeto de uma parte da pesquisa

³⁶ Pinheiro, A.R.O. *et al.*. Nutrição em saúde pública: os potenciais de inserção na estratégia de saúde da família (ESF). *Revista Tempus Actas de Saúde Coletiva*, v.2, n.1, 2008.

³⁷ Informações obtidas através da Plataforma Lattes.

³⁸ Também, como aconteceu no capítulo anterior, tendo por fonte principal a Plataforma Lattes do CNPq.

empírica que serviu de base a este trabalho, e será abordada no próximo capítulo.

Cabe, agora, retomar o fio cronológico da formulação do projeto, dessa vez pelo viés de alguns documentos oficiais³⁹.

Em 12 de agosto de 2004, Ângela Peres, à época Coordenadora Geral de Educação Alimentar e Nutricional, submete um Termo de Referência a José Giacomo Baccarin, à época Secretário de Segurança Alimentar e Nutricional do MDS. Nele se faz uma sucinta apresentação do conceito de alimentação saudável enaltecendo iniciativas como a Estratégia Global em Alimentação Saudável e criticando as formas equivocadas de comunicação sobre o tema tendo destaques as publicidades veiculadas pela televisão. O documento, em seguida, informa que para a

difusão de hábitos alimentares adequados, o Governo Federal contou com a participação da sociedade civil organizada e de empresas privadas. Nesse sentido foi estabelecida parceria com a Editora Globo, que se responsabilizou pela produção das cartilhas educativas dirigidas ao público infantil tratando do tema Educação Alimentar. Lançando mão da linguagem simplificada das histórias em quadrinhos, nas revistas da Emília e a Turma do Sítio no Fome Zero com o aval da Globo Marcas e da família Monteiro Lobato, a Editora Globo produziu e comercializou “revistinhas”, disponibilizadas em bancas de todo o país. A cada revista vendida, seis cartilhas eram doadas ao Governo Federal. A venda da primeira e segunda edições das revistas, que abordam o que é o Programa Fome Zero e educação Alimentar, permitiram que o governo recebesse 5 milhões de cartilhas, distribuídas para uma parcela das crianças do ensino fundamental. O projeto ora apresentado e a ser implementado em parceria com a Editora Globo e o MDS tem o objetivo de ampliar esta rede de cartilhas já existentes, disponibilizando ao universo das crianças do ensino fundamental das escolas públicas informações acerca da segurança alimentar/educação alimentar utilizando os personagens da Turma do Sítio do Pica Pau Amarelo, criados por Monteiro Lobato. Por meio de cartilhas educativas, produzidas na linguagem simplificada e acessível das histórias em quadrinhos e

³⁹ Obtidos, em fotocópia, durante uma visita ao Ministério do Desenvolvimento Social, em novembro de 2008.

passatempos, as personagens Emília e a Turma do Sítio deverão abordar a importância de uma alimentação saudável baseada em hábitos e produtos regionais aliada à prática constante de exercícios como condições essenciais na formação de cidadãos *bem nutridos, produtivos e felizes*. As cartilhas, ao fazerem isso sob a forma de histórias em quadrinhos divertidas, que comprovadamente tem aceitação e penetração garantidas em todas as faixas etárias por utilizarem uma comunicação basicamente visual, com pouco texto, levarão as crianças a incorporarem naturalmente novos conceitos e procedimentos em relação a seus hábitos alimentares, mostrando que uma alimentação saudável elimina o cansaço, dando maior disposição para brincadeiras e para o estudo. *A conquista das crianças e dos seus professores – através de manuais especialmente feitos para ajudá-los a trabalhar cada uma das cartilhas, levará conseqüentemente à conquista de seus pais e familiares, ampliando o alcance das informações*, contribuindo para que hábitos alimentares saudáveis sejam recuperados e que novos possam ser incorporados para que haja prevenção e combate aos problemas decorrentes da alimentação inadequada como desnutrição, obesidade, diabetes, anemia, etc. O público principal para o recebimento das cartilhas constitui-se de todos os 18 milhões de escolares matriculados nos quatro primeiros anos do ensino fundamental, pois o material utiliza linguagem simples e próxima à utilizada pelas crianças. *As crianças, como “seres em formação”, constituem-se de um grupo estratégico de disseminação de conceitos e políticas de Segurança Alimentar e Nutricional. Além disso, sabe-se que o hábito alimentar se estabelece preponderantemente na infância e esse público é mais vulnerável às campanhas publicitárias*. Assim, justifica-se estimular seu protagonismo junto à comunidade, além de que *essa atuação os tornará adultos com mais consciência crítica acerca da questão alimentar e nutricional*. O outro público a ser atingido neste projeto são os cerca de 700.000 professores do ensino fundamental, que deverão receber manuais construídos para apoio ao trabalho com as cartilhas e demais atividades afetas à Segurança alimentar e Nutricional. Para que se atenda aos objetivos esperados, faz-se necessário a produção e impressão de 3 séries de cartilhas para escolares com temáticas na área de nutrição, por exemplo: “Conceitos gerais de educação alimentar”, “A importância dos micronutrientes na Alimentação”, “alimentação nas fases do ciclo da vida”. Além disso, é importante que essas mesmas temáticas

sejam tratadas nos manuais do professor, ou seja, uma série também de 3 manuais. [...]

Pretende-se que este material atinja todos os escolares do ensino público fundamental e, diante do exposto, haja vista a importância dessas cartilhas como um dos instrumentos viáveis em busca da promoção de uma alimentação saudável, e ainda considerando a interface dessa ação com áreas pertinentes ao MS e MEC, este MDS fará o encaminhamento do material produzido para análise técnica e chancela destes Ministérios. Para viabilizar a distribuição das cartilhas e dos manuais às escolas, o MDS pretende formalizar um Acordo Cooperação Técnica com o FNDE. Em tal acordo, caberá ao MDS disponibilizar em tempo hábil o material a ser distribuído, enquanto o FNDE ficará responsável pela logística do processo de distribuição junto ao livro didático. Tal acordo contará ainda com a participação da Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos (EBCT) (grifos meus⁴⁰).

Trata-se, portanto, de um dos registros de nascimento do projeto, sucessivo em poucos meses ao início da parceria do MESA com a Editora Globo e à extinção do próprio Ministério Extraordinário. Quatro dias depois, 16 de agosto de 2004, o Prof. Baccarin, envia ofício a Lúcia Machado, Diretora da Unidade de Negócios Infantis da Editora Globo, no qual acolhe os argumentos da Profa. Ângela Peres e solicita o posicionamento oficial da empresa:

[...] Acreditamos que seja estratégica a implementação de ações educativas junto às escolas, principalmente as de ensino fundamental. Neste ambiente, as crianças em idade escolar são consideradas público-alvo, fundamentalmente porque o hábito alimentar se estabelece na infância. Além disso, esse público se constitui num grupo estratégico de disseminação de novos conceitos e práticas adequadas de Segurança Alimentar e Nutricional. O sucesso deste empreendimento requer também que o parceiro conte com reconhecida experiência em atividades de comunicação. Visando implementar essas ações propostas vimos consultar-lhe acerca da possibilidade e interesse de sua empresa em participar da execução de projeto para produção e impressão

⁴⁰ Aqui e na citação de outros documentos, grifo trechos que sustentam a discussão dos materiais e dos resultados da pesquisa, a ser desenvolvida no próximo capítulo deste trabalho.

de cartilhas educativas e manuais do professor com temáticas de Educação Alimentar e Nutricional. Para isso, encaminhamos termo de referencia que descrevem os elementos necessários e suficientes para caracterizar o serviço a ser prestado. Se positivo, solicitamos a gentileza de nos remeter, uma proposta técnica contendo informações de sua empresa incluindo: a descrição das atividades a serem desenvolvidas, cronograma das atividades e um orçamento, com especificações dos desembolsos. Ainda em caso positivo, e visando agilizar a tramitação deste processo, também solicitamos que nos envie juntamente com a proposta técnica documentos que atestam a condição jurídica, a qualificação técnica e situação fiscal de sua empresa. [...] (grifos meus).

Imediatamente, no dia 20 de agosto, Lúcia Machado envia ofício para a Profa. Ângela Peres, encaminhando a documentação técnica e fiscal da Editora Globo, o que configura o acolhimento da proposta do Ministério por parte da empresa. Mais quatro dias de intervalo e, em 24 de agosto, Ângela Peres envia “Nota Técnica” ao Prof. Baccarin. Nela, a Coordenadora-geral de Educação Alimentar e Nutricional repete, *ipsis litteris*, as considerações gerais já expostas no Termo de referência do dia 12. Mas acrescenta outras, inclusive de natureza administrativa e orçamentária:

a transmissão dos conceitos de Educação Alimentar e Nutricional, por meio de histórias em quadrinhos da série de cartilhas – Cartilha do Cidadão Fome Zero com Emília e a Turma do Sítio *une as concepções políticas e sociais de Monteiro Lobato a respeito de seu sonho de um país bem alimentado e saudável com o dinamismo das histórias em quadrinhos a serviço da criança e também de jovens e adultos que precisam ser alertados urgentemente para a importância do combate à fome e que a adoção de uma alimentação saudável tem que estar associada sempre à prática de atividade física*. Será realizado um trabalho conjunto envolvendo profissionais de diversas áreas como saúde, educação, ciências sociais e educação física. Estes serão responsáveis pela elaboração do roteiro das histórias em quadrinhos, das atividades, e as matérias que servirão de base

para que editores, redatores e ilustradores produzam as cartilhas. As mesmas deverão estar dentro das especificidades da linguagem direta e visual das histórias em quadrinhos, para divulgar informações em educação alimentar e nutricional, segundo as diretrizes definidas pela Estratégia Global em Alimentação Saudável, Atividade física e saúde da Organização Mundial da Saúde. Entre os conteúdos a serem abordados nas cartilhas estão: “A definição e os princípios da Educação Alimentar”, “O papel das vitaminas e dos minerais na alimentação”, “As funções dos grupos de alimentos: construtores, protetores, energéticos”, “A alimentação nas diferentes fase da vida”, “A importância do aleitamento materno para o desenvolvimento de crianças e adultos saudáveis”, “Higiene pessoal e no contato com os alimentos como condicionantes de uma vida saudável”, “O calendário Agrícola e a importância da água na produção de alimentos”, “A diversidade dos ecossistemas e a riqueza dos alimentos regionais”, “As frutas e verduras das estações”, “A agricultura familiar”, “As tradições e os hábitos alimentares regionais como parte da cultura alimentar e da identidade na nação”, “Alimentação Adequada e atividade física: condições indispensáveis para uma vida saudável”, entre outros. O conteúdo das cartilhas constará no manual do professor, que apresentará como trabalha-la com atividades enriquecedoras, seguindo a transversalidade e a interdisciplinaridade propostas pelos Parâmetros Curriculares Nacionais, para obter o máximo aproveitamento pelos alunos. Exemplos de atividades propostas são: dramatizações, receitas culinárias, montagem de revistas e jornais, oficinas de brinquedos e de culinária, trabalhos de campo, pesquisa, resgate da memória alimentar da comunidade mais próxima e distante, tradições orais e folclóricas, brincadeiras, jogos, etc. Pretende-se que esse material atinja todos os escolares do ensino público fundamental e diante do exposto, haja vista a importância dessas cartilhas como um dos instrumentos viáveis em busca da promoção de uma alimentação saudável e ainda considerando a interface dessa ação com áreas pertinentes ao Ministério da Saúde e da Educação, *todo material a ser produzido será previamente submetido à análise técnica dos ministérios envolvidos no projeto.* Ressalta-se que as cartilhas pautando a temática de Educação Alimentar, que foram doadas ao MDS, já passaram pela análise técnica do MS e MEC, recebendo parecer favorável quanto ao conteúdo. Caberá a Editora Globo a produção editorial das cartilhas, dos manuais do professor que

compreendem a contratação e coordenação das equipes para a realização do trabalho, que terá todas as etapas submetidas à avaliação e aprovação dos técnicos designados pelo ministério. A editora será responsável pela impressão, acabamento, acondicionamento e entrega dos produtos no local indicado pelo MDS. O cronograma das atividades e desembolso detalhado, com valores, encontram-se apresentados no projeto. Abaixo o resumo do cronograma de desembolso:

Contrato de 4 meses, início em 15 de setembro de 2004 e final em 01 de dezembro de 2004

Fases: Entrega da definição do projeto editorial.

Entrega da cartilha e manuais N°1

Entrega da cartilha e manuais N°2

Entrega da cartilha e manuais N°3

Valor: R\$ 5.150.000,00

Segundo a Editora Globo, a fidelidade à obra de Monteiro Lobato é garantida através de supervisão direta da referida editora, dos herdeiros do escritor, e da Globo Marcas, empresa das Organizações Globo, detentora do licenciamento da obra. Isto é comprovado pela Declaração de detentora exclusiva dos direitos de uso e exploração das criações intelectuais de autoria de Monteiro Lobato, anexo ao processo.

De acordo com o artigo 25 da Lei 8666, é inexigível a licitação quando houver inviabilidade de competição, para contratação de serviços técnicos com profissionais ou empresas de notória especialização. Nesse sentido, entendemos que os serviços a serem contratados à Editora Globo por este MDS se enquadram dentro do disposto nesse artigo, pois se caracterizam “inviabilidade de competição”, além do que a referida Editora é empresa pertencente às Organizações Globo, detentora do licenciamento da obra. Desta forma, após a análise desta nota técnica deverá ser providenciada a ratificação da inexigibilidade de licitação e a publicação da decisão ratificadora em cumprimento ao artigo 26 caput.

Conclusão: a proposta apresentada pela editora Globo, que [...] trata da produção de cartilhas para escolares e manuais para os professores do ensino fundamental, atende aos propósitos descritos no Termo de Referência proposto por esta Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional, uma vez que permite a disponibilização aos escolares de informações acerca da segurança alimentar e Nutricional/Educação alimentar e nutricional. A proposta é de abrangência nacional e contempla dois

grandes eixos. Um primeiro eixo diz respeito a informações por meio de cartilhas para escolares de 1 a 4 série do ensino fundamental. Um segundo eixo compreende a concepção, elaboração e Produção de Material Pedagógico destinado a professores, orientadores destes escolares. O resultado das ações desenvolvidas como referido projeto será o estímulo deste público por meio de atividades educativas e de comunicação a adotar hábitos alimentares mais saudáveis, atendendo aos objetivos das ações de educação alimentar e nutricional deste MDS. O presente processo deverá ser encaminhado à Coordenação de Orçamento e Planejamento Estratégico desta SESAN para as providências decorrentes, solicitando à mesma que providencie uma minuta do contrato de prestação de Serviços.

A Nota Técnica, antes de ser encaminhada ao Secretário Baccarin, recebe o “de acordo” do Diretor de Apoio a Projetos Especiais, Marcos Dal Fabbro. Este, por sua vez, entrevistado no contexto da apresentação do projeto, em junho de 2005, declara que "A proposta é que a partir de uma discussão dentro da sala de aula você consiga atingir o núcleo familiar. Uma criança, ao obter informações na sala de aula, entende aquilo como muito importante e acaba levando isso para dentro de casa. Com certeza vai haver uma troca de informações das crianças com as mães, pais e irmãos na refeição, na hora do almoço, ou quando a mãe está preparando o alimento"⁴¹, reforçando, assim, os argumentos de Ângela Peres (e da educação sanitária dos anos Vinte). Em outra reportagem, outra fala dele é registrada: "A Cartilha é destinada a crianças que estão em um período em que ensinamentos importantes são fixados"⁴². Nesse contexto, pode-se dizer que a imprensa brasileira, movida por equipes de comunicação social tanto do governo federal quanto da Editora Globo, será pródiga em cobertura jornalística, na época do lançamento do programa, em junho de 2006. Não sendo possível criar, aqui, um *clipping*, sirvo-me, como registro exemplar, do *release* veiculado pelo próprio

⁴¹ Disponível em <http://www.crmariocovas.sp.gov.br/noticia.php?it=6729>. Acesso em maio de 2013.

⁴² Disponível em

http://www.gestaouniversitaria.com.br/index.php?option=com_content&view=article&id=14477:cartilhas-sobre-nutricao-chegam-as-escolas&catid=1:noticias&Itemid=22. Acesso em maio de 2013.

MDS e retomado por vários veículos:

Estudantes de todas as escolas públicas do País já estão recebendo as cartilhas do projeto “Criança Saudável, Educação Dez”, uma iniciativa do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS). O material - duas cartilhas que trazem os personagens da turma do Sítio do Pica-pau Amarelo, direcionadas a alunos de 1ª a 4ª séries da rede pública de ensino - pretende estimular a sociedade a combater a fome e a adotar hábitos alimentares saudáveis.

O projeto conta com parceira dos Ministérios da Saúde e da Educação, da Companhia Nacional de Abastecimento (Conab), da Editora Globo e dos Correios. São duas publicações que apresentam os temas “O que é obesidade?” e “Alimentação Saudável”. O objetivo é que as crianças aprendam se divertindo com as aventuras da boneca Emília, de Pedrinho, Narizinho, criações de Monteiro Lobato.

“A Estratégia Global em Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde, aprovada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e apoiada por vários países, inclusive o Brasil, reconhece que a alimentação inadequada e a falta de exercícios físicos são as principais causas de doenças crônicas e não transmissíveis. Além disso, elas contribuem para a carga mundial de morbidade, mortalidade e incapacidade”, explica Ana Cláudia Vasconcelos, coordenadora-geral de Educação Alimentar e Nutricional do MDS.

No total, serão distribuídas 40 milhões de cartilhas educativas que tratam do tema, por meio de histórias em quadrinhos. O assunto também é abordado em 700 mil cadernos que serão entregues aos professores, para estimular os profissionais a utilizar o material em sala de aula e junto à comunidade.

O projeto “Criança Saudável, Educação Dez” foi lançado em 2004 quando foram produzidas 54 milhões de cartilhas educativas abordando a questão da alimentação saudável e da segurança alimentar e nutricional⁴³.

Retomando o fio cronológico do Projeto, acompanhando a documentação oficial que o torna concreto, encontra-se um Despacho da Profa.

⁴³ Disponível em <http://www.mds.gov.br/noticias/comeca-distribuicao-de-cartilhas-educativas-sobre-habitos-alimentares-saudaveis>. Acesso em maio de 2013.

Ângela Peres que determina, em 26 de agosto de 2004, a abertura do processo de formalização do contrato entre MDS e Editora Globo. A seguir, a produção textual, artística e gráfica das cartilhas sofre uma forte aceleração, para que elas possam começar a ser distribuída no mês de junho de 2005.

Pouco tempo depois, em 29 de agosto de 2005, é realizada, no MDS, uma reunião para “definir temas para as próximas cartilhas a serem produzidas pelo projeto Criança Saudável, Educação Dez em etapas futuras”⁴⁴. O grupo que participa é pequeno: Ana Claudia Cavalcanti Peixoto de Vasconcelos, Aline Melo Nascimento e Mariana March Mieto de Sá, para a SESAN/ MDS, Dillian Goulart, para a CGPAN/MS, e Lorena Chaves para o MEC/FNDE/PNAE. Todas as pessoas do grupo são nutricionistas, de acordo com o quadro anteriormente apresentado. A que assumi cargo mais alto no ministério, nesse encontro, a professora Ana Claudia Vasconcelos, é também docente universitária. De fato, a discussão gira em volta da renovação temática dos materiais a serem submetidos ao tratamento gráfico por parte da Editora Globo, e aos desdobramentos institucionais do projeto, na iminência do lançamento da segunda fase:

[...] foi apresentada ao grupo uma proposta inicial com 3 temas previamente estabelecidos em função de contatos informais entre os 3 ministérios envolvidos. Foram eles: 1. Alimentação Escolar; 2. Incentivo ao Consumo de Frutas, verduras e legumes; 3. Sobrepeso e Obesidade infantil.

Em torno do tema *Alimentação Escolar* foram levantadas questões importantes, como o cuidado na abordagem das cantinas nas escolas, pois este termo possui mais de uma definição sendo que uma dela incorpora a questão do estabelecimento comercial do tipo “lanchonete” no interior das escolas públicas, prática não permitida pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A ressalva foi bem acolhida e *foi ressaltado que todo o conteúdo das cartilhas será disponibilizado aos 3 ministérios para avaliação antes da sua publicação.* [...]

⁴⁴ Cópia da Memória da Reunião foi obtida em visita ao MDS, em novembro de 2008.

Em relação ao segundo tema houve a sugestão de que fosse incluída alguma questão sobre a utilização integral dos alimentos. Foi sugerido ainda que essa temática [...] fosse abordada de forma transversal [em] três cartilhas ao invés de ser trabalhada isoladamente em uma publicação apenas. A sugestão foi bem acatada e dessa forma foi possível a inclusão de mais um tema para o projeto [...] Anemia [...].

O tema sobrepeso/obesidade foi aprovado por todos [...].

Dessa forma, os 3 temas propostos foram: 1. Alimentação Escolar; 2. Anemia; 3. Sobrepeso/Obesidade.

Houve a sugestão de que as cartilhas tivessem espaço para maior interação das crianças com jogos e desenhos para colorir. Mas, em virtude, do reduzido número de páginas, chegou-se à conclusão de que as sugestões de atividades e jogos estivessem presentes no Caderno do professor, como foi feito na primeira fase.

O representante do PNAE/FNDE propôs apoio na articulação com as Secretarias de Educação, fator relevante para a adesão das escolas ao projeto. [...]

Questionou-se sobre a existência de avaliação da primeira fase do Projeto “Criança saudável, Educação Dez” e foi informado que a Secretaria de Avaliação e Gestão da Informação do MDS possui Plano de Trabalho que visa à subcontratação de Instituto de Pesquisa ou Universidade que avalie a primeira fase do projeto. A previsão é que a investigação seja iniciada ainda este ano.

Como encaminhamentos, os membros se comprometeram a ceder material para subsidiar a elaboração das cartilhas e cadernos do professor (grifos meus).

Menos de um mês depois, no dia 21 de setembro, a Profa. Ana Claudia Vasconcelos envia a Lúcia Machado, da Editora Globo um novo Termo de Referência para o “Projeto ‘Criança Saudável, Educação Dez’ – Fase II –

2005/2006”⁴⁵. Ele não é muito diferente do primeiro, mas evidencia que entre a reunião de agosto e esse ato oficial, algumas decisões devem ter sido tomadas em outras instâncias administrativas. Quando o documento se refere à “Temática do Objeto”, lê-se:

Os temas a serem desenvolvidos nas cartilhas serão:

Edição 1: Incentivo ao consumo de frutas, verduras e legumes: abordando o aproveitamento integral dos alimentos e o combate ao desperdício. Como tema transversal deverá ser abordada a questão das escolhas saudáveis dentro da Alimentação Escolar.

Edição 2: Sobrepeso/Obesidade, enfocando ainda a questão da atividade física e da fome oculta, incluindo a questão da anemia.

O caderno do professor deverá seguir a mesma temática das duas edições, de forma mais aprofundada e com sugestões de atividade, visando subsidiar o preparo de aulas e as dinâmicas em sala de aula, nas diversas disciplinas que compõem o currículo das referidas séries.

Portanto, em reunião do dia 29 de agosto, a Profa. Ana Claudia Vasconcelos e um grupo de jovens colaboradoras representando os três ministérios envolvidos traçaram as diretrizes da segunda fase do projeto. As cartilhas seriam, então, produzidas com base em “material para subsidiar” a sua produção, enviado por representantes dos três ministérios. A comunicação oficial, como já visto, por parte do MDS à Editora Globo, incluindo a descrição temática dos dois produtos sucessivos, se deu no dia 21 de setembro. No dia 27 de setembro, ou seja, depois de apenas quatro dias úteis, a Profa. Ana Claudia Vasconcelos, Coordenadora-Geral de Educação Alimentar e Nutricional da SESAN/MDS envia a Ana Beatriz Vasconcelos, Coordenadora-Geral da Política de Alimentação e Nutricional do Ministério da Saúde, “as cartilhas com personagens da Turma do Sítio do Picapau Amarelo que comporão a segunda fase do projeto

⁴⁵ O material documental foi obtido em fotocópia no MDS, em novembro de 2008.

Criança Saudável, Educação Dez”⁴⁶. Mas, como, em tão curto espaço de tempo a Editora Globo pode aprontar um material novo, acatando sugestões e inserindo “materiais” recebidos dos três ministérios? A empresa já teria um material pronto ou quase pronto? Cabe informar, nesse contexto, que era véspera das eleições gerais de 2006, de forma que os empenhos e a execução orçamentária deveriam ser realizados em prazos muito curtos, em respeito à legislação eleitoral. De qualquer modo, a Profa. Ana Claudia Vasconcelos solicita rapidez ao Ministério da Saúde: “Estas cartilhas serão produzidas ainda no ano de 2005, para distribuição no início de 2006. Desta forma, para viabilizar a produção das mesmas, no prazo estabelecido, solicitamos que as correções sejam enviadas até o dia 5 de outubro do corrente ano [...].

Mas, dia 23 de dezembro de 2005, o novo Secretário de Segurança Alimentar e Nutricional, Onaur Ruano, prepara novo Termo de Referência. O seu teor é quase idêntico ao que havia sido redigido dois meses antes. As mudanças mais relevantes se dão no item II (“Objeto”). Não se fala mais nas quantidades de cartilhas educativas (no termo de setembro eram 40 milhões) e de cadernos do professor (700 mil no documento de setembro) a serem produzidos; e no item V (“Prazo de execução”). Se antes se falava em dezembro de 2005, agora o documento informa que “tendo em vista que o processo de distribuição destes materiais ocorrerá nos meses de fevereiro e março de 2006, a produção do referido material deverá ser finalizada em janeiro de 2006”. De fato, o material documental que denominei de “PCSED – Resumo”, produzido provavelmente em 2007, informa que “na fase II, os recursos de produção e distribuição foram executados na programação orçamentária de 2006” (p. 7).

Em dois anos de funcionamento, o projeto Criança Saudável, Educação Dez não sofreu nenhuma mudança significativa quanto à realização de ações paralelas vindas de apoio governamental. Assim, os múltiplos usos decorrentes desses materiais, por parte dos professores, acabavam acontecendo por vontade e estratégias próprias da escola, dos educadores e dos envolvidos na instituição

⁴⁶ Fotocópia do Ofício foi obtida no MDS, em novembro de 2008.

escolar, sem deixar de considerar as sugestões dadas pelo Caderno do Professor.

No ano de 2006, Kathleen Sousa Oliveira foi contratada como consultora técnica, por intermédio da Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e a Cultura (UNESCO), com o intuito de aprimorar o projeto avaliando os materiais técnicos entregues às escolas sob metodologia qualitativa. Kathleen Oliveira havia acabado de defender uma monografia de especialização (na PUC do Paraná) em Tecnologias Educacionais, na qual desenvolvia uma experiência de “instrução ancorada baseada em vídeo”, de forma que é possível imaginar que possuísse conhecimentos sobre o uso de suportes educacionais diversos, como, por exemplo, revistas em quadrinhos. Dessa consultoria, foram elaborados três produtos⁴⁷ que avaliam o projeto no âmbito dos conceitos e dos conteúdos veiculados pelas cartilhas, além de uma análise sobre a abordagem pedagógica desses materiais. Esses documentos técnicos estão disponíveis na Coordenação-geral de Educação Alimentar e Nutricional - CGEAN/MDS, sendo que um deles serviu de base para a consultora na elaboração de um artigo científico⁴⁸ publicado na Revista Interface no ano de 2008 com o mesmo título do documento. Mas, nesta comunicação a autora explica, em nota na primeira página do artigo, que as considerações tecidas por ela não refletiam necessariamente a interpretação da UNESCO ou do MDS sobre o projeto e seus desdobramentos.

Os relatórios de Kathleen Oliveira apresentam uma avaliação densa e circunstanciada desta ação governamental que pretendeu desenvolver ações de educação em saúde no universo escolar, e indiretamente, mudanças alimentares nos núcleos familiares. De acordo com Oliveira (2008, p.408), embora as cartilhas possam servir como recurso instigante à pedagogia formal, para serem utilizadas como materiais paradidáticos de educação alimentar e nutricional, elas necessitariam sofrer correções conceituais e históricas sobre alimentação e

⁴⁷ Produtos da consultoria técnica de Kathleen Sousa Oliveira, todos publicados no ano de 2006: *Avaliação conceitual do projeto "Criança Saudável, Educação Dez"*. *Avaliação do Material Didático do projeto "Criança Saudável, Educação Dez", ano 2005 - relatório parcial*. *Avaliação do material didático do projeto "Criança Saudável, Educação Dez", ano 2005 - relatório final*.

⁴⁸ Oliveira, K.S. Evaluation of the 2005 “Criança Saudável - educação Dez” teaching material. *Interface – Comun., Saúde, Educ.*, v.12, n.25, p.401-10, abr./jun. 2008.

nutrição.

Esta avaliação para gestão teve, portanto, como fim a produção de informações que contribuiriam para o aprimoramento do projeto, para o melhoramento das condições dadas nesta ação educativa, que deve ser entendida como um processo complexo de organização de práticas voltadas para propósitos assinalados, específicos. Como prática institucional foi uma avaliação que tentou articular a prática científica e técnica e a prática política para fins de produção de práticas sociais em saúde.

Nos últimos cinquenta anos, tem havido uma consolidação progressiva das ações de avaliação como prática de gestão e administração pública, mas esse se configura ainda como terreno indefinido, pois não há um consenso estabelecido sobre o conceito de avaliação, que tem se conduzido pautada em vários enfoques e abordagens, por isso tem estimulado a reunião de um vasto arcabouço teórico, diversas reflexões metodológicas e destaque acadêmico (FERNANDES *et al.*, 2011)

As políticas públicas podem ser vistas como já relatado nos capítulos anteriores como estruturadas segundo ciclos e estágios, podendo ou não ser reorientadas no processo chamado de “*policy cycle*”, por S. Ball, e o processo de avaliação de programas sociais se liga intimamente a esse movimento já que a análise de políticas (de programas, projetos e ações) deveria também se estender à constituição do discurso da política e sobre o entendimento dos profissionais atuantes no contexto da prática voltado para relacionar textos da política à prática. (BALL *apud* MAINARDES, 2006). Isso possibilitaria reconhecer não apenas processos de resistências, conflitos, diferenças, mas também de acomodações e conformismos dentro e entre os espaços da prática e os discursos neles delineados.

Além dessa avaliação de caráter institucional, o projeto Criança Saudável, Educação Dez recebeu, um ano depois, os resultados finais de outra avaliação realizada, dessa vez, por uma equipe externa aos Ministérios, saindo agora do campo político e entrando no acadêmico-científico, cuja finalidade foi

conhecer o impacto da ação educativa entre os sujeitos que dela se apropriaram mais diretamente, os escolares e os educadores.

Essa pesquisa de avaliação sobre o projeto Criança Saudável – Educação Dez foi realizada pelo Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação da Universidade Estadual de Campinas – NEPA/UNICAMP, após aprovação de proposta encaminhada ao MDS em consideração à carta-convite recebida, em dezembro de 2005. A contratação da universidade para a atividade se deu por meio da Secretaria de Avaliação e Gestão da Informação – SAGI/MDS no âmbito do Acordo de Cooperação Técnica com a FAO, que executou um investimento financeiro, na ordem de R\$ 2.160.301,83 através do Projeto UTF/BRA/064/BRA denominado “Apoio à implementação e ao alcance dos resultados do programa Fome Zero”, tendo como um dos objetivos a “implantação do sistema de avaliação da estratégia Fome Zero” voltado para dez ações desse Ministério, entre elas a viabilização da Pesquisa de Avaliação realizada pelo NEPA sobre a eficácia do projeto Criança Saudável-Educação Dez, sendo pago ao NEPA/UNICAMP o valor de R\$ 349.850,00 pela elaboração do produto final (BRASIL. MDS. Relatório de Gestão-2007, 2008).

Um grupo formado por pesquisadores da UNICAMP, da Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP, da Escola Superior de Agronomia Luiz de Queiroz da Universidade de São Paulo – ESALQ/USP e da Secretaria Municipal de Educação de Campinas deu início a essa atividade que objetivou avaliar a eficácia do projeto quanto à sua distribuição, conteúdo e os seus usos, colaborando nessa equipe 37 pessoas⁴⁹ entre pesquisadores, supervisores e

⁴⁹ PESQUISADORES: Prof. Dr. Jaime Amaya Farfan (Coordenador Geral), Prof. Dra. Maria Cristina Faber Boog (Coordenadora Científica), Prof. Dra. Denise Giácomo da Motta, Dra. Maria da Conceição Pereira da Fonseca (até outubro/2006), Prof. Dra. Marina Vieira da Silva, Dra. Miriam Corrêa de Carvalho, Ms. Rosana Maria Nogueira. APOIO TÉCNICO-OPERACIONAL: Nutr. Ana Paula Fioreti e Nutr. Viviane Costa Silva Zaffani. SUPERVISORES DE CAMPO: Ms. Rahilda Brito Tuma, Publicitário Hugo Gimenes de Lima, Ms. Simone Gonçalves de Almeida, Ms. Ana Carolina Franco, Dra. Vanuska Lima da Silva, Dra. Maria da Conceição Pereira da Fonseca, Ms. Roberto Marcílio. AUXILIARES DE CAMPO - REGIÃO NORDESTE: Nutr. Rachel Campos Rocha, Nutr. Gizane Ribeiro de Santana, Soraya Vasconcelos e Cunha, Nutr. Geórgia Elaine de Assunção Costa, Nutr. Débora Cristina Fernandes da Silva. REGIÃO SUDESTE: Rodolfo Russo de Moraes, Nutr. Danielle S. Moroni Braz, Nutr. Ana Paula de Souza, Nutr. Luiz Antônio Freire Toledo, Nutr.

auxiliares de campo que se dedicaram, inicialmente, à construção do instrumento e, depois, na fase de campo, à sua aplicação numa perspectiva etnográfica e analítica (NEPA, 2007).

Diferentemente da primeira avaliação pela qual o projeto passou, a pesquisa de avaliação realizada pelo NEPA, de metodologia qualitativa e quantitativa (própria desse tipo de pesquisa), utilizou entrevistas e questionários semiestruturados junto a 1065 professores e 292 diretores e para os 6154 escolares de 4ª ou 5ª série foi solicitada a elaboração de uma redação, intitulada “Meu último almoço - Ele foi bom para a minha saúde? Por quê?”.

Os resultados alcançados pela pesquisa de avaliação desencadearam um elenco de recomendações aos responsáveis pelo projeto Criança Saudável, Educação Dez, para o seu aprimoramento e adaptação às necessidades específicas de uma ação educativa de âmbito nacional. Dentre elas, que o material tivesse abordagens regionais, que se mantivessem os personagens das cartilhas em materiais futuros, dada a sua magnitude literária, mas que isso não impedisse o desenvolvimento de novos personagens para atender determinadas regiões, que os materiais (cartilhas e cadernos do professor) fossem encaminhados no início do ano letivo com carta explicativa ao coordenador pedagógico, acompanhada de um vídeo que apresentasse a finalidade e os usos dos materiais, que as atividades educativas desenvolvidas pelos professores com o apoio de capacitação se voltassem para a promoção da alimentação saudável, uma vez que as de prevenção de doenças poderiam ser negativamente influenciadas pelas vivências pessoais dos professores e a continuidade do

Viviane Costa Silva Zaffani, Nutr. Ana Paula Fioreti. REGIÃO NORTE: Nutr. Ana Carolina Saraiva Leão, Nutr. Jamilie Suelen dos Prazeres Campos, Nutr. Daniela Lopes Gomes. REGIÃO SUL: Nutr. Janaina Palma de Lima, Nutr. Daniella Guedes Costa, Nutr. Daiana Savi. REGIÃO CENTRO OESTE: Alexandre Rodrigues, Daniela Maria Rodrigues dos Santos. ORGANIZAÇÃO DO BANCO DE DADOS E ANÁLISES ESTATÍSTICAS: Fundação de Estudos Agrários Luiz de Queiroz. ANÁLISE QUALITATIVA DOS FORMULÁRIOS: PLANEJAMENTO: Prof. Dra. Maria Cristina Faber Boog, Ms. Ana Carolina Franco. EXECUÇÃO: Ms. Ana Carolina Franco, Nutr. Ana Paula Fioreti, Publicitário Hugo Gimenes de Lima, Dra. Miriam Corrêa de Carvalho, Ms. Rosana Maria Nogueira, Nutr. Viviane Costa Silva Zaffani. ANÁLISE DAS REDAÇÕES: Prof. Dra. Denise Giácomo da Motta (coordenadora), Ms. Érika Marafon Rodrigues, Ms. Patrícia Carreira Nogueira, Nutr. Adriane Foganholo, Nutr. Marcela Franciele da Silva Nazatto, Prof. Dra. Maria Cristina Faber Boog, CONSULTORIA PEDAGÓGICA: Ms. Stela Maris Fazio Battaglia.

trabalho dentro de um planejamento estratégico regional (NEPA, 2007).

Em publicação científica sobre a avaliação desse projeto na visão dos gestores e educadores, Boog e cols. (2009) concluíram também que, apesar das várias recomendações para o aprimoramento da ação educativa, os materiais foram bem aceitos entre os professores pelo seu caráter lúdico e pela apresentação de personagens de notório reconhecimento no país e integrados à cultura brasileira, além de terem sido utilizados, inclusive, em disciplinas do ensino de Língua Portuguesa. Como veremos no próximo capítulo, os resultados da pesquisa de avaliação do NEPA permeiam algumas falas das idealizadoras/avaliadora do projeto.

Depois do processo de avaliação do projeto, o MDS, em reunião em abril de 2007, com o Ministério da Saúde e o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação concluiu que a reedição das cartilhas de nutrição, da forma como estavam, não configuraria uma estratégia adequada e que ações educativas no espaço escolar devem ser representadas sob a responsabilidade do MEC, e articuladas com as áreas da saúde e do desenvolvimento social ligadas à temática. Diante disso, e pela existência da Portaria Interministerial nº 1.010⁵⁰, publicada em maio de 2006, tendo, portanto transcorrido o espaço de quase um ano até essa reunião, o projeto foi finalizado (PCSED-Resumo, 2007). A discussão sobre esses desdobramentos será feita no capítulo seguinte.

Além dos artigos científicos já discutidos que relatam a experiência do projeto, trago a guisa de discussão nesta pesquisa dois trabalhos acadêmicos culminados em uma dissertação de mestrado e uma tese de doutorado, respectivamente. Intitulada “Currículo cultural das histórias em quadrinhos: Emília e a Turma do Sítio na Cartilha de Nutrição do Fome Zero”, esta pesquisa realizada por Alcântara⁵¹ (2008), traz a análise das cartilhas após o seu uso, como material

⁵⁰ A Portaria Interministerial nº 1.010 determina em seu artigo 6º que “as responsabilidades inerentes ao processo de implementação de alimentação saudável nas escolas sejam compartilhadas entre o Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária e o Ministério da Educação/Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação” (Portaria Interministerial nº 1.010, 2006).

⁵¹ A autora é graduada em Arquitetura e Urbanismo pela Universidade Federal do Ceará, graduada

paradidático, junto a professores e escolares do 4º ano do ensino fundamental de uma escola municipal de Fortaleza-CE. Esta pesquisa apontou que as cartilhas se apresentaram como instrumento pedagógico prescritivo, moldado nas bases da educação sanitária. A tese de doutorado de Detregiachi⁵² (2008) intitulada “Programa de orientação a professores para o desenvolvimento de projeto educativo: efeito na aprendizagem acerca de alimentação saudável” teve como objetivo estudar o efeito do projeto Criança Saudável, educação Dez sobre o conhecimento dos escolares do 1º ao 4º ano sobre alimentação e nutrição. Para essa investigação, a pesquisadora adotou como campo duas escolas públicas de Marília-SP (uma estadual e outra municipal) que não tinham recebido o material educativo do governo, sendo que uma escola teve um nutricionista para orientar tais ações educativas e a outra conduziu as atividades das cartilhas sem a existência de um profissional como previsto no planejamento do MDS. Como conclusão, a pesquisadora afirma que uma ação de educação alimentar e nutricional, no âmbito escolar, aliada a um programa de orientação aos professores que se ocupam desta prática resulta em maior comprometimento da direção escolar e da equipe pedagógica, como também maximiza os resultados gerando mudanças significativas no conhecimento dos escolares sobre alimentação e nutrição.

Ainda no campo acadêmico, o projeto Criança Saudável, Educação Dez esteve presente nos debates de dois Fóruns Permanentes, no tema de Agronegócios, administrados pela Coordenadoria Geral da Universidade- CGU da Universidade Estadual de Campinas.

O primeiro Fórum foi realizado no mês de novembro de 2007. Denominado “Educação nutricional: concepções norteadoras de intervenções”, foi coordenado pelo Professor Jaime Amaya-Farfan e pela Professora Maria Cristina

em Teologia pelo Instituto Cristão de Estudos contemporâneos, mestre em Educação Brasileira e doutoranda pela Universidade Federal do Ceará. Fonte: Plataforma Lattes.

⁵² A autora é graduada em Nutrição pela Universidade do Sagrado Coração, mestre em Educação para a Ciência, Doutora em Educação pela Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita. Fonte: Plataforma Lattes.

Faber Boog, contendo na programação da manhã apresentações voltadas à temática “A experiência do projeto Criança Saudável, Educação Dez”. Participaram das palestras Ângela Pimenta Peres (a Coordenadora-geral de Educação Alimentar e Nutricional do MDS/2004-2005), Lúcia Machado (que à época do projeto foi Diretora da Unidade de Negócios Infantis da Editora Globo), as quais apresentaram a história inicial do projeto, e o Professor Enio Passiani, que se debruçou sobre a pertinência dos personagens de Monteiro Lobato na construção do material didático de educação alimentar e nutricional. O período da tarde foi conduzido por palestras ministradas pelas Professoras Gisela Solymos (“Eu aprendi, eu ensinei” – Protagonismo juvenil), Inês Rugani R. de Castro (“Projeto Culinária, Saúde e Prazer: inovações metodológicas na promoção da alimentação saudável”) e Roseli A. Cação Fontana (“Histórias na mesa: alimentação como compreensão de vida”).

O segundo fórum, “Segurança Alimentar e Nutricional”, foi realizado em outubro de 2008. Na parte da manhã, a palestra de Silvio Manginelli (Vice-Presidente do Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável – CONSEA/SP), trouxe conceitos e histórico da Segurança Alimentar; em seguida, Alline C. Figueiredo (da Agência Nacional de Vigilância Sanitária-ANVISA) abordou o tema legislação de alimentos para lactentes e crianças de primeira infância e, fechando o ciclo das apresentações, a Professora Ana Claudia Cavalcanti Peixoto de Vasconcelos (UFPB) abordou “a Educação Nutricional no contexto da Segurança Alimentar”. No período da tarde, houve uma Mesa Redonda sobre a Avaliação do projeto Criança Saudável, Educação Dez, tendo Viviane Coelho Lourenço (MDS) apresentando o projeto enquanto programa de educação alimentar, em seguida, a Professora Marina Vieira da Silva, contando sobre a metodologia e delineamento amostral da avaliação do projeto, na sequência a apresentação dos resultados quantitativos e qualitativos dessa avaliação, por parte da Pesquisadora do NEPA Miriam Correa de Carvalho, e, por fim, a Professora Maria Cristina Faber Boog mostrou a metodologia adotada e os

resultados das análises das redações⁵³ dos alunos do projeto e conclusões gerais da avaliação do Criança Saudável, Educação Dez que serão, em maior atenção, comentados no capítulo final desta pesquisa.

⁵³ O quinto capítulo desta tese abordará mais em profundidade a construção do método para a pesquisa de avaliação realizada pelo NEPA e os resultados emergidos com o uso de técnicas qualitativas.

CAPÍTULO V. AS VOZES E ARTICULAÇÕES DO PROJETO

Quando eu me dispus à tarefa de compreender a trajetória do projeto Criança Saudável, Educação Dez, busquei reunir não só os materiais próprios que o compuseram: foi também necessário construir um arcabouço teórico e metodológico que me permitisse lançar múltiplos olhares em relação ao meu objeto com o aporte de um artefato cultural, os quadrinhos, para, finalmente, tecer as minhas reflexões sobre o *fazer* nas práticas educativas em saúde voltado a ações intersetoriais de âmbito governamental.

Mas, antes de entrar nas questões centrais e finais desta pesquisa, mesmo sem a pretensão de esgotá-las, devo me valer primeiro dos materiais alicerçadores do projeto abordado: os documentos oficiais e as cartilhas/cadernos do professor, e dos elementos que também embasam a minha análise: as entrevistas e os depoimentos de alguns dos atores institucionais que participaram das várias fases da ação.

Quando decidi, em 2008, desenvolver uma pesquisa sobre este projeto de governo eu me deparei inicialmente com aquilo que mais estaria próximo das minhas coletas e observações, além das próprias cartilhas e cadernos do professor, ou seja, os textos e matérias disponíveis em espaços de acesso remoto e, depois, no espaço físico do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome.

Portanto, os primeiros elementos buscados e localizados, que embasariam a compreensão da formulação e do desenvolvimento do projeto Criança Saudável, Educação Dez foram os seus documentos oficiais. Eles são de diversas naturezas e foram coletados em diversas instâncias: materiais alocados, virtualmente e fisicamente, no governo (memórias e atas de reuniões no Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, relatórios de gestão do Serviço Federal de Processamento de Dados – SERPRO, vinculados ao Ministério da

Fazenda, relatórios de auditoria da Controladoria Geral da União), em jornais de acesso remoto, no acervo Rádio e Televisão Unicamp-RTV e nos Fóruns Permanentes da Unicamp, compuseram o conjunto de textos (impressos e gravados) que apoiaram a fundamentação dessas análises.

A partir dos documentos é possível reconstruir a trajetória institucional do projeto, ou seja, a sua formulação e circulação, dentro e fora da Esplanada dos Ministérios. Nessa perspectiva, é possível também observar a dificuldade de se firmar uma parceria concreta e duradoura para ações interministeriais.

Sobre os desafios e dificuldades decorrentes desde a origem do projeto até a distribuição das cartilhas e cadernos do professor, diz [Inf. 02], Coordenadora Técnica de Educação Alimentar e Nutricional do MDS, no período de 2004 a 2006, em depoimentos por e-mail nas datas de 24 de novembro de 2011 e 13 de junho de 2013:

Foram muitos. A articulação com os Ministérios foi o maior desafio. Foi muito difícil que eles conseguissem se interessar e dar apoio adequado a um projeto que não era de “propriedade” deles. Também foi muito difícil na época, pois havia uma competição grande entre ministérios sobre ações de SAN (Segurança Alimentar e Nutricional) e EAN (Educação Alimentar e Nutricional). Como tudo estava no início, não estava claro quem era o responsável por essas ações, e cada ministério queria desenvolver suas próprias ações. Recursos financeiros também foram um problema, pois muito mais poderia ter sido feito (por exemplo: capacitações, acompanhamento *in loco*, etc.) caso houvesse a possibilidade de financiamento. Mas, a EAN historicamente recebe uma parcela muito pequena dos recursos federais. Outra dificuldade é o estigma sobre a EAN. Profissionais que não são de saúde e nutrição acreditam que apenas enviar cartilhas às escolas é uma ação de EAN adequada e suficiente, quando na verdade existe a grande possibilidade de que o material seja apenas estocado e não utilizado. E, quando utilizado, é difícil saber a qualidade do ensino que está sendo proporcionada se não temos as condições de fazer o acompanhamento *in loco* junto aos professores e alunos, mesmo que em uma amostragem. Isso gera um grande problema, que é o fato de os dirigentes acreditarem que a EAN se resume a apenas publicar material educativo.

Nesse sentido, embora o foco desta pesquisa esteja voltado para a trajetória institucional do projeto e não no seu conteúdo e desenvolvimento na capilaridade escolar alcançada, é necessário afirmar que essa questão da desigual compreensão da natureza e das práticas de educação alimentar e nutricional não é desligada das desiguais atribuições ministeriais nessa ação específica. Ou seja, é muito razoável imaginar que dos três ministérios envolvidos só um representava uma “novidade” na Esplanada, desde que o Ministério da Educação e o da Saúde têm sido, como já vimos desde a proclamação da República, em diversas fases e em formas distintas, os motores das grandes políticas educacionais, sanitárias e, portanto, também, de educação em saúde. O MESA e o MDS, apesar do extraordinário capital simbólico que eles estavam adquirindo, inclusive pela repercussão nacional e internacional de uma palavra de ordem (além de nome de um programa público) direta e eficaz como *Fome Zero*, estavam como recém chegados numa ordem política já com mais de cem anos de história no Brasil. Dentro desses dois ministérios, como parece aludir Sabrina, ainda havia outro grupo de “recém chegados” – os nutricionistas, ainda em busca de um espaço político mais significativo, como vimos a partir da cronologia acadêmica e científica dessa profissão no Brasil.

Assim, para que a questão da efetividade do programa possa começar a ser descortinada, também é necessário abordar, ainda que muito sinteticamente, os materiais concretos que, de fato, viajaram de Brasília para o resto do país: as cartilhas.

Não é propósito de este trabalho analisar em profundidade o conteúdo das mensagens ou conceitos veiculados pelas cartilhas. Por outro lado, não negligenciarei o meu olhar sobre a abordagem educativa representada e desenvolvida por essas cartilhas e pelo manual de orientação destinado ao professor. A realidade desses materiais encontra-se no meio de um discurso contemporâneo de teorias e práticas de educação em saúde, no qual a

participação e o controle popular, se não se fazem presentes ainda em todas as práticas, são destacados em vários textos acadêmico-científicos e publicações governamentais. Os materiais receberão, dessa forma, uma atenção especial, na perspectiva do que e como cada exemplar pretendeu abordar em aproximação com a educação alimentar e nutricional.

É cada vez mais frequente o uso da linguagem das Histórias em Quadrinhos (HQ) em artefatos pedagógicos para veicular mensagens sobre saúde, esportes, artes, meio ambiente, cultura, cidadania, entre outras temáticas. Entretanto, é importante lembrar que o estilo presente nos textos produzidos e editados no país no início do século XX como revistas próprias de HQ tinha características cômicas. Desde esse período até a atualidade as HQs, segundo Franco (2004) esse gênero percorreu fases diversas tendo a sua expansão entre outros meios de comunicação de massa e também como linguagem artística, sofrendo, também, preconceito e discriminação por parte da academia quando foi dada a elas a nomeação de Nona Arte.

Por outro lado, as amplas e eternas temáticas da alimentação e da saúde percorreram, no âmbito pedagógico ou mesmo do entretenimento, quase todos os terrenos das manifestações artísticas. Esses temas estão presentes, metaforicamente ou não, desde a Música, não cabendo aqui enumerar a longa lista de canções, sobretudo populares, que mencionam as duas temáticas. Depois, vêm à sequência as outras artes tradicionais, a pintura, a escultura, o teatro, a literatura, o cinema, chegando as mais recentes: a fotografia, e a chamada Nona Arte, denominada banda desenhada (BD) ou histórias em quadrinhos (HQ), elemento desta discussão. Também não será preocupação neste estudo aprofundar uma reflexão sobre qual terreno artístico conseguiria subsidiar melhor a educação alimentar e nutricional nas escolas, embora não me falte o desejo para isso, sobretudo pelos resultados da minha vivência docente, nos cursos de graduação na área de saúde, permeada por alguns desses elementos nas minhas abordagens pedagógicas, tendo o especial apoio do cinema.

Os quadrinhos provocam diferentes reações no leitor e, por definição, estão relacionados ao humor e à sátira o que, para D'Oliveira (2009), remete a elemento externo, que se situa fora do campo de reprodução de conhecimento, mas dentro do inconsciente, estabelecendo relação com o humor que desencadearia, por vários processos neurológicos, o prazer, e por essa função, a lógica não precisa ser respeitada. Mas, as histórias em quadrinhos têm sido utilizadas também como recursos pedagógicos.

A decisão do governo pelo uso das histórias em quadrinhos para difundir educação em saúde nas redes públicas do ensino fundamental não é necessariamente negativa, mas pelo menos duas observações devem ser feitas: em primeiro lugar, as cartilhas foram destinadas a escolares do ensino fundamental, tendo sido usadas, cabe lembrar, por crianças iniciantes no processo de alfabetização, portanto sem a potencialidade (ou mesmo a existência, o que é bem mais provável) da leitura, até aqueles de 4º ano quando já poderiam interpretar a mensagem combinada de texto e imagens que deverá produzir uma reação no leitor. Além disso, cada cartilha trouxe um contexto muito forte de educação para saúde: portanto foram cinco histórias através das quais se esperava desencadear uma resposta ou várias respostas, uma mudança de prática alimentar ou, em uma esfera maior, uma mudança de comportamento alimentar nos escolares, e, por extensão, nas famílias. Não podemos esquecer que esse tipo de produção textual faz os pequenos leitores, mas não só, entrarem na esfera da aventura com os personagens, em busca também da fantasia, mesclada ao mundo real. Entretanto, nesses quadrinhos o mundo real compreendeu um aglomerado de conceitos técnicos sobre nutrição que só seriam decodificados com o apoio dos educadores, quando estes se apropriassem do Caderno do Professor e quando o material conseguisse o poder da tradução.

A forma como a temática foi apresentada e representada nas cartilhas não facilitou a emersão da natureza cômica dos quadrinhos (própria desta linguagem, pelo menos na produção destinada à infância), e quando havia, esta era efêmera, já que textos de caráter informativo, com dispositivo disciplinar,

pouco convidam à fantasia, desejável para as séries iniciais de aprendizagem. Como veremos logo a seguir, embora os gibis mantivessem as características principais e mais conhecidas dos personagens oriundos da produção literária de Monteiro Lobato, a ênfase das mensagens não se utilizava dos elementos potencialmente mais lúdicos.

As cinco cartilhas da “Emília e a Turma do Sítio no Fome Zero” desenvolvidas para o projeto Criança Saudável, Educação Dez têm a boneca Emília como protagonista e, na maior parte das vezes, narradora das mensagens que pretendem fazer educação nutricional. As cartilhas, no formato de 13,5 cm x 19 cm (denominado na linguagem das HQs como formatinho), impressas em papel jornal, totalizando 15 páginas cada, encadernadas em lombada canoa, apresentam nas primeiras oito páginas uma história de educação alimentar e nutricional, enquanto as páginas sucessivas trazem de dois a três assuntos com textos ilustrados voltados à saúde, nutrição e higiene alimentar, mas não propriamente em quadrinhos.

Na Cartilha *Proteínas e Carboidratos*, a boneca conta a importância dos macronutrientes que fazem a base da nutrição humana (esses entram como título na capa da revistinha). Entretanto, os *lipídios* também são macronutrientes, mas estes, não por acaso, não foram contemplados na capa e entram com o subtítulo “Gordura na medida certa” no corpo do texto, na última página da cartilha, com mensagens que remetem mais a uma ideia perigosa que benéfica deste elemento. Como bem anunciado no campo científico da Nutrição, esse macronutriente pode constituir até 30% do valor energético total diário da nossa dieta, ou seja, ocupando posição mais relevante, em termos quantitativos, sendo que as proteínas não devem ultrapassar 15% das calorias totais diárias, seguindo as recomendações da Organização Mundial da Saúde (2003/2005). Mas se adotarmos as propostas do Institute of Medicine denominadas *Dietary Reference Intake* (2005) para o público de 4 a 13 anos de idade, a recomendação em percentuais de ingestão proteica (10 a 30%) também será inferior à lipídica (25 a 35%), ou seja, o nosso corpo, se sadio, por questões metabólicas, energéticas,

enfim, vitais, não pode prescindir dos lipídios. Não irei debruçar-me nos detalhamentos técnicos das recomendações nutricionais para macronutrientes estabelecidas pela Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), Organização Mundial da Saúde (OMS), Instituto de Medicina dos Estados Unidos (IOM) e outros, para explanar a importância desse macronutriente para o crescimento e desenvolvimento humano ou perfil e percepção de consumo pela população, tão aterrorizada pelos “malefícios” desse item da alimentação. Apenas trago a cultura contemporânea e a visão lipofóbica nela embutida atribuindo às gorduras muitos dos males na sociedade ocidental pelo seu próprio perfil epidemiológico, que não podemos negar ser predominantemente caracterizado pela obesidade, mas esse problema de saúde pública não se restringe apenas a uma determinada ingestão alimentar. A obesidade é um problema de saúde pública complexo e por isso merece uma discussão aprofundada de áreas interdisciplinares que não será desenvolvido aqui neste capítulo. Na história principal deste gibi, “Adivinhe quem vem para almoçar...”, que tem como protagonistas as proteínas e os carboidratos, Dona Benta convida o Coronel Teodorico para almoçar servindo-se todos dos especiais preparos culinários da Tia Nastácia. A refeição apresentada gira em torno de alimentos fontes de proteínas e carboidratos, mesclados a isso os costumes alimentares de cada povo, quase numa aula de nutrição básica. Ainda no decorrer dessa história, a boneca Emília conta uma lenda tupi quando Tia Nastácia menciona o uso da mandioca na culinária. Finalizada a história, as seis páginas sucessivas da cartilha são dedicadas aos cuidados higiênico-sanitários que devemos ter no preparo das carnes e sua relação com a saúde.

A segunda cartilha - *Vitaminas e minerais* - traz a história “Uma aventura vitaminada”. Emília faz uma viagem pelo universo dos alimentos para conhecer as propriedades e os benefícios das vitaminas e dos minerais: o que são e quais as funções que eles exercem no organismo. A intenção da boneca é mostrar que uma boa alimentação garantirá uma vida saudável que permitirá às pessoas brincarem, passearem, estudarem e trabalharem. As páginas sucessivas

da cartilha abordam a importância de um consumo alimentar equilibrado, da alimentação saudável desde a fase gestacional, passando pela alimentação no primeiro ano de vida (aleitamento e as fases iniciais da alimentação sólida da criança), fazendo uma rápida apresentação dos ciclos da vida e dos nutrientes mais pertinentes a cada fase. Encerra a história um comentário sobre a prática de atividade física. Nas duas últimas páginas da cartilha o sal e o açúcar são temas discutidos, mostrando que eles podem ocasionar patologias quando ingeridos em excesso. Entram nessa história expressões que podem ser de difícil compreensão também aos professores, dada a confusão gerada por esse grupo de novos nomes na indústria alimentícia, como a expressão *diet* mencionada em associação a refrigerantes e ao consumo restritivo de açúcares. A confusão está relacionada aos conceitos *diet* e *light*, que para alguns alimentos a composição nutricional não se altera mesmo utilizando os dois termos e para outros há redução de algum nutriente (*light*) em comparação à ausência dele no produto (*diet*).

A terceira e última cartilha da Fase I, intitulada *O que é educação alimentar?*, traz informações de como fazer uma boa alimentação por meio de “Uma reportagem que dá gosto!” onde Emília é a produtora de uma matéria ‘Não é legal se alimentar mal’ para uma tevê comunitária, tendo o Visconde de Sabugosa sempre ao seu lado como *cameraman*. A boneca percorre todo o Sítio apresentando a potencialidade do espaço rural para a produção de frutas, verduras, legumes, ovos, leite e recomendando que “todo mundo deveria ter uma hortinha” no quintal. Além de auxiliar a promover o consumo dos alimentos naturais, sem a interferência da indústria, o Visconde também explica que uma alimentação dividida em cinco refeições durante o dia, a pessoa “não tem vontade de comer fora de hora”. Em dado momento a boneca encerra a reportagem e a história passa a acontecer em outro lugar daquele universo imaginário: a casa da Cuca, que, com a tevê ligada, assiste à reportagem da Emília. Assim, essa figura folclórica na forma de jacaré, montada sobre uma bicicleta ergométrica, dá razão à repórter dizendo que precisa mudar a alimentação comendo só assados e cozidos, pois “estava fazendo ginástica e continuava gorducha”. As páginas

seguintes fazem menção à existência da obesidade e da desnutrição como doenças igualmente preocupantes no Brasil, fazendo contraposição dos alimentos naturais aos industrializados, informando que estes fornecem poucos nutrientes e pouco alimentam as pessoas. A cartilha é finalizada com a ilustração de seis alimentos naturais e a explicação de como os nutrientes neles contidos ajudariam a deixar as refeições mais saudáveis. Além de dicas de preparo e orientações para selecionar o melhor produto no momento da compra, o texto informa os benefícios dos nutrientes para o organismo. Uma escola que promove saúde a partir de práticas desportivas envolvendo a comunidade escolar, mas não só, dificilmente adotará uma bicicleta ergométrica como equipamento esportivo para crianças do ensino fundamental. Além disso, atividade física para escolares deve implicar esporte recreativo, competitivo e depois educativo, também porque sugere participação, como lembram Angelo *et al.* (2009): deve ser realizada pelo prazer e pela diversão, que podem inclusive desenvolver no escolar habilidades psicossociais, as também chamadas Habilidades para a Vida, no âmbito da promoção da saúde e, mais recentemente, das estratégias das Escolas Promotoras da Saúde (ORGANIZACIÓN..., 2003).

A Fase II é composta por cartilhas com os temas *Alimentação Saudável* e *O que é obesidade?*, ambas com o mesmo número de páginas, formato e qualidade gráfica que as cartilhas da Fase I. Para apresentar a temática da alimentação saudável, Emília, na história “As cores da saúde”, agora na posição de espectadora, ouve Dona Benta explicar a importância das cores nos alimentos naturais, enfatizando assim, o consumo de refeições coloridas, uma vez que “carboidratos e proteínas não garantem sozinhos uma boa alimentação”. A ênfase é dada ao grupo das frutas, verduras e legumes. Nesse episódio, entra também em cena a Tia Nastácia que defende o aproveitamento de partes de alimentos que normalmente são desprezadas durante o preparo das refeições e menciona algumas receitas que serão ensinadas por ela na escola com a finalidade de oferecer aos alunos uma alimentação que possa ter o aproveitamento completo dos alimentos. Por fim, a boneca Emília sugere à Tia Nastácia a elaboração de um

almoço bem colorido. As últimas páginas da cartilha falam sobre o desperdício dos alimentos, algumas informações dadas pelos rótulos das embalagens dos alimentos, garantindo o consumo do alimento seguro e finaliza com aconselhamentos breves sobre uma alimentação saudável pondo em evidência um prato completo e colorido e a importância da água e do seu consumo constante.

Na cartilha sobre a obesidade, no episódio “Pedrinho, o grande”, a boneca Emília e Narizinho, ao verem Pedrinho, se surpreendem com a mudança da sua forma física: o menino tinha se tornado obeso, embora não o admitisse. Em certo momento da história, o Visconde de Sabugosa alerta Pedrinho sobre a possibilidade de ficar parecido com o primo Bentinho (caracterizado em uma foto como portador do grau mais elevado da obesidade). Somente após ouvir da sua avó, Dona Benta, o comentário de que o primo não estava apenas “fofinho” (parafrazeando o neto), mas “obeso”, e que tal condição se configurava em doença, porém, controlável com alimentação e atividade física, é que o menino se convence e decide emagrecer. Tal decisão é reforçada quando o menino encontra um rapaz, de corpo atlético, em um lago praticando natação em razão de uma condição de risco à saúde presente anteriormente: o surgimento do diabetes e da hipertensão por um hábito de vida inadequado. Mas, antes Pedrinho havia tentado sem sucesso, por sugestão de Narizinho e Emília, as dietas do abecedário (ingestão a cada dia de somente alimentos que começassem com uma letra do alfabeto) e a dos pulinhos (prática de 100 pulinhos toda vez que tocasse um alimento). Este trecho da história faz menção às várias alternativas dietéticas dadas pela sociedade que não são efetivas e que, sobretudo, não sensibilizam o sujeito que as pratica, entretanto, traz uma abordagem de educação pautada na prevenção das doenças e poucas formas promotoras de saúde foram mencionadas.

Como se vê, a obesidade infantil é um dos temas abordados pelas cartilhas. Sobre isso e sobre a escolha das personagens do Sítio do Picapau

Amarelo, a coordenadora-geral de educação alimentar e nutricional na Fase II, professora [Inf. 03], declara:

E obesidade porque foi unanimidade, estava urgindo mesmo a discussão do sobrepeso, já tinha tido a POF (Pesquisa de Orçamento Familiar), os resultados, toda essa discussão, a estratégia global, enfim, as evidências científicas cada vez mais estavam apontando para a necessidade de trabalhar isso, inclusive nas escolas públicas. Monteiro Lobato por ser um escritor regionalizado, que cria esses personagens que as crianças se identificam, Emília, Pedrinho, ligado com essa relação muito forte com o meio rural e daí seria até mais tranquilo para você trabalhar essa questão da zona rural, de plantar, de alimentação mais natural, valorizar essa alimentação, a agricultura e tudo mais. Monteiro Lobato por isso, pelo papel e pela referência que ele assume na realidade brasileira da literatura.

Pode-se apontar como crítica principal ao Criança Saudável, Educação Dez o seu processo de construção, com participação apenas de alguns poucos técnicos dos três setores envolvidos (pelo que apontam as atas e memórias de reuniões das equipes ministeriais), propiciando um processo de exclusão, contrário à filosofia do programa. Além disso, ou em decorrência disso, parece evidente que as técnicas de comunicação e educação em saúde veiculadas pelas cartilhas foram, na sua maior parte, informativas, não permitindo o fortalecimento da participação comunitária e social.

Em relação a isso cabe uma comparação das cartilhas do projeto com as da *Rede de Cartilhas*, vendidas nas bancas pela Editora Globo e que geravam exemplares de conteúdo semelhante para o governo. As quatro revistas em quadrinhos da *Rede de Cartilhas* trazem, além de narrativas mais longas, numerosos passatempos intercalando as histórias e entretendo mais os leitores, inclusive com atividades que estimulariam a criatividade das crianças e até a compreensão das mensagens. Havia palavras cruzadas, caça-palavras, labirinto,

jogos de palavras, ligue os pontos, quebra-cabeça, diagrama, mensagem secreta, jogo dos sete erros entre outros, sendo que todos eles remetiam a questões alimentares ou do meio ambiente, desempenhando, assim, também um papel educativo. Entretanto, esses passatempos não foram incluídos nas cartilhas do projeto Criança Saudável, Educação Dez.

Sobre isso, a Coordenadora da fase I, [Inf. 04], que articulava o relacionamento do MDS com a Editora Globo, revela:

Eu te confesso que não sei...uma coisa que estou recordando aqui, tínhamos uma limitação também de páginas, até por conta de um custo de uma cartilha dessas, com tantas histórias, queríamos esgotar a temática, então tinha essa limitação.

Ainda em análise comparativa das histórias contidas nas cinco cartilhas do projeto interministerial, uma delas ('Uma reportagem que dá gosto!') é de conteúdo idêntico à história da revista nº2 da *Rede de Cartilhas*, inclusive com o mesmo título tendo sido a história na cartilha do projeto redimensionada através da redução do número de páginas. A Editora Globo criou para o projeto Criança Saudável, Educação Dez quatro histórias inéditas e uma que foi reproduzida da *Rede de Cartilhas*, porém, sem a reprodução do entretenimento, que poderia ser mais eficaz que as próprias mensagens de informação nutricional contidas nos quadrinhos. Sobre essa relação entre a Editora Globo e o Governo Federal, inclusive no tocante aos conteúdos dos materiais veiculados pelo projeto, temos a opinião de [Inf. 02]:

Uma das minhas maiores críticas ao projeto, da forma como ele existiu, é a dependência da Editora Globo. Apenas a Editora Globo tem autorização para publicar os personagens de Monteiro Lobato, portanto o projeto não pode ser feito com nenhuma outra empresa.

Não vejo como sustentável que qualquer política pública tenha tal dependência da iniciativa privada. No caso das cartilhas, em termos de custo, isso foi um benefício, pois os preços praticados pela Editora Globo foram muito inferiores aos praticados pelo mercado. Mas de todo modo, por questão de princípio, nenhuma política pública ou ação de governo deve existir com base na disponibilidade de apenas uma empresa para oferecer o serviço. Esse obstáculo poderia ser superado por meio da elaboração de personagens próprios, por exemplo.

Essa questão remete diretamente à esfera metodológica do Projeto. Como compreender a escolha pelas personagens de Monteiro Lobato, inclusive na versão de propriedade da Editora Globo? [Inf. 04], coordenadora da Fase I, ou seja, do começo do Projeto, declarou, quando lhe perguntei se houve uma metodologia própria, pautada pelas equipes interministeriais:

Não. Eu te confesso que não, uma metodologia específica não. Nós nos pautamos no sucesso da rede de cartilhas. E obviamente no sucesso do interesse que desperta a questão das temáticas levadas por meio das Histórias em Quadrinhos para as crianças. Então, foi por conta disso que avançamos nessa parceria.

Quando a mesma indagação foi dirigida à Coordenadora da Fase II, a professora [Inf. 03] trouxe a sua experiência:

Na verdade o que ocorreu foi assim, quando eles [*a Editora Globo*] mandavam o “boneco” da cartilha, a primeira versão, eles decidiam o assunto e a gente dava as referências. Era mais ou menos assim o procedimento. Nós dávamos várias referências do MDS, referências importantes da área que abordavam aquela temática, desde documentos oficiais do governo até referências mesmo científicas para o pessoal da editora pesquisar, referências

científicas da alimentação saudável, o Guia Alimentar, Alimentos Regionais. O caderno do professor tem as referências, dá uma olhada lá. Eles construíam a primeira versão e mandavam pra gente... A primeira versão, conteúdos e discursos extremamente preconceituosos, inclusive assim, envolvendo a questão de crença e religiosidade [...] Então, essas primeiras cartilhas que vieram, vieram carregadas de muito estigma, de muito preconceito, envolvendo símbolos importantes e deu trabalho.

Diante da mesma pergunta, [Inf. 02] responde:

Nenhuma teoria específica foi adotada, mas houve o cuidado na adoção de linguagem acessível ao público infantil de diferentes realidades brasileiras.

Já [Inf. 01], da equipe técnica da segunda fase como avaliadora do projeto, declara:

Eu não sei se elas se apoiaram em algum modelo... Agora, eu diria, se você pegar o Caderno do Professor e olhar algumas atividades, algumas estão centradas numa problematização, de levar o professor a problematizar e outras atividades não. Então, acho que se a gente olhar essas atividades a gente encontra essa resposta. Eu acho que não teve muito isso não. Eu vi relatos que diziam “se você não comer cenoura você vai usar óculos”. Isso aconteceu por quê? Porque você manda o material, mas ele [o professor] vai usar a televisão, ele vai usar a revista, ele vai usar o jornal e ele vai usar a experiência dele.

Essa primeira apresentação das falas e das reflexões de alguns dos atores envolvidos no Projeto obrigam-me a abrir um breve parêntese, para relatar o andamento da coleta de dados para esta pesquisa.

As entrevistas podem ser percebidas como um procedimento fácil quando comparado a outras técnicas de campo, aparentemente mais trabalhosas, sofisticadas e complexas. Entretanto, cabe assinalar que, diferentemente da técnica automatizada mais avançada de coleta ou observação que possa ser operada por meio de um manual de instrução, cada entrevista é uma entrevista, tendo ainda alguns diálogos a caminho disso e que, ao fim, não chegam a ser... Esta, sem “*vide* instruções de uso” é uma técnica realizada entre e por pessoas⁵⁴: tarefa laboriosa que demanda empenho intelectual, mas também físico, psicológico e emocional, pois, é principalmente desse momento que emergirá o material empírico rico e denso que será colocado a serviço do escopo da pesquisa. E este material está articulado ao modo como o entrevistado vê, vive e analisa o seu tempo, enquanto sujeito histórico e social, enquanto sujeito que conecta relações e redes sociais nas quais, em dado momento, eu entrei como entrevistadora.

As razões que me levaram a considerar este instrumento de coleta de dados na construção da minha pesquisa têm forte relação com a própria construção do projeto, desde a sua formulação até a avaliação institucional. Para tanto, eu me orientei pela parte do expediente no final do Caderno do Professor onde constavam as equipes dos três Ministérios envolvidos. Os nomes selecionados para convite à participação com entrevista nesse estudo foram pensados nos níveis de Coordenação-Geral e Equipes Técnicas das referidas instituições, por serem informantes mais próximos da ação educativa planejada.

Entretanto, num universo de vinte sujeitos envolvidos, direta ou mais indiretamente, no projeto, eu consegui estabelecer contato frutífero com apenas quatro informantes, todas elas do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Com a finalidade de alcançar o maior número de participantes, tentei estabelecer várias situações de contato utilizando e-mails, telefones institucionais e até mesmo convites feitos pessoalmente quando encontrei

⁵⁴ Para análise de dados qualitativos de entrevistas com grande volume de material empírico o uso de *softwares* se justifica e, em alguns casos, se impõe para a sua organização.

algumas dessas pessoas em eventos acadêmico-científicos. Desses encontros apenas [Inf. 03] me concedeu entrevista, sendo que a Coordenadora Geral no FNDE disse ter feito apenas “uma ponta” na construção do projeto e, portanto, dando entendimento de que não seria pertinente a sua contribuição em entrevista à minha pesquisa. Houve ainda outras formas diretas de contato quando tive o apoio de colegas dos sujeitos selecionados para a entrevista que se dispuseram a colaborar encaminhando as minhas mensagens e recados. Em um caso, desisti da busca ao ser informada que uma profissional estava afastada do trabalho por motivos de saúde. A Coordenadora-Geral da política de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde informou em respostas às trocas de e-mails comigo que a sua equipe “participou apenas e tão somente da revisão dos textos das revistas e que tanto o processo de gestão e de execução dos contratos, inclusive no que tange ao conteúdo contratado, coube ao MDS”. A profissional também alegou receio de “passar informações truncadas ou incompletas – decorrido tanto tempo”. Ela ainda acrescentou que houve reuniões das quais a equipe do Ministério da Saúde participou junto ao MDS, “mas já com o processo em andamento”. Outra profissional do mesmo Ministério confirmou a sua participação no projeto, mas apenas “na revisão técnica dos materiais”, e que “não teve tempo de parar para responder”, em função da demanda de trabalho com os processos de final de ano no setor.

A não participação de uma outra pessoa relacionou-se com a sua permanência fora do Brasil, em viagem de trabalho para o Ministério, mas a profissional, gentilmente, respondeu que na sua volta para o Brasil tentaria responder ao meu e-mail, mas a continuidade de diálogos não se concretizou.

Outra profissional, da equipe do MEC, embora presente no expediente dos Cadernos do Professor também foi selecionada para participação com depoimentos, entretanto referiu que no período de 2005 a 2008, época em que ficou na Coordenação do Ensino Fundamental do Ministério da Educação,

participou de outro projeto, de Educação e Saúde e não do referido projeto nesta pesquisa.

Outras profissionais, diversas vezes contatadas por e-mail, não retornaram as minhas mensagens. O silêncio pode ser decorrente de várias situações como o não recebimento das mensagens, a indisponibilidade para participação naquele momento da minha pesquisa ou a omissão pelo fato do projeto ter sido finalizado após duas avaliações (uma institucional e outra externa) que recomendaram ajustes estruturais da sua forma ou também pelo fato de não ter sido um projeto que recebeu holofotes como vários outros alocados nesses três Ministérios ou ainda outros motivos que não cabem aqui ser mencionados. Enfim, as hipóteses são várias, mas não cabe aqui explorá-las. Darei foco aos depoimentos das informantes que, de fato, fizeram parte da minha investigação.

Mas, pela observação anterior, cabe aqui uma discussão sobre equipes técnicas ministeriais citadas no expediente dos materiais e a participação de gestores e técnicos em projetos sociais. Ao que tudo indica, pelos contatos que estabeleci com as pessoas que não deram depoimentos, mas que de algum modo forneceram informações importantes à minha pesquisa, devo dizer que não se deve, sem antes uma investigação aprofundada, confiar totalmente que os nomes presentes no expediente ao final dos materiais produzidos pelos Ministérios tenham, efetivamente, colaborado para a construção de uma determinada ação social, de determinado material, ou planejamento de determinada prática educativa. As equipes estão lá, impressas, expostas, mas não significa que estejam sempre atuantes em todos os projetos, em todos os momentos. As pessoas das equipes se envolvem em outros projetos, outras ações que não são poucas, prova disso são os links que nos direcionam às publicações nas páginas virtuais dos diversos ministérios. As produções são numerosas. Os profissionais estão lotados em setores próprios, específicos, mas, ao mesmo tempo podem atuar em outros, participando de programas e ações sociais, como observado neste caso da minha pesquisa. Percebi que não necessariamente todos os profissionais tenham que contribuir na construção de um determinado material

governamental apenas porque o seu nome foi indicado nos créditos da publicação. Isso tem as suas implicações... Materiais ou publicações que são destinados a um público numeroso, na esfera pública, mais especificamente no universo escolar devem ser pensados, problematizados continuamente e profundamente por uma ampla rede profissional habilitada na temática, mas não só, outros atores dos quais tratarei à frente, e considerando a política atual, devem interagir e, ainda em alguns casos, requerer a articulação de outras áreas do conhecimento, como foi previsto no Criança Saudável, Educação Dez.

O projeto Criança Saudável, Educação Dez, que gerou uma produção de 94 milhões de cartilhas de nutrição voltadas a escolares da rede pública, teve, pelos resultados dessa pesquisa e pela leitura dos materiais documentais, o envolvimento de poucos profissionais dos ministérios, considerando a dimensão do projeto, que exaustivamente se reuniam ou dialogavam mais virtualmente. Dos poucos envolvidos, a maioria estava concentrada no MDS, ministério onde o projeto se criou. Segundo [Inf. 03], do MDS,

as pessoas envolvidas foram os gestores, os mais próximos e diretos, e a equipe técnica de cada setor, representantes do CGPAN [*Coordenação-geral de Políticas de Alimentação e Nutrição*], Ministério da Saúde porque a editora não participou das reuniões. Sempre tinha nutricionista da equipe técnica e eram as mesmas pessoas que sempre iam, a gente dialogava inclusive virtualmente. O envolvimento aconteceu. [...] Para botar essas cartilhas nas escolas foi uma verdadeira operação de guerra do ponto de vista de você operacionalizar 140 mil escolas, zona rural, todas as escolas. [...] E era muita pressão de prazo como tudo no governo... Mas, isso não foi um privilégio dessa ação, todas as ações são assim, principalmente quando você tem um ano eleitoral, aí multiplique isso por mil.

No ano de 2008, dois eventos acadêmico-científicos possibilitaram a realização do meu encontro com duas informantes que deram grandes contribuições à minha pesquisa por intermédio de entrevistas. O primeiro deles

ocorreu no dia 30 de outubro, durante o Fórum Permanente, no tema de Agronegócios, administrado pela Coordenadoria Geral da Universidade-CGU, no Centro de Convenções da UNICAMP, em Campinas-SP, onde a Professora [Inf. 03], após sua apresentação no evento, concedeu-me uma entrevista de cerca de uma hora no mesmo local quando o ambiente se mostrou propício ao diálogo sem interferência de ruídos. O segundo encontro foi com a consultora de nutrição [Inf. 01] no dia 12 de novembro do mesmo ano, durante a minha participação na II Mostra de Alimentação e Nutrição do SUS, organizada pela Coordenação-Geral de Política de Alimentação e Nutrição/Ministério da Saúde. A entrevista, de 1 hora e 15 minutos, foi realizada em uma sala do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, em Brasília-DF.

No ano de 2011, eu consegui a terceira entrevista, cabendo aqui informar que neste entremeio de tempo foram feitas tentativas para contatar os demais profissionais selecionados para possível participação nesta pesquisa, mas sem a obtenção de muito sucesso. A entrevista realizada com a consultora de nutrição [Inf. 02] foi possível através de contatos por e-mail, com o preenchimento de um questionário semi-estruturado enviado por mensagem eletrônica no dia 23 de novembro e devolvido subsequentemente. Ressalvo que o encontro presencial não foi possível em função de esta informante ter se mudado para o exterior. Apesar de a entrevista ter sido feita de modo não convencional, e às vezes não recomendado pelos críticos metodológicos pelo possível surgimento dos ruídos e mal entendidos, eu pude voltar a contatá-la outras vezes, e ela sempre retornou os meus e-mails solícita e prontamente em virtude da abertura de diálogo proporcionada pela entrevistada.

A quarta e última entrevista obtida ocorreu em junho de 2013 quando [Inf. 04] leu a mensagem por email que eu havia mandado, pela última vez, em abril desse ano. Isso aponta que alguns emails não respondidos sobre o aceite na participação da pesquisa não podem ser entendidos como uma recusa a querer

olhar para o projeto, mas por outro lado também não posso afirmar que tenha sido por ruído nas tecnologias de rede.

Os registros sonoros (ainda vivos na memória da entrevistadora) e, também as suas transcrições, são agora materiais empíricos que serão interpretados, ressignificados, questionados e que darão movimento a este último capítulo e às minhas reflexões.

Lidar com fontes orais é também algo desafiador, é trilhar um caminho difícil, pois está embutido nelas, além das questões metodológicas, o uso que delas fazemos quando o que se quer é a mais fiel aproximação dos elementos obtidos ao objeto investigado.

Os depoimentos e impressões das informantes sobre a criação, aplicação da ação nas escolas e avaliação do projeto percorrerão o meu texto ao longo deste capítulo, sendo que as falas emergidas se articularão às reflexões elaboradas.

* * *

Esta minha investigação não pretende apontar os elementos frágeis do Projeto, ou as suas dificuldades de ordem teórica e metodológica. Já abordei, anteriormente, a literatura que se dedicou a essa tarefa, a partir do encerramento do Projeto. As críticas, quando existem, relacionam-se às escolhas (também teóricas e metodológicas) dos pesquisadores que em várias oportunidades se debruçaram sobre o Criança Saudável, Educação Dez.

Mas, como já apontado, o meu trabalho tem por foco a trajetória institucional do Projeto; os seus resultados, portanto, terão de ser lidos no pano de fundo dessa trajetória. Interessa aqui apontar tanto as novidades apresentadas nesta ação quanto, pelo contrário, os elementos herdados de um espaço de tempo

de quase cem anos, considerando os discursos e cenário político e da educação em saúde nos anos 2000, época de sua formulação.

Nesse último aspecto, o das heranças, reitero aqui uma das minhas hipóteses iniciais: o Criança Saudável, Educação Dez pertence, quase por inteiro, a uma trajetória histórica das práticas de educação em saúde que se inicia nos anos vinte do século XX.

De certo modo, a ciência contemporânea, quando dirige o seu foco para as ações de educação alimentar e nutricional (também para além do âmbito estrito do cientista, se pensarmos na esfera das atividades governamentais) tenta, cada vez mais, valorizar a descentralização e vê-se em crise porque as práticas da ciência ao mesmo tempo em que produzem novos objetos (de articulação entre setores, profissionais, de ações e meios para a educação, diretrizes e políticas de saúde), organizam novas formas para referenciar os velhos objetos. E de acordo com Lewin (*apud* Almeida Filho, 1997), a terminologia mais adequada para resumir essa gama de propriedades dada aos objetos de conhecimento é a da *complexidade*.

O projeto Criança Saudável, Educação Dez foi uma ação de educação alimentar e nutricional *complexa* ou, pelo menos, tentou sê-lo. Um ministério que tentou a complexidade em uma ação articulando-se a outros dois para uma proposta multidisciplinar, multirreferenciada pelo caráter diferenciado de seus atores, de seus conhecimentos construídos e de seus discursos, de educação em saúde para escolares. Foi uma ação que parece ter percorrido o caminho contraposto ao da causalidade linear para abordar uma ação com totalidade orgânica, pelo menos no que diz respeito ao bloco composto pelos formuladores do projeto.

A educação alimentar e nutricional, enquanto ação interministerial, poderia ser representada como um processo rizomático que deságua em áreas de conhecimento determinadas, com isso também pode ser entendida, ao que sugere Morin (1991, p.17), como um “tecido de constituintes heterogêneos inseparavelmente associados”, cuja trama envolve “acontecimentos, ações,

interações, retroações, determinações, acasos que constituem o mundo fenomenal”. Tudo isso apresentado sob a forma de “traços de confusão, do inextricável, da desordem, da ambiguidade, da incerteza. Daí, a necessidade, para o conhecimento, de pôr ordem nos fenômenos ao rejeitar a desordem, de afastar o incerto, isto é, de selecionar os elementos de ordem e de certeza, de retirar a ambiguidade, de clarificar, de distinguir, de hierarquizar” (MORIN, 1991, p.19).

Entretanto, a pesquisa que buscava rastrear esses rizomas ou essa complexidade, acabou mostrando um panorama diferente. Um panorama que revelou as dificuldades em realizar ações verdadeiramente intersetoriais e, por isso, também interdisciplinares, mas que não continuou no percurso de aprofundamento para o desenredamento deste elemento complexo no trabalho intersetorial. O depoimento de [Inf. 04] aponta para isso:

Posso começar te contando que o próprio Fome Zero era um projeto, por isso que foi criada uma Secretaria Extraordinária de Combate à Fome vinculada à Presidência da República porque entendia-se e até hoje que essa ação de combate à fome deve ser articulada em todas as esplanadas do ministérios, então nós ficamos vinculados à Presidência justamente para ter esse poder de articular todas as ações que já existiam em todos os ministérios. Porque todos os ministérios estavam, de uma forma ou de outra, envolvidos num processo de segurança alimentar. Foi difícil? Muito. Porque as vaidades entre os entes governamentais são muitas, existem Portarias delegando algumas atribuições só para algumas instituições, alguns ministérios que não deixam de ter interface com outros ministérios. Quando nós aventamos essa possibilidade de fazer toda essa ação com a rede de cartilhas, levando esses conceitos de educação alimentar, claro que nós fomos muito questionados principalmente pela Saúde porque tinha uma Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição, envolvendo o setor privado, uma editora com uma visibilidade ampla, isso aí trouxe um certo desconforto, *eu, não sendo nutricionista*, tendo que tratar com um grupo de nutricionistas também, *tive muita dificuldade com isso*, porque eles imaginavam que o MDS tinha que trabalhar só com a questão quase de distribuição de alimentos porque não tinha esse conceito muito

claro do que era essa política de segurança alimentar que envolvia todos os ministérios e que envolvia todo um trabalho de articulação. O MESA ia ser basicamente um ministério articulador com recurso para fazer algumas ações para pautar essa temática forte no começo do governo Lula. Tivemos a dificuldade tanto com o MEC quanto com o MS, para envolver o MS não foi fácil para eles terem essa clareza, porque tradicionalmente eram acostumados a construir marcos e diretrizes, então, *uma ação com uma agrônoma encabeçando...* foi difícil. Até a própria construção do plano de combate à obesidade, que eu também participei, que a Patrícia Gentil encabeçou pelo MDS, teve toda uma dificuldade porque a Saúde também entendia que era uma ação que a Saúde tinha que levar a cabo. Eu tenho a clareza de que a política de segurança alimentar envolve ações interdisciplinares e eu tenho a certeza de que somente um ministério encabeçando essa ação não conseguiria mostrar o quão rica seria a construção conjunta de ações que levariam a uma implementação de uma política eficiente. Tampouco eu acho que somente o governo daria conta. Hoje que eu estou na iniciativa privada eu vejo a importância da sociedade civil e da iniciativa privada estarem juntas com o governo, de estar implementando políticas públicas. É desafiador essa questão de trabalhar com vários ministérios. Mas, eu tenho a clareza de que isso não pode ser liderado por um ente do governo porque são *ações interdisciplinares e transversais* e somente com essas ações é vamos conseguir avançar nessa política de Segurança Alimentar.

[Inf. 02] reforça:

A dificuldade na articulação com outros ministérios também foi um impedimento para a continuação do programa, bem como a falta de recursos humanos e financeiros para que se pudesse acomodar tanto editais quanto o CSED [Criança Saudável, Educação Dez]. [O projeto foi interrompido em 2005. Por quê?] Por uma série de razões, a principal delas sendo mudanças no funcionamento dos projetos de EAN [Educação Alimentar e Nutricional]. Conforme falado anteriormente, o CSED surgiu de uma parceria anterior e evoluiu para uma ação de governo. Mas, em um certo momento, o MDS considerou apropriado que a EAN

se focasse para as próprias ações e programas do MDS, seguindo diretrizes internas de funcionamento. Por exemplo, grande parte dos programas atuava por meio de editais, fomentando o desenvolvimento local e regional de ações de diversos tipos. Isso incluía cozinhas e hortas comunitárias, bancos de alimentos, restaurantes populares, cisternas e outras ações. Estava claro que essas ações precisavam de um componente de EAN forte, e que esse papel devia ser desempenhado pela CGEAN, em conjunto com as áreas técnicas de cada um desses projetos. A partir de então, a CGEAN passou a também funcionar por meio de editais, fomentando projetos de EAN nos níveis local e regional, em sua maioria relacionados a outros programas do MDS.

De fato, a partir do ano de 2007, o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, por intermédio da Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SESAN, torna público o referido Edital com critérios para seleção de propostas estaduais visando à transferência de Recursos para Apoio a Projetos em Educação Alimentar e Nutricional. Os editais desse ano estão direcionados a ações que apoiam propostas estaduais visando à transferência de recursos para o apoio a projetos em Educação Alimentar e Nutricional (Edital Nº06/2007) e que também envolvam Equipamentos de Segurança Alimentar e Nutricional (Edital Nº12/2007) e contemplem Áreas de Desenvolvimento Territorial (Edital Nº 7/2007)⁵⁵. No ano de 2008, apenas um Edital é lançado por este Ministério (Edital Nº 02/2008) que selecionou propostas, como no ano anterior, visando à transferência de recursos para apoio a projetos em educação alimentar e nutricional.

Já em 2009, são lançados dois Editais (Edital 02/2009 e Edital 07/2009) sendo que o primeiro deu apoio à seleção de projetos de educação alimentar e nutricional a serem desenvolvidos em equipamentos públicos conveniados, contratados ou co-financiados pelo MDS (Bancos de Alimentos, Restaurantes

⁵⁵ Para conhecer os proponentes habilitados, aqueles não habilitados e os respectivos itens não atendidos em todos os editais verifique a página do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome no campo “Segurança Alimentar” e em seguida “Editais”: www.mds.gov.br/segurancaalimentar/editais/editais-antiores.

Populares, Cozinhas Comunitárias e Centros de Referência em Assistência Social – CRAS), e o segundo voltado à seleção de projetos de educação alimentar e nutricional articulados a programas voltados também à Segurança Alimentar e Nutricional, como o Programa de Aquisição de Alimentos, trabalho com povos e comunidades tradicionais, capacitação de agentes sociais como multiplicadores em SAN, Programa Bolsa Família, Programa de Agricultura Urbana e Peri-urbana entre outros.

Em 2010, não é lançado nenhum Edital que explicita, de modo específico, a Educação Alimentar e Nutricional. Há menção à Segurança Alimentar e Nutricional no Edital 01/2010 que dá apoio a projetos que visem à capacitação de conselheiros estaduais, distrital e municipais para a integração ao Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional e analisar o estágio de implementação do Sistema nas três esferas governamentais. A partir do ano de 2011, o MDS não lança mais nenhum edital específico sobre Educação Alimentar e Nutricional pela análise das publicações postadas na página desse ministério. Vale lembrar, entretanto, que estamos no começo do primeiro mandato de Dilma Rousseff, fora das balizas temporais do governo Lula, que foi o eixo aglutinador das várias políticas, programas, projetos e ações que estamos observando e compreendendo. Além disso, 2011 marca também o começo da reflexão política, teórica e metodológica que, brevemente, dará como resultado *o Marco de Referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas*, o documento que permitirá repensar a experiência recente dos últimos oito anos.

Cabe dizer, também, que a análise dos Editais lançados pelo MDS após o encerramento do projeto Criança Saudável, Educação Dez não pertence à discussão desta pesquisa, mas mereceria um estudo a parte, pois essas ações não emergem por acaso, mas sim de resultados de ações passadas, como mencionado já por algumas informantes desta minha investigação. Os editais são rizomáticos e apresentam tendência a um chamamento cada vez maior para o envolvimento de outros atores que não só os atuantes em esfera federal. Nesse sentido, creio que a multiplicação ou, pelo menos, o aumento quantitativo dos

atores envolvidos (com a interveniência, portanto, de sujeitos locais) também se traduz num salto de qualidade significativo na efetividade dos programas e dos projetos.

Embora o MDS tenha caminhado para a construção de editais voltados a projetos de Educação Alimentar e Nutricional, pela breve análise do conjunto dessas ações, é possível entender que as áreas tradicionais dentro desse ministério recebem mais atenção que as políticas mais propriamente definíveis como de educação em saúde. De fato, desde 2005, os Editais voltados aos Restaurantes Populares são tão frequentes quanto os relativos a outros programas como Agricultura Urbana e Peri-urbana, Banco de Alimentos, Cozinhas Comunitárias, Cisternas e Programa de Aquisição de Alimentos (PAA). Editais para esses programas vêm perdurando tendo a observação dos últimos editais pesquisados, até o ano de 2013.

Mas, ao lado desses elementos de novidade, tendo as críticas por algumas das pessoas que participaram do Projeto, destacam-se características que remetem a outras etapas da trajetória das práticas de educação em saúde no Brasil, que marcam a herança nas práticas contemporâneas.

Em primeiro lugar, o próprio instrumento adotado – a cartilha, com a utilização da linguagem das histórias em quadrinhos, inclusive com a intervenção de personagem que se relacionam diretamente com o imaginário do folclore, por sua vez atrelado ao mundo rural, supostamente identificável com as categorias da simplicidade, da espontaneidade e da saúde pelo viés da natureza. Essa escolha também implica em outra, agora de viés ainda mais pedagógico – a ideia pela qual ao atingir crianças, se atingiriam também os adultos, através das famílias dos escolares. Estamos diante de um entendimento muito tradicional do ensino, ainda que se utilize de uma ferramenta lúdica.

Aqui é necessário dar continuidade à minha escolha metodológica e ouvir, antes, as vozes das pessoas envolvidas no Projeto. Segundo [Inf. 01], da equipe técnica do MDS, as escolhas iniciais do Projeto foram provavelmente equivocadas.

[*Por que a temática da linguagem / literatura? Por que Monteiro Lobato?*] Eu vou trabalhar em termos hipotéticos porque eu não estava na criação do programa. Uma das possibilidades da linguagem em quadrinhos é porque é uma linguagem que atrai as crianças; uma outra coisa que a linguagem em quadrinhos possibilita é que a criança não precisa ser alfabetizada necessariamente para ela entender. A leitura pode se dar por imagens. A criança faz a leitura da imagem, não necessariamente da conversação que está correndo. Então, você escolher o formato de quadrinhos para as crianças é interessante porque elas estão em processo de alfabetização. Então, se a história é bem construída, é pensada tanto na parte da linguagem de imagem quanto na linguagem dos diálogos, para a criança que já lê, prende a atenção na leitura, não é uma coisa cansativa, chata e para a criança que não lê ainda, ela tem a possibilidade de fazer a leitura da imagem, e depois claro, na sala de aula, ela pode fazer com o auxílio do professor. E para um adulto a mesma coisa: um adulto que não saiba ler pode fazer a leitura de imagem, tentar pela imagem construir um conceito. Isso nos termos de linguagem quadrinística, mas aí lá no artigo⁵⁶ eu mostro que ela não atinge esse objetivo. A proposta do projeto era o quê? Você tem a revistinha em quadrinhos, mas você vai ter o trabalho do professor, que vai ler com as crianças. Mas, de qualquer maneira, a criança tem que se sentir atraída, a imagem tem que falar para ela mesmo que o professor trabalhe. Ele conta, a criança vê a imagem e ela associa. Essa é a ideia do quadrinho. E isso não necessariamente aconteceu no projeto porque têm histórias em que você tem a imagem, você tem a escrita, mas não há essa relação. Porque é difícil, são conceitos abstratos para uma criança, trabalhar vitamina e mineral... são coisas que para criança de cinco anos que ainda não teve química... são conceitos abstratos. Como é que você traduz isso? Então, tem que ter um certo cuidado nessas transformação da linguagem. Agora Monteiro Lobato, eu tenho a minha crítica a essa escolha. Monteiro Lobato tem uma literatura preconceituosa que exclui o negro, inclusive é dele o "Fim do mundo" quando um presidente negro é eleito. Não é que as pessoas, todos os professores do Brasil têm que saber isso, nem

⁵⁶ Oliveira, K. S.. Avaliação do material didático do projeto "Criança saudável: educação dez", ano 2005. *Interface* (Botucatu), Jun 2008, vol.12, no.25, p.401-410.

todo mundo sabe, mas o formulador do programa tem que ser consciente disso. Em nenhum momento os personagens negros que são tio Barnabé e a tia Anastácia trazem conceitos de alimentação e nutrição. Então, em relação a Monteiro Lobato, teve essa escolha por ser de um autor popular, e na época se você for ver historicamente, na época o Sítio do Pica Pau Amarelo estava reiniciando as suas apresentações na televisão, então, tem toda aquela coisa, do contexto que estava acontecendo da história desses personagens. Mas, acho que faltou uma visão um pouco mais crítica em relação aos personagens, tem a questão do saci pererê que nem aparece muito nas cartilhas, mas tem... Porque se você for atrás das origens mitológicas mesmo, é no Brasil que o saci pererê se torna negro e com características de ser mau, só que se você for procurar tem o Iaci Pererê, que é a origem, na Argentina, e aí ele tem o cabelo prateado, ele tem outras características, ele também tem um pouco da característica de travessura, mas ele não tem o efeito perverso. E tem um historiador que diz que o Iaci foi transformado na literatura brasileira na época dos escravos fugitivos. Então, os escravos que fugiam tinham toda uma analogia com o Saci Pererê. *[Não houve nenhum convite a algum profissional ou pesquisador que trabalhasse diretamente com a literatura de Monteiro Lobato para ajudar na compreensão do pensamento desse escritor na construção desse quadrinho adaptado para a saúde?]* Eu sei que por parte do MDS não. Agora não sei se a fundação Roberto Marinho... talvez, até para você fechar a sua pesquisa seja interessante você entrevistar alguém da Fundação Roberto Marinho, tem a Lúcia Machado, que é uma referência, ela uma boa pessoa.

Como já foi informado, o contato com Lúcia Machado não foi possível, mas a pessoa que, no MDS, mais se relacionou com a Editora Globo, no começo do Projeto, foi [Inf. 04], que revela:

Eu me reuni com alguns desenhistas e algumas pessoas ali da equipe de criação para que eles pudessem entender os conceitos que a gente queria e depois a gente fazer toda a parte de correção, e alterava, mandava para eles, claro se fosse uma coisa

muito técnica que a gente queria colocar na boca dos personagens ali, eles davam algumas sugestões para ficar numa linguagem mais acessível e a gente ia trocando várias ideias, era um processo de construção.

Mas esse último aspecto, agora, precisa ser atrelado à questão mais geral que envolve a articulação entre o governo federal e um setor da chamada “sociedade civil” - neste caso, mais precisamente, uma empresa do porte da Editora Globo. É ainda [Inf. 04] que fornece os primeiros esclarecimentos:

Quando nós começamos o Fome Zero, dentro do MESA, nós recebemos uma série de empresas que queriam, de uma forma de outra, ou expor para o ministério as ações de responsabilidade social ou fazer doações pontuais ou até receber dinheiro do governo para construir projetos para colocar à disposição. Um dia eu estava trabalhando nessa articulação, o ministro Graziano recebeu a Lúcia Machado, da Editora Globo⁵⁷, e mais um grupo de duas pessoas com ela, mas não eram da editora. E a editora foi se colocar à disposição para fazer algumas ações e como a editora tinha essa linha infantil muito forte... E o Graziano me chamou para ver o que poderíamos fazer. Foi uma conversa de mostrar o que era o Fome Zero e ela de mostrar o que era o da Editora. Nessa ocasião, eu nem estava na área de EAN, um outro técnico estava à frente da EAN, de uma outra secretaria inclusive, mas ele não foi chamado nessa reunião porque o ministro entendia que seria uma ação privada, uma ação de responsabilidade social. Enfim, comecei a trabalhar com Lucia, mandei um e-mail a ela e ela me retornou, marcamos algumas reuniões e começamos a trabalhar dentro de algumas possibilidades. Então, com essa troca de e-mails a gente evoluiu para uma construção conjunta dessas ações, nisso o ministério mudou, nessa mudança eu já tinha ido para a Coordenação Geral de EAN e já comecei a articular isso aí. Vimos que não seria interessante trabalhar com Maurício de Souza por conta de algumas limitações, pois queríamos colocar toda essa

⁵⁷ À época, Lúcia Machado era “diretora da Unidade de Negócios Infantis” da Editora Globo.

questão da produção de alimentos até chegar à questão nutricional. Começamos a trabalhar com a turma do Sítio, claro eles não cobraram royalties, fizemos, então o contrato, mas um dos problemas é que não bastava somente produzir as cartilhas, um gargalo grande é a questão da distribuição dessas cartilhas e para termos a certeza de que isso aí iria chegar até as escolas. Então, fizemos toda uma articulação com o FNDE, enfim, como colocar isso aí dentro do livro didático, que é um dos maiores programas hoje mundiais de distribuição de materiais educativos, então nós colocamos a distribuição dentro do livro didático. Outra coisa que percebemos, não bastava somente levar as cartilhas para as crianças, os professores deveriam ter também um material ali instrucional, claro tudo isso foi construído com o apoio do MEC, com o apoio do MS e com o apoio das técnicas do MDS. Então, a gente mostrava todo esse conteúdo para os ilustradores tudo o que a gente queria, pensava como colocar aqueles conteúdos numa linguagem bem acessível, bem didática para as crianças como colocar o conteúdo de vitaminas, como desmistificar isso aí. O que são proteínas, o que são vitaminas, o que são sais minerais? Colocar isso aí numa linguagem interessante. Tudo isso eles construíam, mandavam para gente, a gente manda para o MS, especialmente para a Coordenação de Políticas de Alimentação e Nutrição, eles mandavam de volta, o MEC também analisava, enfim, foi um trabalho construído a muitas mãos. Além disso, os conteúdos dos professores. Depois de impressas essas cartilhas, elas eram enviadas onde essas empresas empacotavam o livro didático e eram mandadas via correio para todo o país. Então, teve a participação forte da empresa dos Correios.

Nesse sentido, revela-se um aspecto da interministerialidade que remete principalmente à logística das cartilhas e não ao seu conteúdo. Até o momento, as análises e os questionamentos estiveram debruçados sobre as cartilhas de Nutrição na forma de Histórias em Quadrinhos, entretanto, o Caderno do Professor da Fase I e da Fase II também merecem atenção. Neles, as mensagens de cunho mais científico também eram articuladas entre equipes dos ministérios e a Editora Globo era responsável pela organização do texto, tendo sempre a revisão das equipes ministeriais.

O Caderno do professor, diferentemente das cartilhas, é confeccionado em papel de melhor qualidade, couché, no tamanho 21 x 27 cm, encadernado em formato de lombada canoa. Os textos trazem conceitos teóricos sobre os mesmos temas abordados nas cartilhas, tentando o exercício de uma linguagem, embora científica, mais próxima do seu público alvo: os professores do ensino fundamental da rede pública. Entretanto, algumas terminologias são complexas e a sua explicação nem sempre elucidaria o seu significado, porque poderia se correr o risco de agregar outros termos técnicos usados no campo da saúde. Mas, como aponta a pesquisa de avaliação realizada pelo NEPA, a grande maioria dos educadores considerou o Caderno do Professor como “ótimo” e “bom”, nos aspectos: linguagem, ilustrações, sugestões de atividades e conteúdo.

Depois da abordagem explicativa, o material sugere logo em seguida uma atividade pedagógica que recebia a indicação sobre qual disciplina desenvolvê-la. As sugestões para as atividades são bem diversificadas podendo ampliar as formas de problematização da questão alimentar. Elas envolvem pesquisas de fotos e ilustrações, rodas de conversa com ludicidade, pesquisa de campo com entrevistas, encenações rápidas, desenhos e colagens, preparações culinárias envolvendo o setor de preparo de alimentos da escola com seus funcionários entre outras sugestões.

O Caderno do professor da Fase I, que apresenta 50 páginas, apoia o trabalho com os escolares que receberam as três cartilhas iniciais: “O que é educação alimentar”, “Vitaminas e Minerais” e “Proteínas e carboidratos”. O sumário da primeira cartilha contempla os capítulos: 1. *Entenda o problema alimentar do Brasil*, 2. *O que é ser saudável?*, 3. *A origem dos alimentos*, 4. *Cultura alimentar*, 5. *Composição e classificação dos alimentos*, 6. *Higiene e aproveitamento dos alimentos* e 7. *Como e por que se alimentar bem*. A segunda cartilha traz os capítulos: 1. *Alimentação nas diferentes fases da vida*, 2. *Nutrientes que não podem faltar*, 3. *Vitaminas e minerais: da terra para o alimento*, 4. *Alimentação saudável o ano todo* e 5. *Açúcar, adoçantes e sal*. O sumário da última cartilha apresenta: 1. *Alimentos com proteínas*, 2. *Alimentos com*

carboidratos, 3. Gorduras, 4. Diferentes hábitos alimentares e 5. Consumo consciente.

O Caderno do professor da Fase II, com 34 páginas, que deu suporte às cartilhas “O que é obesidade?” e “Alimentação saudável”, traz na capa a imagem dessas duas cartilhas e a indicação das disciplinas que poderiam desenvolver os conteúdos dessas temáticas, assim como no Caderno da fase I.

A parte do sumário relacionada à cartilha “O que é obesidade?” contempla cinco capítulos: 1. *Excesso de peso é um problema*, 2. *Alimentação inadequada é o começo*, 3. *Doenças relacionadas à obesidade*, 4. *O que fazer para ficar com o peso ideal?* e 5. *Fome Oculta*. Já a segunda parte do sumário, relacionada à cartilha “Alimentação Saudável” traz quatro capítulos: 1. *Quanto mais cores, melhor*, 2. *A responsabilidade da escola*, 3. *A escolha certa evita o desperdício* e 4. *Aproveitando o máximo*.

O fato de os Cadernos do Professor também terem recebido um tratamento gráfico e discursivo com a participação das equipes profissionais da Editora Globo, leva-nos de volta à questão da articulação geral do Projeto, entre esfera pública federal e esfera privada. Segundo [Inf. 02], o pontapé inicial foi mesmo da Editora Globo:

A iniciativa de cartilhas de EAN na verdade partiu da própria Editora Globo. Na época do Fome Zero, houve o estímulo ao engajamento de diversos setores (privado, terceiro setor, sociedade civil) no programa, tanto por meio de doações de alimentos, de recursos, ou outras atividades. A Editora Globo, por interesse em se tornar empresa parceira do Fome Zero, tomou a iniciativa de escrever e publicar a primeira cartilha de EAN com os personagens da Emilia. Esse projeto era denominado Rede de Cartilhas, e essas cartilhas eram vendidas nas bancas por 1 real, se não me engano. A cada cartilha vendida, um certo número de cartilhas com um papel de qualidade inferior (papel jornal) era gerado para o MESA distribuir gratuitamente como promoção da EAN. Essa iniciativa da Editora Globo foi acolhida, e uma grande quantidade de material foi recebida como doação. [...] Depois, os dirigentes da época manifestaram interesse em institucionalizar essa iniciativa, e comissionaram a produção de diferentes

cartilhas, acompanhadas de um manual do professor. Essa evolução da Rede de Cartilhas foi intitulada Criança Saudável, Educação Dez (CSED), que é o projeto que você está estudando.

Essa iniciativa da Rede de Cartilhas iniciou quando eu estava nessa área de responsabilidade social e empresarial. Quando eu vim para a Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional eu trouxe essa ideia, chamei a Lúcia para continuar com aquela questão das cartilhas que é interessante, um material didático, a gente precisa disso aqui, mas colocando agora outras demandas da área de EAN. Chamamos o pessoal da Coordenação da Política de Alimentação e Nutrição, chamamos o pessoal do MEC, começamos a trocar algumas ideias e colocar quais seriam alguns pontos que a gente teria que ensinar às crianças, tentar desmistificar numa linguagem interessante, acessível que a gente poderia colocar na boca dos personagens ali da Turma do Sítio e começamos a trabalhar (Inf. 04).

Independentemente das possíveis versões sobre a questão de quem fez o primeiro passo em direção a quem, se o governo para a editora Globo ou se vice-versa, considero que está descortinado um fato: o uso da linguagem das histórias em quadrinhos, aliado à escolha do universo ideológico de Monteiro Lobato, está inserido numa teia de relações que não passaram por um crivo rigoroso quanto ao rendimento pedagógico dessa linguagem e desses personagens. Tudo se configura como um conjunto de elementos que se relacionam mutuamente: foco nas crianças, opção por uma linguagem que supostamente é mais acessível a elas e é por elas mais apreciada, tradicionalidade do universo cultural de Monteiro Lobato. Embora isso não tenha sido mencionado pelas informantes, pode-se imaginar que quando se pensou que as crianças poderiam se tornar um veículo de difusão e multiplicação dos valores, das mensagens e dos conteúdos das cartilhas para os adultos das suas famílias, estes pertenceriam a uma faixa etária e social já familiarizada com as questões levantadas pelo recurso ao universo de Monteiro Lobato. Em resumo, um circuito

de alusões e de implicações implícitas, no qual também se assentava a crença na inocência do espaço rural povoado de personagens folclóricas ou para-folclóricas.

Relembrando o que foi descrito e comentado no capítulo II deste trabalho, quando foi abordada a Cartilha de Higiene de autoria do médico paulista Almeida Júnior, mas respaldada pelas autoridades escolares da Primeira República, estaríamos prontos para uma perspectiva comparativa que, também, está entre os meus objetivos. Mas que elementos comparar?

Começando pela esfera mais ampla da política, parece evidente que os dois períodos em que se colocam essas duas relevantes práticas de educação em saúde – a Primeira República e o governo Lula – possuem muitas diferenças e algumas semelhanças. Aquela República (1889-1930), apesar de ter recebido, mais tarde, o rótulo de velha, também, foi de fato, a primeira do Brasil. Encerrou não só o curto período imperial, mas, também, simbolicamente, toda a época colonial. Nela, na aliança político-científica com o Positivismo, vários novos ares se respiravam: não foi por acaso que já vimos vários cientistas (isto é, personalidades dotadas de grande capital simbólico, adquirido nas batalhas travadas nos campos científicos e acadêmicos) assumirem responsabilidades políticas e públicas, sobretudo nos campos que aqui mais nos interessam, a educação e a saúde.

O cenário social dessa época, de pesada herança quase secular, era, então, percebido como desolador e carente de grandes reformas. Ciência e política, mais uma vez, se aliaram nessa missão. A medicina é uma das ciências mais convocadas para essa tarefa. É a época de Oswaldo Cruz e de Carlos Chagas, cientistas e homens públicos. É a época de Almeida Jr. E, também, a época de Monteiro Lobato, pioneiro da chamada literatura paradidática. É, enfim, um período histórico que funda uma série de configurações que o Brasil sucessivo, inclusive o contemporâneo, não sentiu a necessidade de desconstruir.

Por sua vez, a mudança simbólica, política e social determinada ou anunciada pelo primeiro governo guiado por Luiz Inácio Lula da Silva possui muitas semelhanças com aquele panorama mais que centenário. O próprio Fome

Zero é lançado como o principal instrumento de uma mudança de rumo tão significativa que toda história anterior do Brasil é resumida como uma sucessão de desvalorização social causadora de miséria. Mesmo depois dos contrastes e das batalhas das campanhas eleitorais, que opuseram Lula a Collor, antes, e a Fernando Henrique Cardoso, depois, o governo que se iniciou em 2003 apontava em seu discurso para mudanças muito mais radicais, liquidando experiências administrativas e políticas que remontavam a muito antes dos mandatos dos seus adversários diretos. No governo Lula pretendia-se encerrar uma etapa da história do Brasil e inaugurar outra – ainda na perspectiva do resgate social, tendo a miséria e fome como temas centrais.

Para contê-las, vale uma ação política aliada a um corpo de medidas e de diagnósticos no qual se inserem novos cientistas, oriundos de outros campos acadêmicos. Como vimos, é a economia e, mais precisamente a economia agrícola, uma ciência social mais exata do que a sociologia e a ciência política de cujos campos haviam saído vários colaboradores do governo FHC, a se afirmar como o campo mais valorizado e que fornece os recursos humanos mais utilizados no começo da experiência de Lula. José Graziano, como também vimos, é a figura paradigmática desse cenário.

Nessa perspectiva, os dois blocos, formados por cientistas e políticos (ou, quase sempre, por cientistas/políticos), tanto nos anos velhos como nos novos, constroem dois paradigmas capazes de também juntar os conhecimentos científicos e as necessidades políticas. No passado, o campo da higiene, na atualidade, o da segurança alimentar e nutricional. Dois conceitos e, ao mesmo tempo, dois campos de reflexão científica e de ação política e administrativa. Ambos, inclusive, surgidos de debates e de heranças internacionais. Não se trata de contribuições brasileiras, mas de versões brasileiras de conceitos e esferas formuladas e desenvolvidas no exterior⁵⁸. Nesse sentido, a compreensão sobre a

⁵⁸ Se essa internacionalização conceitual e disciplinar se relaciona mais ou menos estreitamente com a chegada ao Brasil de consultores e de recursos internacionais, nas duas épocas aqui consideradas, não é, infelizmente, tema que possa ser desenvolvido nesse trabalho.

constituição e os mecanismos dos campos científicos, proporcionada pelas reflexões de Pierre Bourdieu, e o reconhecimento de que tais campos podem agir formando alianças ou blocos, o que nos é consignado a partir dos escritos de Antonio Gramsci, permite visualizar a articulação histórica que se pretende apontar.

Higiene e segurança alimentar e nutricional constituem os dois polos que se relacionam, pois ambos recebem a sua legitimidade nos blocos constituídos por cientistas e políticos (e/ou por cientistas/políticos); ambos produzem discursos competentes com imenso valor estruturante; ambos desdobram-se em práticas de educação para/em saúde, que, porém, enfraquecem esses discursos. A diluição, se focalizarmos sobretudo cartilhas de higiene e as cartilhas da nutrição, acontece pelo viés infantil: não são os conceitos que precisam ou merecem ser compreendidos, mas os comportamentos individuais e coletivos, as práticas, os hábitos – começando pelas crianças – que precisam ser estigmatizados e mudados.

Assim, finalmente, a comparação que cabe aqui construir é a que envolve a (velha) educação higiênica e a (nova) educação alimentar e nutricional. Mas, agora, é mais fácil encontrar a chave da compreensão. Ambas realizam-se a partir de estruturas quase idênticas: o foco na escola e nas crianças, o recurso visual, a ilustração e o quadrinho, o folclore, o cenário rural. Mas, o fato que mais as torna parecidas é a estrutura implícita: a elaboração do discurso científico, da explicação biologicista. Essa não aparece nas cartilhas de nutrição se não quando são submetidas a uma análise mais aprofundada, que, como aqui está se tentando fazer, inclua os seus contextos políticos e institucionais.

As práticas de educação em saúde são, na verdade, discursos localizados em âmbitos científico-políticos, assentados em cenários sociais. Mas os atores envolvidos nos processos e atuantes nos cenários que estão sendo aqui descritos e estudados não têm necessidade ou obrigação de ter a mesma compreensão causal. Embora a educação higiênica, no passado, também

possuísse um forte viés preventivista, este, é reconhecido como um traço contemporâneo e não herdado conforme podemos verificar na fala de [Inf. 04]:

Eu entendo que essa temática tem muito pouco tempo que foi pautada no país. A questão da educação alimentar que é uma ação de prevenção, nós somos uns bebês em pautar essa temática, tem pouco tempo que tradicionalmente nós estamos trabalhando com ela. Tradicionalmente nós sempre trabalhamos com a questão do uso da medicina ou do remédio e não da prevenção. Isso exige todo um processo de construção, sensibilização, para que a gente possa mostrar a importância disso aí, para termos um país mais saudável com diminuição dos gastos em internações, em hospitais. Só vai avançar quando sensibilizar e mostrar economicamente o quanto que os investimentos em prevenção e alimentação saudável e educação alimentar revertem em minimização de gastos financeiros, econômicos para o nosso país. Educação alimentar não é uma questão de gasto, é uma questão de geração de riqueza para o nosso país.

Por outro lado, a dificuldade em reconhecer heranças e continuidades se deve a grande distância, simbólica e não só cronológica, entre a contemporaneidade e a República *Velha*. O mesmo não parece acontecer quando a lembrança vai aos anos trinta e quarenta, ao Estado *Novo*, onde a figura histórica que se afirma nessas interfaces entre ciência e política, no cenário do combate à fome, é a de um Josué de Castro. Por isso, é muito compreensível a fala de [Inf. 01]:

[Qual a sua visão sobre as políticas públicas de alimentação deste período atual?] Eu acho que avançou muito. A Política Nacional de Alimentação e Nutrição foi aplicada em 1999. A PNAN está num momento em que precisa ser repensada a política como um todo, atualizada, mas ainda ela é contemporânea. Mas, tem alguns buracos nela. Um deles é, sem dúvida, a Educação Alimentar e Nutricional, ela diz no texto que é um assunto complexo e que

merece aprofundamento. Mas, ela não diz o que pretende com a Educação Alimentar e Nutricional. *Então, talvez isso deixe as pessoas da academia, os nutricionistas um pouco perdidos.* O que é Educação Alimentar e Nutricional? Mas, em termos das políticas de Alimentação e Nutrição houve um avanço de um lado, e por outro, a gente volta na década de 50, o Banco de Alimentos e os Restaurantes Populares eram programas pensados na época de Getúlio Vargas. Então, ao mesmo tempo, a gente volta para lá. Agora você vai dizer que não é necessário? Não é porque a gente está reproduzindo um programa que foi pensado na década de 40, 50 que ele não seja necessário, que ele não seja importante. Talvez, de novo, de avanço se tivesse que dizer é o Programa de Aquisição de Alimentos. Esse sim, porque ele mexe com toda parte produtiva até o consumo. E a área de saúde, de educação também tiveram os seus avanços, sem dúvida. Em relação ao sistema de monitoramento, hoje você tem a vigilância alimentar e nutricional, você tem os programas de suplementação de micronutrientes. Então, isso está acontecendo e acho que a academia tem que começar a se questionar, chegar a um consenso. Você tem escolas em que a Educação Alimentar e Nutricional é ensinar a dar aula, é ensinar a dar palestras para a população. Então, a gente tem que ter uma diretriz.

Em outras palavras, os avanços contemporâneos são percebidos como avanços relativos, e quando uma referência histórica é reconhecida e mencionada, se constrói uma imagem de relacionamento com uma época com a qual é possível estabelecer uma ligação política e científica – o Estado Novo.

E com razão, foi nessa fase histórica que se fundam quase todas as instâncias (acadêmicas, científicas, políticas, ideológicas) que hoje ainda se reconhecem nas práticas educativas em saúde. Com relação ao tema específico deste trabalho, as práticas de educação alimentar e nutricional, a relação que se pode e se deve estabelecer articula a descoberta da fome (nos anos trinta) e a ênfase contemporânea nas escolhas por comida saudável. Lá, foi esse achado epistemológico que permitiu o começo de uma nova e revolucionária etapa nas políticas de segurança alimentar e nutricional, expressão, esta, que só aparecerá

mais tarde, no glossário nacional e internacional, mas cujo aparecimento tem grande relação com as pesquisas e as práticas do Estado Novo. Agora, encontramos um projeto que, independentemente dos erros ou acertos na sua busca por intersectorialidade e interdisciplinaridade, afirma a opção do Estado brasileiro por um discurso focado nos hábitos alimentares, que devem ser dirigidos ao consumo de comida saudável. Uma opção, como visto a partir dos dados coletados durante a minha pesquisa, que é completamente compartilhada por esse bloco de nutricionistas acadêmicas e, ao mesmo tempo, empenhadas na formulação e desenvolvimento de políticas públicas.

Entretanto, o projeto que estou estudando possui uma peculiaridade: planejado e administrado em Brasília, ele compreende ações pontuais que se desdobram, capilarmente, por todo o território nacional, que, por sua vez, é recortado em milhares de pequenos territórios onde as práticas acontecem: as escolas públicas de ensino fundamental. Aqui, outros atores são convocados para *aplicar* essa política: as professoras e os professores primários. Que papel lhes é reservado, e que papel elas e eles, de fato, desempenham?

Que posição ocupam os educadores do ensino fundamental e médio de hoje em relação às práticas de educação em saúde que, antes, desde meados da década de Vinte eram denominadas “educação sanitária”? As atuais políticas de saúde e educação são estimulantes para ações articuladas nesses dois campos e já existem documentos oficiais que sinalizam, sugerem e recomendam esse exercício. Em atendimento a essas indicações, governos e profissionais da educação e da saúde têm se preocupado com a continuidade de práticas educativas em saúde no ambiente escolar. Isso, como já observado não é nada novo. A origem, no Brasil, da educação em saúde data dos anos iniciais da década de Vinte, quando em 1922, os serviços estaduais paulistas de saúde pública desenvolvem ações inovadoras por influência de Paula Souza, naquele período Diretor do Instituto de Higiene da Faculdade de Medicina de São Paulo e também, ocupando um cargo político, Diretor Geral do Serviço de Saúde Pública do Estado na mesma época (CANDEIAS, 1988).

Por iniciativa desse médico, no ano de 1926, foi criado o primeiro curso de educação sanitária chamado de Curso para Educadores Sanitários, de nível médio, voltado a professores primários com o objetivo de difundir conhecimentos teóricos e práticos de higiene, que desencadeou um movimento da classe médica que se posicionou contrária a essa iniciativa, “pois, professores não eram médicos e por não terem educação especializada pouco ou muito pouco poderiam fazer” (*Ibid.*, p. 350).

Apesar das resistências entre as categorias, entre as áreas do saber, os educadores do ensino primário eram, aos olhos do Estado, de certa forma, um grupo estratégico na disseminação de conteúdos higiênico-sanitários e mesmo que esses não se aprimorassem por meio do Curso de Higiene, recebiam ao longo da sua formação pedagógica ensinamentos sobre o tema em diversas disciplinas no curso Normal ou também chamado Magistério de 1º Grau.

Mas, ainda que esse grupo estivesse no centro de algumas ações de educação para a higiene do corpo e do ambiente, em meados de 1920, as queixas pelos professores existiam e se repetiam. Diante disso, uma professora, Chefe da Seção Técnico Educacional da Divisão de Educação, Assistência e Recreio do Município de São Paulo envia ao médico e administrador Paula Souza “sugestões da maioria das Educadoras Sanitárias que trabalhavam nos Parques Infantis de São Paulo”:

faz-se mister reduzir a um mínimo os conhecimentos teóricos filiados à Medicina..., a orientação dada ao Curso é excessivamente teórica, muito deixando a desejar a parte prática, de grande importância para a eficiência do trabalho no campo profissional. As matérias são desenvolvidas pelos professores sem atender à finalidade de aplicação. Assim apresentadas, permitem uma ampliação da cultura dos alunos, mas não favorecem uma formação especializada no terreno da Educação Sanitária... *Sugere-se incluir no curso a metodologia da Educação Sanitária para melhorar a formação técnica específica da Educadora Sanitária...* De modo geral, o que caracteriza o curso de Educadores Sanitários é a preocupação com os conhecimentos

teóricos, em detrimento da prática. Há excesso de teorias no Curso de Bacteriologia, de Parasitologia e Protozoologia, Higiene Pré-Natal, etc., enquanto que em Epidemiologia, Higiene Escolar, Enfermagem e Moléstias Sociais, o preparo no terreno da prática é nulo. De que nos valem conceitos profundos, detalhes de técnica, ou riquezas de minúcias na identificação de protozoários e parasitas que dificilmente vamos encontrar na nossa profissão!" (*apud* CANDEIAS, 1988, p. 359) [grifos meus]

Esse recuo coronológico é pertinente a partir do momento em que se constrói em torno do grupo de educadores de ensino das séries iniciais, seja do século XX ou início do XXI, uma ideia que demandará uma ação que coloca em prática os seus conhecimentos acerca de educação sanitária, antes, e da atual educação em saúde.

Mesmo não sendo o foco central deste estudo, cabe indagar sobre o que teria acontecido nessa passagem de tempo para que os professores de ensino fundamental de hoje tivessem continuado a receber a incumbência de difundir mensagens e conceitos de educação em saúde, de educação nutricional, mas sem terem agora a valorização, ou pelo menos a aparente valorização do profissional no desempenho dessa função, sem apresentarem em sua formação acadêmica habilidades e competências como aquelas vistas na década de 20. Ou o foco seria o espaço que abarcaria o grupo de maior interesse: os escolares, as crianças?

Sobre isso, ouvimos as considerações das duas coordenadoras de Educação Alimentar e Nutricional do MDS, [Inf. 04] e [Inf. 03]:

Nós pensamos no início de envolver... porque existem alguns conselhos de diretores que envolvem professores das escolas, mas esses conselhos não se reúnem permanentemente, a pauta é enorme de outras discussões e entrar com mais uma discussão dessas ia ser uma coisa interminável, porque você sabe que quando junta muito professor cada um vai dando um palpite e tudo mais e é uma coisa difícil, seria uma coisa muito morosa para um

projeto em que a gente tinha prazo e tempo para executar. Então, pensamos, sim, inclusive pensamos na possibilidade até de capacitação desses professores para que eles pudessem usar de fato aquele conteúdo da melhor maneira, da maneira mais adequada na sala de aula. No entanto, não tivemos esse tempo hábil, sabemos que isso é uma das falhas, quem nos dera também ter tido até recursos para uma capacitação massiva desses professores para que eles utilizassem bem. Porque seria até uma forma de despertar os professores para uma mobilização forte para inserção dessa temática nos curriculares escolares. Nós pensamos até de maneira virtual ou por regiões, mas te confesso que seria muito difícil e iria demandar muito tempo. Recursos enormes... primeiro para articular, é uma articulação difícil, para sensibilizar esses professores, selecionar esses professores, essas escolas todas. Se for o caso de capacitação presencial, recursos para esses professores saírem, quem é que daria essa capacitação, nós pensamos de fazer até mesmo via satélite, mas isso aí não teria tempo hábil para a capacitação. Mas, para mim, isso não deveria ter sido um projeto de governo, deveria ter sido uma ação de Estado para que fosse dada continuidade nesse investimento social para estímulo a uma alimentação mais adequada e saudável. Tinha que ser dada continuidade e se transformado numa política pública de Estado, e não de governo, dada a importância de se investir hoje nas crianças que serão o futuro desse país, que serão a mão de obra qualificada e mais saudável desse país. Então, não adianta investir só em qualificação às vezes, profissional, mas também hoje, principalmente pela questão da indústria, eu vejo a importância de se investir num futuro trabalhador mais saudável até para diminuir os índices de absenteísmo na indústria, no trabalho. Então, a gente tem clareza de que isso deveria ter continuado (Inf. 04).

A finalidade foi levar uma ação para o âmbito escolar considerando potencialidade que tem esse espaço, o espaço escolar, enquanto segmento, enquanto um lugar estratégico para você construir, implementar estratégias de práticas alimentares saudáveis começando desde a infância e considerando que já é um ambiente que é pedagógico por si só. A própria natureza dele já é uma natureza que convida à questão da educação. E por que não aliar a questão da alimentação saudável e contemplar o professor? O caderno do professor teve essa função de ser um suporte

facilitador para o professor utilizar as cartilhas nas diversas disciplinas (Inf. 03).

O professor deveria ser, e é, um facilitador desse processo, sem dúvida. Nós já tínhamos uma discussão crítica sobre isso. Porque o professor, na verdade, dentro de uma escola é o segmento fundamental para você chegar ao estudante, o primeiro elo. Lógico que toda comunidade escolar deve ser envolvida no processo educativo de alimentação saudável. Se ele enxergar aquilo como “mais trabalho? De novo? Mais coisa pra mim?”. Eu ouvi o depoimento de um professor, na avaliação “Tudo é o professor que tem que carregar nas costas”. Eu acho que tem que ter uma discussão, envolver, empoderar o professor, sensibilizar para que ele também perceba que aquilo é também um problema dele. Percebe? E não é, na verdade, uma atividade formal, é algo transversal, e a gente tentou... Nessa segunda fase, mandamos cartas para a direção das escolas. Foi antes para o pessoal dos CAEs [*Conselhos de Alimentação Escolar*] enquanto instrumentos de controle social... Então, secretarias municipais de educação, nutricionistas da alimentação escolar já que não tinha como a gente reunir, fazer as oficinas, fazer tudo como se pensava, de sensibilizar antes, pelo menos mandar uma correspondência e divulgar o máximo, para que as pessoas soubessem que material era aquele e mandamos um exemplar para essas pessoas (Inf. 03).

[O projeto previu uma discussão acerca de orientações aos professores que receberiam as cartilhas/cadernos para o desenvolvimento das atividades descritas nos materiais? Se sim, como? Se não, por quê?] Como já mencionado, os profissionais envolvidos no projeto tinham muito interesse em que isso acontecesse. Infelizmente, não foi possível pela limitação financeira, e também pela falta de apoio político (dirigentes que acreditavam que apenas enviar material era suficiente). (Inf. 02)

As respostas das mentoras do projeto ampliam e amplificam as questões. Como os professores contribuiriam se tivessem feito parte das equipes responsáveis pelo projeto? O que pensam esses educadores, pessoas com suas histórias singulares de vida, sobre educação em saúde, sobre o curso das

doenças e os meios para promover saúde? Sob qual perspectiva desenvolveram essa prática educativa de saúde, a partir do uso dos materiais: na prevenção de doenças, na promoção da saúde, um entrelaçamento de discursos ou o silêncio? Como lidam com os seus próprios problemas alimentares, formas de cuidar do corpo e como articulam a sua identidade alimentar com a de outros ou com a identidade das normas de conduta?

Ainda sobre o envolvimento dos professores na discussão sobre capacitação para trabalhar as cartilhas, [Inf. 03] declara:

Não. Isso era uma intenção, mas isso não foi realizado. Uma intenção futura, uma necessidade que a gente achava importante, mas não tinha orçamento pra isso. A gente vislumbrava uma necessidade daquilo pelo professor ser um facilitador de aprendizagem, por ele estar na sala, mas que de repente... você viu num dos depoimentos na avaliação de vocês⁵⁹: “Tem que cobrar porque quando não cobra...” Eu não vejo no sentido da cobrança, mas quando você sensibiliza, discute... vai facilitar que as pessoas ampliem, aprendam determinadas coisas... então, ela vai ver a cartilha de outra forma. [*Houve uma discussão (considerando as parcerias com os Ministérios) para saber de que maneira esta temática seria inserida no planejamento curricular do ensino fundamental?*] Não. Isso não. Na verdade, a cartilha era uma coisa que a gente discutiu, eu lembro, é complicado que tem coisa que é da memória, viés de memória... imagina, isso foi em 2005. Mas, uma das coisas que eu lembro que a gente conversou muito com o FNDE e eles se colocaram à disposição, foram muito bacanas nesse sentido, pela capilaridade que eles têm, pelo diálogo, a interlocução com as escolas, com as secretarias de educação e os núcleos de educação, enfim, na supervisão das escolas, nas viagens, que eles vão muito ao longo do ano, eles se disponibilizaram para reforçar essa questão da cartilha e aí a UNDIME⁶⁰ também, a gente teve reunião com o MEC de botar no site da UNDIME, de divulgar, nas reuniões com os dirigentes, a gente mandou também cartilhas para eles. E eu não falei

⁵⁹ A professora refere-se à avaliação do projeto, encomendada pelo MDS e realizada por uma equipe da Unicamp, da qual fiz parte, como já mencionado.

⁶⁰ União Nacional dos Dirigentes Municipais de Educação.

diretamente com a UNDIME, foi via MEC. Eu não sei o resultado disso, mas eles se ofereceram, seria um espaço interessante.

Já [Inf. 01] disse ter a equipe do MDS se aproximado de algum instrumento de aprimoramento junto aos professores:

A gente chegou, inclusive, a desenhar um modelo de capacitação, mas o MDS em si não tinha pernas para isso, mas havia a crítica do MDS de não haver a capacitação.

Na observação de [Inf. 02], a tentativa de envolvimento junto ao MEC ocorreu:

Tentamos essa conversa com o Ministério da Educação, mas não foi possível, pois o processo de revisão do currículo é bastante fechado. Não houve receptividade para nossa aproximação.

Trata-se de um aspecto sobre o qual parece haver unanimidade entre as idealizadoras desta ação: não foi possível, de fato, incluir os educadores no projeto. Eles foram receptores passivos. De certa forma, a falta de 'capacitação', de envolvimento, inclusive por parte de instâncias que poderiam, nos Estados e nos Municípios, fazer essa intermediação, acaba configurando uma ruptura, uma separação física, mas também conceitual. Em outras palavras, foi como se em Brasília se desenvolvesse uma *teoria* de educação em saúde, ao passo que a *prática* de educação em saúde seria demandada aos educadores difundidos capilarmente pelo Brasil. Mas, a falta de articulação entre essa teoria e essa prática, antes de ser, simplesmente, uma falha do projeto, é o elemento que não permite, de fato, uma avaliação exaustiva.

Os resultados trazidos de uma amostra representativa da avaliação do projeto desenvolvida pelo NEPA, que teve como objetivo avaliar a eficácia do projeto Criança Saudável, Educação Dez, embora também não sejam o foco

desse estudo, merecem especial atenção em função da estratégia inédita que viabilizou a emersão de fatos relacionados ao uso e apropriações dos conteúdos das cartilhas e caderno do professor, pelos escolares e educadores.

A versão final dessa pesquisa avaliativa denominada *Produto II* apresentou em profundidade às análises quantitativas e qualitativas junto diretores, professores e escolares de escolas públicas do ensino fundamental referentes ao Criança Saudável, Educação Dez.

Assim, o escopo dessa avaliação, não ficou restrito a avaliar quantitativamente o programa, em termos de alcance da população alvo, mas proceder a uma avaliação de natureza processual, qualitativa, que possibilite obter subsídios para manter e/ou aprimorar essa e outras intervenções futuras. A pesquisa qualitativa permite a compreensão do significado dos fenômenos estudados para os sujeitos pesquisados e o sentido que tais fenômenos imputam às ações dos sujeitos ao longo de sua vida. Assim, é tarefa da pesquisa qualitativa, compreender os fenômenos sociais na perspectiva dos sujeitos, e, no caso da presente pesquisa, a forma como os usuários - professores e alunos, - do material didático do projeto “Criança Saudável – Educação Dez”, experienciaram o uso do mesmo. Ela vai além de uma avaliação em termos de causa-efeito, porque pressupõe que o conhecimento é construído sobre o mundo vivido, no qual o material educativo do projeto “Criança Saudável – Educação Dez” foi um elemento a mais dentro da multidimensionalidade de fatores de que se revestem tanto a educação quanto a alimentação. Partindo do pressuposto de que professores e alunos são protagonistas das ações educativas, não se pode aludir a um “resultado do projeto”, sem contemplar as infinitas possibilidades de atuação dos atores humanos no processo educativo (NEPA, 2007, p.19)

Esse instrumento adotado pelo NEPA recorreu, portanto, a um método quantitativo, aplicado à análise das questões fechadas e abertas analisadas por

intermédio de categorização⁶¹, e qualitativo aplicado aos depoimentos dos professores/diretores⁶² e às redações elaboradas pelos escolares.

Mas, como aponta um educador de Brasília selecionado na avaliação do NEPA sobre essa ação interministerial: “auxilia, mas a escola tem que desenvolver um projeto maior a partir dele. A contribuição foi mínima, porque o projeto tem que ser desenvolvido a longo prazo”, ou seja, o material de apoio do professor é um subsídio, mas a educação é um processo e uma única ação intervencionista é insuficiente (NEPA, 2007).

Entretanto, uma parte desses professores elogiou o projeto e desenvolveu, mais expressivamente, atividades relacionadas à leitura e discussão de texto, trabalhos manuais e produção de texto. Uma porcentagem pequena se apropriou das sugestões de atividades apresentadas pelo Caderno do Professor, de acordo com a avaliação do NEPA (2007).

É na avaliação junto aos escolares que se revela a originalidade da pesquisa de foco governamental, realizada pelo NEPA. A redação, que foi o produto de 6154 escolares, trouxe temáticas que culminaram no elenco de 31 categorias descritivas que faziam referência a aspectos psicológicos e socioculturais da alimentação, da educação e da educação em saúde, conforme ilustra a tabela abaixo extraída do material de avaliação do NEPA (2007).

⁶¹ Para analisar as questões abertas dos formulários que traziam as opiniões dos gestores e professores sobre o material educativo a equipe do NEPA adotou procedimentos de análise fundamentadas em Laurence Bardin que atendem aos qualificativos para respostas exaustivas, exclusivas, objetivas e pertinentes.

⁶² “Para atender ao propósito de avaliar efetivamente o uso da cartilha, o professor entrevistado foi selecionado intencionalmente, segundo indicação do responsável pela unidade escolar” (NEPA, 2007, p. 37)

Quadro 05. Tabela extraída da página 128 da pesquisa de avaliação do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação – NEPA. PRODUTO II - Avaliação do projeto “Crianças Saudável, Educação Dez - Programa de Educação Alimentar”, Campinas – SP, 2007.

Tabela 26 - Percentual de ocorrência das categorias identificadas nas redações em relação às regiões do Brasil. (Brasil, 2006)

CATEGORIAS	SUB-CAT	%					TOTAL
		S	SE	CO	NE	N	
Região do País		S	SE	CO	NE	N	
1-Identificação dos alimentos consumidos		87,73	96,19	87,73	63,95	86,82	81,25
2- Auto-avaliação do consumo alimentar	Bom	72,68	78,37	79,09	73,04	83,30	76,52
	Ruim	5,44	6,06	2,73	2,80	2,92	3,96
	Parcial	6,30	6,13	4,24	1,82	3,62	4,05
	NS	3,20	0,49	2,12	0,51	0,20	1,04
3- Caracterização do equilíbrio	Completo	59,55	61,80	61,97	37,69	45,67	50,47
	Incompleto	23,59	33,62	21,06	26,12	37,83	28,81
4- Autocrítica		12,06	13,25	8,64	4,06	7,75	8,48
5- Restrição Alimentar		2,03	0,99	2,42	0,37	0,70	1,04
6- Nutrientes		31,48	33,12	31,52	32,65	24,35	31,12
7- Benefícios da Alimentação para a Saúde	Gerais	33,62	25,79	33,03	41,09	27,26	33,33
	Doença	8,22	4,16	5,76	7,46	4,63	6,17
8- Identificação de malefícios		20,38	10,15	6,97	8,72	10,26	10,89
9- Alimentos saudáveis versus supérfluos		11,10	3,66	4,70	3,36	2,31	4,58
10- Práticas de higiene de alimentos		3,95	1,27	2,42	4,24	4,83	3,41
11- Valorização da alimentação	Natural	5,55	2,33	4,09	0,56	1,51	2,26
	Variada	2,77	3,38	4,55	3,50	3,22	3,43
	Colorida	3,74	1,06	1,52	1,40	1,21	1,66
12- Frutas, verduras e legumes		25,19	17,48	26,52	25,61	19,62	22,80
13- Calorias e/ou balanço energético		9,50	3,17	3,03	3,96	2,72	4,32
14- Direito à alimentação		2,13	0,70	1,97	2,29	3,82	2,11
15- Atividade física		6,08	1,76	4,85	1,35	1,91	2,63
16- Problemática do "fato alimentar"		5,55	7,54	8,64	4,57	6,74	6,19
17- Educação alimentar	Escola	3,42	1,20	1,82	0,79	2,62	1,69
	Família	2,99	1,76	1,97	2,10	3,12	2,31
18- Material Educativo	Programa	1,92	1,83	1,06	1,96	1,81	1,80
	Outro	0,64	0,07	0,45	-	0,10	0,18
19- Profissional	Médico	-	0,21	0,30	0,14	0,30	0,18
	Nutricionistas	-	0,35	0,15	-	-	0,10
20- Aproveitamento de alimentos		3,63	0,78	0,45	0,42	0,91	1,07
21- Conceitos equivocados		8,86	9,73	6,67	4,01	6,64	6,78
22- Prazer		12,81	16,07	22,27	14,18	29,88	17,81
23- Culinária	Geral	1,07	0,85	2,58	1,35	3,72	1,71
	Temperos	1,28	0,49	0,30	0,28	2,52	0,84
24- Atividade		4,80	3,45	3,33	3,03	8,75	4,35
25- Comensalidade		1,81	3,59	3,18	1,87	4,23	2,78
26- Preparo da própria refeição	Dificuldade	0,21	0,14	0,45	0,19	0,10	0,19
	Autonomia	0,21	0,42	0,91	0,23	0,50	0,39
27- Inapetência ou desprazer		1,49	2,33	4,09	2,52	2,31	2,45
28- Não disponibilidade de alimento no Lar		0,43	-	0,15	1,31	0,50	0,62
29- Religiosidade		0,75	0,35	1,52	1,21	2,52	1,19
30- Crenças e tabus		0,11	0,28	-	0,14	0,20	0,16
31- Outras		3,63	3,59	1,36	4,15	2,82	3,43

Os resultados advindos dessas redações mostram que as cartilhas de nutrição alcançaram o seu objetivo – o da informação nutricional, de caráter instrucional – fazendo com que alguns escolares identificassem alimentos, nutrientes, equilíbrio alimentar e outros elementos próprios do conhecimento sobre nutrição. O que não significa que, a partir disso, o comportamento alimentar dos escolares tenha sofrido mudança. Sobressaíram também elementos do campo psicossocial que envolviam de forma expressiva a família. Por exemplo, nas regiões Nordeste e, sobretudo, Norte foram mencionados nas redações elementos de educação alimentar que tiveram forte relação com a família e não com a escola, assim como religiosidade, afetividade, apontando com isso a relação estreita existente entre educação em saúde, ainda que não pelo caminho formal.

Com o cenário das mudanças societárias contemporâneas, as pesquisas de avaliação sobre programas e ações governamentais não podem se restringir apenas a oferecer subsídios à atuação do Estado, já que ele não é o único executor das políticas sociais, que implicam também a participação da sociedade civil e com isso as pesquisas avaliativas vêm, consideravelmente, se utilizando de métodos e técnicas das pesquisas sociais (SILVA, 2001). Nesse sentido, julgo que a avaliação realizada pelo NEPA, de cunho retrospectivo, foi inovadora na escolha e na utilização dos instrumentos empregados para uma pesquisa de um projeto de grande porte, que normalmente utilizaria, pela tradição, apenas estratégias analíticas objetivas com destaques a dados quantitativos. Mas, um paradigma também qualitativo permitiria – e, de fato, permitiu – entender a natureza intrínseca dos elementos que decorrem do ambiente, produzindo, assim, interpretações múltiplas do sentido das ações.

Finalmente, caberia abordar a relação que possa eventualmente ter se estabelecido entre a avaliação institucional do NEPA e a interrupção e cancelamento do projeto, já em 2007 e 2008. Sobre isso, é muito difícil fazer essa ligação, sendo que, como veremos, várias das pessoas envolvidas durante e depois da vigência do Criança Saudável, Educação Dez fazem menção explícita

às avaliações da UNICAMP. De fato, o grande dilema parece mesmo ser a excessiva centralização das ações e dos materiais.

A partir da década de oitenta começam a surgir, sobretudo nos documentos políticos e oficiais, novas concepções pedagógicas que apontam, estrategicamente, uma abordagem sociocultural que inclua a participação e a contextualização social. Mais recentemente, vêm se afirmando concepções de educação em saúde com participação popular e controle social, formas de ensino dotadas de estratégias para que os sujeitos alcancem autonomia e empoderamento para escolhas, críticas reflexivas, para a sua emancipação (REIS, 2006).

No período de 1980 a 1992 foram publicados documentos sobre educação e saúde no âmbito do Ministério da Saúde, abordados cronologicamente na pesquisa de Renovato (2009). Esses documentos oficiais trazem no seu escopo o discurso da educação para a participação em saúde, com fortes enunciados da participação de grupos comunitários, sendo que um dos documentos “Ação Educativa: Diretrizes” se alicerça nas teorias pedagógicas de Paulo Freire e Carlos Rodrigues Brandão (RENOVATO, 2009).

Ou seja, o projeto Criança Saudável, Educação Dez, ação educativa intersetorial do governo federal, foi desenvolvida no contexto de um movimento favorável de grande renovação conceitual e filosófica das abordagens de ensino, mas que, mesmo assim, foi construída e processada dentro de uma lógica intervencionista, de normas. Essas normas já não estão mais dirigidas a “um viver higiênico”, como anteriormente, mas a “um viver” mais amplo de práticas saudáveis de vida, de boas escolhas alimentares e desportivas, mas ainda assim, fortemente normatizador.

As falas das informantes apontam problemas e obstáculos orçamentários e logísticos. Uma solução, dizem, poderia ser a descentralização das ações através de editais:

O orçamento da Coordenação Geral era um orçamento pequeno e grande parte do orçamento ia com essa questão das cartilhas, e a gente tinha um anseio, uma inquietação muito grande de fazer educação nutricional de uma forma que fosse mais próxima das realidades. A gente tinha que era interessante utilizar essa questão dos editais enquanto mecanismo mais socializado, que fosse mais democrático, abrir proposta de edital porque daí os municípios podem se candidatar com propostas adequadas e claro nós iríamos julgar (Inf. 03).

Sobre a questão da participação popular também se constata a compreensão de que o Projeto não pôde alcançar esse nível, quando a professora [Inf. 03] passa a coordenar a Fase II:

Isso era um anseio antigo e realmente se concretizou depois que eu saí. Eu fiquei muito feliz porque as cartilhas não que elas não sejam interessantes, depois teve a avaliação de vocês, claro que é bacana, mas eu acho que para ela ser mais efetiva, ela exige, impõe que haja mecanismos que vão além disso, tem que ter uma amarração maior, exige outros investimentos para que ela realmente seja usada como deveria, como aliar a um fórum com os professores nos núcleos regionais de educação, discutir e fazer premio... ou seja, são várias ações, tem que ter várias iniciativas e a cartilha é uma delas, está dentro, mas junto da cartilha várias outras porque aí sim essa cartilha seria, na verdade, a consequência de algo, não seria um fim, então várias questões para amarrar e potencializar o uso. Então, isso exige recurso, demanda tempo, dinheiro, pessoal, tudo. Então, se a gente tivesse recurso para fazer editais, e além disso cartilhas e todas essas questões que são importantes, aí seria perfeito, mas o orçamento é pequeno ainda dentro da CGPAN. De certa forma, na minha avaliação, que já saí, consumia muito do ponto de vista do orçamento e de energia, muita energia, muita! Capital humano, muito, muito, muito! Você não faz ideia! Então, tendo o edital, não estou dizendo que os editais não consomem porque são vários projetos Brasil afora para o pessoal acompanhar, visitas *in loco*, tudo isso. Então, eu acho que os editais eram uma forma mais democrática porque se você fizer uma cartilha no nível central, isso concentra a história da cultura. Por exemplo, a cultura lá do Pará

que contempla a questão do negro, que contempla a questão do indígena, com essa diversidade étnica e cultural que a gente tem no país é um desafio. Então por que não, por que as realidades não pensarem formas, produzirem suas próprias cartilhas do ministério, cada local se for o caso, uma região manda propostas para o edital, produção de material adequado pelos seus sujeitos. Seus atores lá... vamos pensar um material para distribuir para tal população, mas feito por aquele local. A ideia era essa. Então, a gente vai meio que desconstruindo, instigar os saberes, mobilizar os recursos e os potenciais de cada área já que a gente discute tanto essa questão da verticalização, da imposição de cima para baixo, que é importante descentralizar. Porque quem está de fora não faz ideia. “Quanto é que tem de dinheiro?” É pouco. “E ai você vai investir só em cartilhas?” aí fica assim: “educação alimentar e nutricional é o sinônimo de distribuição de cartilhas?”. Então, eu acho como falei, foi uma ação que no início da coordenação foi se aprofundando. A coordenação começou a ocupar espaço, a discussão da educação alimentar e nutricional também foi se consolidando nesse novo contexto que a gente vive, e as pessoas também começaram a se incomodar com determinadas questões. No meu caso, eu cheguei lá, eu já tinha algumas convicções, a minha experiência docente em sala de aula, eu já tinha algumas crenças, do que eu entendo como educação alimentar e nutricional. Então, isso me inquietava, mas essa decisão de não ter mais isso [*as cartilhas*], eu não estava mais lá (Inf. 03).

No campo da saúde, a educação popular em saúde foi incluída como área técnica do Departamento de Apoio à Gestão Participativa, da Gestão Estratégica e Participativa do Ministério da Saúde e o tema saúde na escola passa a ter espaço institucionalizado com o objetivo de promover a integração entre as práticas desenvolvidas por outras áreas do MS (Brasil, 2007).

Quando o projeto passa a ser avaliado internamente, também é levantada a questão da participação popular ou da falta dela e das formas pelas quais ela poderia ocorrer. Não se trata apenas de um índice formal, metodológico, mas com grandes consequências no plano dos conteúdos veiculados, e se começa a mencionar o aspecto da “regionalização”. Mas, a minha pesquisa levanta informações pelas quais essa questão mostra-se delicada e decisiva

quando ela se torna o elemento principal para uma avaliação que se abre até investir aspectos conceituais da própria Educação Alimentar e Nutricional dentro do governo federal:

[O projeto está em vigência ainda?] Não. Eu acho que foi este conjunto de fatores, você tem por um lado toda uma avaliação do NEPA que mostra um efeito positivo do programa, ele traz resultados positivos, em certa medida ele funciona, mas ele também traz toda uma problemática que deveria ser enfrentada pelos Ministérios, que não é muito diferente da problemática que eu coloquei, que é a questão de *regionalizar*, talvez personagens próprios ou talvez, buscar na região personagens que fossem referência para aquela região. Por exemplo, no Nordeste tem uma revista em quadrinhos que é de um cangaceiro, talvez falasse mais com as crianças. Envolveria toda uma pesquisa de personagens. Eu acho que assim, as crianças do Sul, elas falavam nas redações de vitaminas, minerais, carboidratos, as crianças do Norte/Nordeste mais a questão do prazer. Então, a revistinha, ela realmente conseguiu, né? Porque as crianças falam de vitaminas, minerais, carboidratos. Agora assim: é isso educação nutricional? É você fazer todas as crianças saberem um alimento que faz bem? Então ela funcionou! As cartilhas conseguiram, então, o seu objetivo. As crianças sabiam falar de vitaminas, minerais... A gente começou a questionar um pouco essa coisa do que era Educação Nutricional, para fazer este planejamento nós definimos o que seria Educação Alimentar e Nutricional para o MDS, com que foco, com que objetivo, com quais princípios. Na mesma época em que a gente fez este trabalho interno também o CONSEA estava sendo discutido num GT, então, a gente utilizou muito do que estava sendo discutido no CONSEA. E eu acho que no fim das contas a avaliação do NEPA mostra que o projeto funcionou, mas havia um questionamento do que é educação nutricional. Na época havia essa vontade de reformular o programa, uma nova proposta, repensar o programa. Aí, você tem que ir para o contexto externo. O que é que a gente tem no contexto externo? Temos a portaria 1.010⁶³ que foi uma portaria interministerial entre MEC e MS e

⁶³ Portaria Interministerial Nº 1.010 de 08 de Maio de 2006 institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional considerando a articulação entre os Ministérios da Saúde

entre os dois tinha a questão da educação Alimentar e Nutricional. Então, nesse momento, eu acredito, talvez não tão conscientemente, eu acho, que é uma pergunta também dentro do próprio MDS. Vale a pena a gente continuar existindo aqui dessa maneira? Dando um resultado que não é o que a gente entende que deva ser o papel da Educação Alimentar e Nutricional? Dissociado de outras ações? Porque eu só estou mandando informação, sem acompanhar como está sendo usado, sem capacitar professor. Ou vale a pena a gente repensar a Educação Alimentar e Nutricional dentro do Ministério? Porque você tem que olhar para dentro do MDS e repensar essa política de Educação Alimentar. E eu acho que é nesse momento em que há uma certa desistência de continuar o programa. E havia uma demanda reprimida, interna do MDS que era de atender editais de educação alimentar e nutricional para “Banco de Alimentos”, “Restaurantes Populares”, para o “Programa de Aquisição de Alimentos” e até para o próprio “Bolsa Família”. Você tinha ainda os programas paralelos que continuavam, que eram o “Cozinha Brasil” e o “Educação à Mesa”, mas você não tinha recursos humanos para tudo isso. Era uma questão de escolha. Então, se você chega num limite em que você tem que reformular ele e aí para reformulação você depende de um contexto político favorável, que naquele momento não havia, o projeto morre. E aí o MDS, neste momento, a gente já tinha feito todo o planejamento da coordenação, já tinha desenhado toda uma linha de ação para pensar Educação Alimentar e Nutricional dentro de um escopo em que a Educação não está e a Saúde não está, porque elas estão dando conta dos espaços delas. Então, neste momento, a coordenação ela vai buscar potencializar e aí que surgem os editais. Quando eu entrei, um dos grandes questionamentos da continuação do projeto era “vale a pena continuar só distribuindo? E a capacitação dos professores? E o envolvimento com a comunidade escolar?” Uma série de outras perguntas... É só distribuir informação? E aí que veio a encomenda para a pesquisa que vocês trabalharam e que estas perguntas foram sendo respondidas depois... Mas, começou a ser questionado e a ser refletido. Foi nesse momento em que eu entro que eu comecei a levantar os questionamentos. Espera aí... como é que está este projeto? Tá, vocês elaboram, distribuem. E depois? Como é? Não havia um depois. Havia um vácuo. Quer

e da Educação. Essa portaria estabelece o desenvolvimento de ações e programas de educação alimentar e nutricional no âmbito escolar para a promoção da alimentação saudável.

dizer, então, você gasta seis milhões, produz informação, manda para as escolas, mas não sabe como está sendo usado? Quando a Ana Claudia entra, ela também faz esses questionamentos. (Inf. 01)

Em outras palavras, os elementos que, devido às alegadas restrições orçamentárias, que não teriam permitido a montagem de um máquina logística mais sofisticada e capilar, e a também alegada dificuldade de cronograma, não puderam ser inseridos e contemplados no Projeto (capacitação, regionalização, participação popular, empoderamento capilar, *feedback* dos resultados alcançados, entre outros) tornam-se tão numerosos e relevantes, que não só o Criança Saudável, Educação Dez é questionado, mas todo o marco da educação alimentar e nutricional, enquanto política pública federal é repensado. Entendo que é nesse momento que se colocam as bases para o amplo mecanismo institucional e participativo que levará, como visto no capítulo 3, no segundo mandato do governo Lula, à formulação, à discussão pública e ao lançamento desse documento fundamental que é o *Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas*. Agora, à luz dos materiais aqui apresentados, sobretudo através dos depoimentos dos criadores do Criança Saudável, Educação Dez, ou seja de protagonistas das políticas públicas de EAN no primeiro mandato do governo Lula, é mais fácil compreender como esse *Marco* busca responder justamente aos questionamentos levantados a partir da Fase II do projeto. Mais significativo ainda é perceber como, nessa oportunidade, o *Marco* é construído tendo por base um grande número de atores, muito maior do que havia acontecido para as políticas de educação alimentar e nutricional de 2003-2006. Por um lado, repete-se a tríade interministerial (MDS, MEC, MS), mas, por outro, aparecem pela primeira vez, novos atores, mas que já existiam, como o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN), a Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN), o CONSEA e um grupo de docentes universitárias reunidas no

Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutricional (OPSAN, da Universidade de Brasília).

Entretanto, seria injusto não reconhecer que é exatamente durante a vigência do Projeto de 2005-2006 e, mais agudamente, na sua Fase II, é que se começa a perceber a insuficiência de vários dos seus aspectos:

[Houve, em algum momento, a participação popular (professores, escolares) para o desenvolvimento das temáticas abordadas nas cartilhas? Por quê?] Não. Isso seria maravilhoso. Na gestão de uma ação pública lá no nível central e o *timing* que as coisas andam, que tem que executar o orçamento, chegou o final do ano, tem que executar, tem que gastar. Sabe aquela coisa lógica que é da execução das políticas? Da implementação? Não permitiu que isso ocorresse, de você convidar as pessoas, ir às escolas, de você fazer isso, escutar as pessoas, o que é que elas sugeririam para discutir, pelo menos quando eu estava lá... Um projeto com esse porte pela abrangência, quanto mais perto da população... por isso que eu digo, se é um programa estadual, se é um programa municipal, aí você tem mais instrumentais, está mais fácil de envolver, convidar secretarias, os diretores das escolas, vamos fazer fórum para escutar, uma eleição em cada escola. Então, assim, dificulta muito, não acompanha, daí que eu falo do *timing*, dessa sistemática, aí quando você fosse fazer chegaria ao fim e não tinha acontecido, aí o dinheiro ficaria sem usar, aí, volta. Aí a gestão orçamentária ficaria lá embaixo: é ingerência total. Por isso que eu defendo essa história do projeto e qualquer ação desse tipo ser mais perto da população beneficiária. O nível de gestão, de execução no máximo estadual, que aí possibilita mais, viabiliza. E você tem os CONSEAs que podem facilitar nesse processo já que eles congregam poder público e sociedade civil. E no poder público tem gente da secretaria de saúde, da secretaria de educação, de certa forma é um polo aglutinador, e o próprio SISAN tem a câmara de articulação até chegar ao nível municipal, a lei orgânica. Então, eu acho que seriam instrumentos interessantes para você viabilizar, de você estar mais perto de quem vai receber aquela ação e envolver. É fundamental isso (Inf. 03).

[Houve, em algum momento, a participação popular (professores, escolares) para o desenvolvimento das temáticas abordadas nas cartilhas? Por quê?] Não. Nem um teste. Se tivesse feito um teste, não teria sido passado, tinha reprovado. É isso que eu digo, se a cartilha tivesse tido um piloto, testado as cartilhas, antes de você mandar reproduzir, com um pedagogo do lado, não tinha passado as cartilhas do jeito que passaram. Minimamente a questão da linguagem, conteúdo, da imagem iam bater com a linguagem escrita. Então, minimamente, se tivesse feito uma avaliação, um teste, eu acho que muitas coisas não seriam questionadas depois do programa já caminhando. Aquilo que eu te falei, eu cheguei num momento para avaliar o projeto, não cheguei a participar da construção dele. Eu não sei o envolvimento dos profissionais. Mas, uma supervisão científica por parte de um nutricionista, não um nutricionista qualquer, um nutricionista capaz de entender a linguagem de quadrinhos, predisposto a fazer isso, e com uma visão ampla de Segurança Alimentar e Nutricional. Uma pessoa muito clínica não dava conta daquilo, de falar de cultura, e que pudesse, eventualmente, dialogar com antropólogos, com sociólogos, historiadores. Então, acho que faltou isso, e veja bem, não é porque os técnicos dos ministérios tivessem a obrigação de ver isso. Um supervisor externo talvez (Inf. 01).

[Se esta proposta de educação nutricional fosse reconsiderada enquanto projeto de governo, qual etapa dele, em sua opinião, poderia sofrer modificação? De que forma?] Todas. Deveria ser reconsiderado se o público é o mais adequado. Se os personagens são os mais adequados. Se os materiais realmente devem ser nacionais ou regionalizados. O projeto deve incluir o acompanhamento *in loco* e a capacitação de professores. A avaliação do projeto deve ocorrer de forma regular e planejada desde o início, e não apenas de forma esporádica. E, principalmente, deve haver um esforço conjunto de governo para que ele aconteça, pois ele foge da competência única e exclusiva de um ministério ou outro (Inf. 02) [grifo da entrevistada].

Por outro lado, é também necessário lembrar que vários dos depoimentos dos atores de 2005 foram obtidos no final da minha pesquisa, ou

seja, *depois* da publicação do *Marco de Referência*. O olhar que hoje os idealizadores lançam para o projeto é um olhar enriquecido pelas suas próprias trajetórias políticas, institucionais e acadêmicas e, mais em geral, pelo avanço conceitual que o Brasil pôde experimentar nestes últimos dez anos no campo da educação alimentar e nutricional. A coordenadora de 2003, pode dizer, em 2013:

Eu trataria esse projeto, com todas as suas avaliações, mas levaria como experiência exitosa iniciante para despertar nas crianças a temática de Educação Alimentar. Eu reiniciaria um trabalho forte com o MEC, via FNDE, que está sensível quanto a essa questão da Educação Alimentar voltada para crianças, seria uma instituição que eu trabalharia mais fortemente. Um outro ponto seria a capacitação dos professores, educadores, gestores das escolas em relação a essas temáticas, um ponto que eu não deixaria passar é talvez trabalhar um pouco melhor as temáticas a serem repassadas para as crianças. Eu iniciaria com esse olhar de mostrar o que é o processo de segurança alimentar, porque além de capacitar em alimentação saudável, eu também capacitaria para empoderar as crianças da importância de várias frentes atuarem na garantia da segurança alimentar. Então, eu tentaria despertar isso aí, para que a gente tivesse jovens mais conscientes mais educados na temática de segurança alimentar (Inf. 04).

O projeto Criança Saudável, Educação Dez teve no seu processo de construção a participação de profissionais entusiastas do campo da educação alimentar e nutricional, sofreu embates e disputas ministeriais, ficou sem apoio dos seus mentores durante o seu processo de utilização nas escolas pelos professores e escolares, mobilizou atores da educação em busca de uma ação transversal que pudesse ser operacionalizada de forma efetiva e conjunta às demais atividades curriculares. O empenho por parte dos sujeitos envolvidos, em maior e menor grau, na tarefa de implementar uma prática educativa sobre alimentação e nutrição não teve a sua continuidade ou não pôde alcançar o efeito

de uma ação que requereria um processo desdobrado não em dois anos, mas contínuo.

Para a continuidade desse projeto de educação alimentar e nutricional, pelo que apontam as duas pesquisas avaliativas às quais ele foi submetido, seria necessário uma reformulação de conteúdos e formas de envolvimento e participação popular, incluindo, sobretudo a promoção de estratégias de empoderamento e fornecimento de habilidades específicas aos professores para a condução desse eixo da educação em saúde. Teria ainda um desafio maior, talvez, para as equipes na construção de políticas de saúde, programas, projetos e ações governamentais: o entendimento de como se consolida uma verdadeira articulação entre os setores e equipes ministeriais, que pressuporia antes de tudo, subjungando as vaidades, um trabalho que desenvolvesse planejamento e método para subsidiar, explicar e fortalecer a integração entre ministérios e as ações intersetoriais e, depois, planejamento e método para as ações educativas, tendo essas, articulação interministerial e o acompanhamento contínuo, sobretudo inicial, de equipes com competências e habilidades na tarefa de avaliações. Essas equipes, portanto, deveriam compreender experiências, competências e atribuições do campo da política e da administração e, também, dos campos acadêmicos e científicos – Educação, Saúde e mais especificamente, Nutrição. Que a experiência do *Marco de Referência*, que teve a sua construção pautada justamente nesse bloco, possa ter continuidade. A ela deve-se acrescentar a consciência, constante entre as pessoas que participaram do Criança Saudável, Educação Dez e que se dispuseram a compartilhar comigo a sua trajetória e as suas representações, de que a renovação teórica e metodológica da Educação Alimentar e Nutricional passa, também, por essa interação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa tentativa de aproximação entre o projeto Criança saudável, Educação Dez e as abordagens e práticas de educação em saúde e de educação alimentar e nutricional, em perspectiva comparada e histórica, possibilitou-me compreender as relações existentes entre as práticas discursivas da educação em saúde, em um momento contemporâneo e numa etapa passada. Em ambas as fases, a análise explicitou as formas pelas quais essa prática esteve e está envolta num cenário político, acadêmico, científico e social. É justamente a compreensão desse contexto que permite a adequada abordagem do objeto e a localização dos acertos e dos dilemas dessas práticas.

O instrumental teórico de base a essa investigação permitiu-me um deslocamento cronológico para a ampliação das minhas reflexões sobre as influências dos sujeitos, das práticas e dos discursos em um campo de estrutura fortemente social e educativa: escolares, professores e escola. Nenhuma ação, nesse sentido, seja ela política, educacional, científica, cultural ou discursiva, possui plena autonomia. A experiência histórica, como é uma prática de educação em saúde, sofre condicionamentos históricos. Neste caso, a prática foi, ao mesmo tempo, política, educacional, científica, cultural e discursiva. Gerou-se na esfera política, desenvolveu-se em articulação com saberes científicos e educacionais e foi veiculada através de um artefato cultural cuja linguagem prevalente era discursiva (textos e imagens). É nesse marco que considero positivo o ponto de chegada da pesquisa, que permitiu esquadrihar os vários aspectos, as heranças, os conteúdos, as aparências e as subjacências do projeto em tela.

Além disso, o Criança Saudável, Educação Dez teve a presença decisiva de um ator menos usual nesses panoramas: a iniciativa privada, aqui representada pela editora Globo. Ela, sem dúvida, articula-se com todos os aspectos que nortearam a minha fundamentação teórica e a minha abordagem metodológica, ou seja, as perspectivas política, educacional, científica, cultural e

discursiva. Não se explicaria de forma diferente uma aliança tão forte, sem a qual não teríamos esse programa ou não o teríamos dessa forma e nessa modalidade. A historicidade do conteúdo, assim, permite incluir a historicidade da forma e da prática como um todo. Verificamos, por exemplo, como a relação entre a opção pelas personagens oriundas do universo de Monteiro Lobato e a interveniência da Editora Globo constitui um ponto indissolúvel. Monteiro Lobato e os personagens do seu Sítio do Picapau Amarelo, nesse sentido, perfazem, ao mesmo tempo, uma herança sempre atualizada. Para sair do impasse, foi necessário contextualizar duplamente: a interface entre práticas do passado e práticas do presente revela o dilema contemporâneo e ajuda na compreensão, por exemplo, do cancelamento do projeto. Isso não seria possível apenas com a descrição narrativa do presente.

Assim, este trabalho permite algumas considerações finais.

Esta ação educativa governamental apresentou pontos frágeis e pontos fortes. Frágeis pela sua impossibilidade de desenvolver uma prática que abrisse possibilidades de reflexão em toda a extensão no campo destinatário, pela impossibilidade de convidar ao diálogo os setores envolvidos, pelo uso de abordagens educativas condicionantes, instrucionais, ou seja, de transmissão de conhecimento, pela falta de uma reflexão transdisciplinar mais aprofundada e longa por parte dos Ministérios envolvidos. Como pontos fortes e avanços, considero as parcerias interministeriais firmadas, embora de bases frágeis, pela inovação na reunião de atores intersetoriais na elaboração da ação, mas que precisam de mais diálogo para o fortalecimento do mecanismo de parceria, para a compreensão do verdadeiro sentido da articulação, pela inserção do Terceiro Setor na elaboração das cartilhas. Também considero um ponto forte a ousadia de trazer profissionais jovens na construção de um projeto nacional de educação alimentar e nutricional para escolares, e a realização de avaliações de vários segmentos, uma externa (NEPA) e outra institucional (MDS).

A avaliação de um projeto social deve acontecer antes de tudo na fase inicial, pois será a partir dela que surgirão os questionamentos e a adoção do melhor método e referencial teórico para a condução da ação educativa. Nesse

sentido, talvez os órgãos envolvidos tenham demorado a adotar um instrumento avaliativo que só surgiu em 2006.

As ações e as políticas públicas acontecem, ou tentam acontecer, no contexto e de acordo com o texto político vigente do governo da vez. Ou seja, as características das ações educativas acompanham as vontades e os discursos políticos, às vezes efêmeros. Sobre isso, cabe uma reflexão para futuras ações: o processo de educação não pode ficar a mercê das alternâncias dos textos e discursos políticos, elas devem se desprender desta esfera, tomar vida e se fortalecerem no campo da sociedade civil, junto a um conjunto de setores de apoio: universidade, conselhos (CONSEAs, CAEs), grupos comunitários e governo, sendo este o setor menos importante no gerenciamento da prática educativa em saúde. Dessa forma, as ações de educação alimentar e nutricional não poderiam ficar submetidas às transições e ordens políticas, deveriam, ao contrário disso, criar cada vez mais condições para se efetivarem e se consolidarem na participação social, firmando assim um novo e polissêmico discurso, diluído no e pelo controle social. Numa fórmula muito conhecida mas nem por isso menos válida: deixar de ser políticas de governo(s) e passar a ser políticas de Estado.

A análise da gênese e evolução do projeto Criança Saudável, Educação Dez, dada na articulação dos ministérios com empresas do terceiro setor revelou que existe uma concentração de poder para realização das práticas educativas em saúde nas instâncias governamentais em detrimento da autonomia e independência da sociedade civil na participação e condução dessas ações. Por isso, sobre o envolvimento dos professores de ensino fundamental nas ações de educação alimentar e nutricional um esforço deveria se dar no campo curricular de sua formação no intuito de habilitá-los e instrumentalizá-los para a prática pedagógica também na abordagem da saúde que hoje só é feita formalmente pela existência de temas transversais. O currículo desse professor que hoje tem demandas que superam o ensino formal para a alfabetização e letramento deveria contemplar disciplinas de educação alimentar e nutricional e temas de promoção

da saúde, com um mínimo de enfoque preventivista tendo em vista dois grandes impasses do campo profissional do nutricionista: primeiro, a sua impossibilidade de sair das tarefas mais absorvedoras dadas pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar como a própria administração da alimentação (das compras dos gêneros à elaboração dos cardápios, perpassando pela visita às unidades escolares para a avaliação das boas práticas de manipulação de alimentos), ficando a parte educacional menos valorizada; e, segundo, a sua impossibilidade de sair dos setores ministeriais para o acompanhamento e intervenção de suas próprias construções de ações educativas.

Apesar das dificuldades e obstáculos para a efetiva participação social na construção e condução das ações de educação alimentar e nutricional, essas vêm recebendo atenção nas esferas públicas e administrativas e estão se projetando mais engajadamente à sociedade civil. Entretanto, enquanto elas não forem planejadas com o apoio dos elementos norteadores do método, de um teoria epistemológica, que deixem claro por qual abordagem de processo educativo se pretende alcançar os objetivos propostos, dificilmente os envolvidos poderão compreender a forma como se dá a produção do conhecimento e das próprias práticas de educação em saúde para mudanças de comportamento alimentar que valorizem a produção alimentar local, que promulguem a identidade do grupo respeitando a diversidade cultural e o saber popular, que digam respeito à cidadania, que promovam a saúde e sobretudo, que coloquem os sujeitos responsáveis por suas práticas numa posição empoderada.

Em síntese, espero que este trabalho contribua em algo que possa constituir o planejamento e a consolidação de ações educativas, no âmbito da nutrição, seja no espaço da escola ou em qualquer outro onde as práticas sociais dotadas de historicidade sejam compreendidas e trabalhadas sob a égide das abordagens socioculturais e problematizadoras e que valorizem verdadeiramente o ser humano na sua condição de sujeito nas construções de conhecimento, no desafio de colocar todos os atores (escolares, professores, academia, iniciativa privada e governo) dialogando, construindo e fazendo uma educação alimentar e

nutricional que atenda à realidade social, ao contexto político e à exigibilidade intrínseca de seu caráter permanente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALCÂNTARA, C. S. **Currículo cultural das histórias em quadrinhos: Emília e a Turma do Sítio na Cartilha da Nutrição do Fome Zero.** (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal do Ceará. Faculdade de Educação. Fortaleza - CE, 2008.

ALMEIDA FILHO, N. Transdisciplinaridade e Saúde Coletiva. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 11, n.1/2, p. 5-20. 1997.

ALMEIDA JUNIOR, A. F. de. **Cartilha de Higiene** – para uso das escolas primárias. 16ª ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1938.

ÂNGELO, L. F. *et al.*. A psicologia do esporte na iniciação esportiva infantil. **Psicologia para América Latina**, n. 18. 2009.

APERIBENSE, P. G. G. de S.; BARREIRA, I. de A. A Enfermeira Lieselotte Hoeschl Ornellas e o surgimento da profissão de nutricionista. **Escola Anna Nery**, v. 10, n.3, p. 560-564. 2006.

ARANHA, A. V. **Fome Zero: Uma História Brasileira.** Brasília, DF: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, Assessoria Fome Zero, v. 1. 2010.

ARNAIZ, M. G. Em direção a uma Nova Ordem Alimentar? *In*: CANESQUI, A. M. E GARCIA, R. W. D. (orgs.). **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível.** Rio de Janeiro: Fiocruz, p. 147-163. 2005.

ARRUDA, B. K. G de; ARRUDA, I. K. G. de. Marcos referenciais da trajetória das políticas *de alimentação* e nutrição no Brasil. **Revista Brasileira de Saúde**

Materno- Infantil, v. 7, n. 3, p. 319-326. 2007.

BAGNATO, M. H. S.; RENOVATO, R. D. Práticas educativas em saúde: um território de saber, poder e produção de identidades. *In*: DEITOS R. A., RODRIGUES, R. M. (orgs.). **Estado, desenvolvimento, democracia & políticas sociais**. Cascavel: EDUNIOESTE, p. 87-104. 2006.

BALL, S. J.; BOWE, R. Subject departments and the “implementation” of National Curriculum policy: an overview of the issues. **Journal of Curriculum Studies**, London, v. 24, n. 2, p. 97-115. 1992.

BALL, S.; MAINARDES, J. (orgs.). **Políticas Educacionais: questões e dilemas**. São Paulo: Cortez, 2011.

BARROS, M. S. C.; TARTAGLIA, J. C. A política de alimentação e nutrição no Brasil: breve histórico, avaliação e perspectivas. **Alimentação e Nutrição**, v. 14, n. 1, p. 109-121. 2003.

BELIK, W. Perspectivas para segurança alimentar e nutricional no Brasil. **Saúde e Sociedade**, v. 12, n.1, p. 12-20. 2003.

BELIK, W. e MALUF, R. S. **Abastecimento e segurança alimentar: os limites da liberalização**. Campinas: Unicamp, 2000.

BELIK, W.; SILVA, J. G.; TAKAGI, M. Políticas de combate à fome no Brasil. *In*: -. ANDRADE, M. C. de *et al.*. **Josué de Castro e o Brasil**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, p. 11-37, 2003.

BERTOLOZZI, M. R.; GRECO, R. M. As políticas de saúde no Brasil: reconstrução histórica e perspectivas atuais. **Revista da Escola de Enfermagem**

da **USP**, n. 30, v. 3, p. 380-98. 1996.

BEZERRA, J. A. B. Educação alimentar e a constituição de trabalhadores fortes, robustos e produtivos: análise da produção científica em nutrição no Brasil, 1934-1941. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, v. 19, n.1, p. 157-179. 2012.

BITTAR, M. A pesquisa em educação no Brasil e a constituição do campo científico. **Revista HISTEDBR on-line**, v. 33, p. 3-22, 2009. Disponível em: http://www.histedbr.fae.unicamp.br/revista/edicoes/33/art01_33.pdf. Acesso em 15 de fevereiro de 2010.

BIZZO, M. L. G. Ação política e pensamento social em Josué de Castro. **Boletim do Museu Paraense Emílio Goeldi. Ciências humanas**, v. 4, n. 3, p.401-420. 2009.

BIZZO, M. L. G. **Agências internacionais e agenda local: atores e idéias na interlocução entre nutrição e país (1932-1964)**. (Tese de Doutorado) – Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro - RJ, 2012.

BIZZO, M. L. G. e LIMA, N. T. O projeto civilizatório nacional do Instituto de Nutrição da Universidade do Brasil (1946-1960). **Perspectivas**, v. 37, p. 191-209, jan./jun. 2010.

BOCCHI, C. A experiência participativa do CONSEA na construção das políticas públicas de segurança alimentar e nutricional. **III Congresso Consad de Gestão Pública**. Brasília, 2010. Disponível em: consad.org.br/sites/1500/1504/00001889.pdf. Acesso em 20 de julho de 2012.

BOOG, M. C. F. Educação Nutricional: passado, presente, futuro. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 10, n. 1, p. 5-19, jan./jun. 1997.

BOOG, M.C.F. *et al.*. Avaliação do Projeto “Criança Saudável, Educação Dez”: A Visão de Gestores e Professores de Escolas Brasileiras de Ensino Fundamental. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, v. 16, n. 2, p. 60-86. 2009.

BOOG, M. C. F. Histórico da Educação Alimentar e Nutricional no Brasil. *In*: DIEZ-GARCIA, R.W.; CERVATO-MANCUSO, A. M. (orgs.). **Mudanças alimentares e Educação Nutricional**, Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, p. 67-73. 2011.

BOOG, M. C. F. Educação Nutricional como Disciplina Acadêmica. *In*: DIEZ-GARCIA, R.W.; CERVATO-MANCUSO, A. M. (orgs.). **Mudanças alimentares e Educação Nutricional**, Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, p 74-83, 2011a.

BOSI, M.L.M e PRADO, S.D. Alimentação e Nutrição em Saúde Coletiva: constituição, contornos e estatuto científico. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 7-17. 2011.

BOURDIEU, P. **O Poder simbólico**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.

BOURDIEU, P. O campo científico. *In*: **A sociologia de Pierre Bourdieu**. Org. Renato Ortiz. São Paulo: Olho d’Água, p. 112-143, 2003.

BOURDIEU, P. Esboço de uma teoria da prática. *In*: **A sociologia de Pierre Bourdieu**. Org. Renato Ortiz. São Paulo: Olho d’Água, p.39-72, 2003b.

BOURDIEU, P.; PASSERON, J-C. **A reprodução**. Elementos para uma teoria do sistema de ensino. 4ª ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

BOWE, R. *et al.*. **Reforming Education & Changing Schools**: Case Studies in Policy Sociology. London: Routledge, 1992.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Edição. Brasília: Ministério da Saúde (Série B. Textos Básicos de Saúde), 2003.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional. **Termo de referência s/n**. Brasília, DF, 2004a.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria de Segurança Alimentar e Nutricional. **Ofício nº 1101**. Brasília, DF, 2004b.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional. **Nota Técnica nº 178**. Brasília, DF, 2004c.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional. **Despacho s/n**. Brasília, DF, 2004d.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional. **Memória da Reunião para pautar temas para a segunda fase do projeto “Criança Saudável, Educação Dez”**. Brasília, DF, 2004e.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria de Segurança Alimentar e Nutricional. **Ofício nº 1544**. Brasília, DF, 2004f.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional. **Termo de referência Projeto “Criança Saudável, Educação Dez”**. Brasília, DF, (21 de setembro) 2004g.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria de Segurança Alimentar e Nutricional. **Ofício nº 1599**. Brasília, DF, 2004h.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional. **Termo de referência Projeto “Criança Saudável, Educação Dez”**. Brasília, DF, (23 de dezembro) 2004i.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional: “A construção da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional”** - Relatório Final. Olinda, 2004j.

BRASIL. Ministério Do Desenvolvimento Social E Combate À Fome. **Criança Saudável, Educação Dez**. Editora Globo, 2005.
http://www.mds.gov.br/programas/seguranca-alimentar-e-nutricional-san/educacao-alimentar-e-nutricional/projetos/crianca_saudavel_-_educacao_dez_mds. Acesso em 15/07/08.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Relatório de Gestão-2005**. Brasília: 2006a.

BRASIL. Presidência da República. Controladoria-Geral da União. Secretaria Federal da União. **Relatório de Auditoria**. Brasília, 2006b.

BRASIL. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Secretaria de Defesa Agropecuária. **Tomada de contas. Relatório de Gestão – Exercício 2006**. Brasília: 2007a.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **III Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**: “Por um Desenvolvimento Sustentável com Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional” - Relatório Final. Fortaleza, 2007b.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília: MDS, 2007. Disponível em: <http://www.mds.gov.br/programas/seguranca-alimentar-e-nutricional-san/educacao-alimentar-e-nutricional>. Acesso em agosto, 2007c.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Relatório de Gestão-2006**. Brasília: 2007d.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Escolas promotoras de saúde**: experiências do Brasil/Ministério da Saúde, Organização Pan-Americana da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2007e.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Relatório de Gestão-2007**. Brasília: 2008.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência da Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Disponível em <http://www.fnde.gov.br/arquivos/category/116-alimentacao-escolar?download=7898:marco-de-referencia>. Acesso em 20 de maio de 2013.

CANDEIAS, N. M. F. Evolução histórica da educação em saúde como disciplina de ensino na Faculdade de saúde Pública da Universidade de São Paulo – 1925 a 1967. **Revista de Saúde Pública**, v. 22, n. 4, p. 347-65. 1988.

CANDIDO, A. **Os parceiros do rio Bonito**. 6ª ed. São Paulo: Duas Cidades,

1982.

CANDIDO, A. A Revolução de trinta e a cultura. *In: A educação pela noite & outros ensaios*. São Paulo: Atica, 1987.

CANESQUI, A. M. Comentários sobre os Estudos Antropológicos da Alimentação. *In: CANESQUI, A.M.; GARCIA, R.W.D. (orgs.). Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: Fiocruz, p. 23-47, 2005.

CARDOSO DE MELO, J. A. Educação sanitária: uma visão crítica. **Cadernos CEDES**, v. 4, p. 28-43. 1984.

CARVALHO, D. G. de. **O Programa nacional de Alimentação escolar e a sustentabilidade: o caso do Distrito Federal (2005-2008)**. (Dissertação de Mestrado). Centro de Desenvolvimento Sustentável, Brasília-DF. 2009.

CARVALHO, M. M. C. Quando a história da educação é a história da disciplina e da higienização das pessoas. *In: FREITAS, M. C. (Org.). História Social da Infância no Brasil*. São Paulo: Cortez, p. 291-310, 1997.

CARVALHO, M. M. C. **Molde Nacional e Fôrma cívica: Higiene, moral e trabalho no projeto da Associação Brasileira de Educação (1924-1931)**. Bragança Paulista: EDUSF, 1998.

CEESP – Conselho Estadual de Educação de São Paulo. **Antonio Ferreira de Almeida Júnior**. Disponível em: <http://www.ceesp.sp.gov.br>. Acesso em 11/07/08.

CHAUÍ, M. O discurso competente. *In: -. Cultura e democracia. O discurso competente e outras falas*. São Paulo: Moderna, p. 3-13. 1982.

CORRÊA, M. **As ilusões da liberdade:** a Escola Nina Rodrigues e a Antropologia no Brasil. Bragança Paulista: EDUSF, 1988.

CRE – Centro de Referência em Educação “Mario Covas”. **A escola pública e o saber.** Cartilhas. Disponível em <http://www.crmariocovas.sp.gov.br>. Acesso em: 10/07/08.

CLARK, J. U. **Primeira República, as escolas graduadas e o ideário do iluminismo republicano:** 1889-1930. Disponível em: http://www.histedbr.fae.unicamp.br/navegando/periodo_primeira_republica_intro.html. Acesso em: 09/07/08.

COIMBRA, M. *et al.*. **Comer e aprender:** uma história da alimentação escolar no Brasil. Belo Horizonte: MEC, 1982.

CONSEA - CONSELHO NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR. **I Conferência Nacional de Segurança Alimentar.** Brasília, 1994.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS – CFN. **A história do nutricionista no Brasil.** Disponível em: www.cfn.org.br. Acesso em: 05/09/2013.

COSTA, N. R. Estado, educação e saúde: a higiene da vida cotidiana. **Cadernos CEDES**, v. 4, n. 5-27. 1984.

DETREGIACHI, C. R. P. **Programa de orientação a professores para o desenvolvimento de projeto educativo:** efeito na aprendizagem acerca de alimentação saudável. (Tese de Doutorado). Universidade Estadual Paulista Júlio De Mesquita Filho. Faculdade de Filosofia e Ciências. Marília-SP. 2008.

DICIONÁRIO HISTÓRICO-BIOGRÁFICO DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE NO

BRASIL (1832-1930). **Laboratório de Higiene da Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro**. Casa de Oswaldo Cruz/Fiocruz. Disponível em <http://www.dichistoriasaude.coc.fiocruz.br>. Acesso em: 09/07/08.

D'OLIVEIRA, G. F. Saberes enquadrados: Histórias em Quadrinhos e (re)construções identitárias. (Tese de Doutorado). Universidade de São Paulo. Escola de Comunicações e Artes. São Paulo-SP. 2009.

DUARTE, R. Entrevistas em pesquisas qualitativas. **Educar**, n. 24, p.213-225. 2004.

EVANGELISTA, A. M. C. A arte de comer bem: nutricionistas e visitadoras de alimentação do Serviço de Alimentação da Previdência Social – SAPS (1940-1967). **Anais do XXVI Simpósio Nacional de História – ANPUH**. São Paulo, julho 2011. Disponível em www.snh2011.anpuh.org/site/anaiscomplementares. Acesso em 05/06/2012.

Expo Fome zero exibirá ações sociais. **Folha de São Paulo**. São Paulo, 01 de fevereiro de 2004.

FARIA, L. A Casa de Geraldo de Paula Souza: texto e imagem sobre um sanitarista paulista. **História, Ciências, Saúde - Manguinhos**, v. 12, n.3, p. 1011-1024. 2005.

FARIA, L. R. O Instituto de Higiene: Contribuição à História da Ciência e da Administração da Saúde em São Paulo. **Physis**, Revista de Saúde Coletiva, v. 9, n.1, p. 175-208. 1999.

FARIA, L. R. A Fundação Rockefeller e os serviços de saúde em São Paulo (1920-30): perspectivas históricas. **História, Ciências, Saúde - Manguinhos**, v.

9, n.3, p. 561-590. 2002.

FERNANDES, F. M. B. *et al.*. Reflexões sobre avaliação de políticas de saúde no Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 27, n.9, p.1667-1677, set. 2011.

FERNANDES, M. N. (s.d.). **Um tom para o bom tom. Higiene e civilidade na série de leitura graduada Pedrinho/Lourenço Filho**. Artigo apresentado no 16º COLE – Congresso Nacional de Leitura, realizado em Campinas – SP. Disponível em alb.com.br/arquivo-morto/edicoes_antteriores/anais16/sem03pdf/sm03ss06_02.pdf. Acesso em 08/06/2012.

FERRARO, A. R. Analfabetismo e níveis de letramento no Brasil: o que dizem os censos? **Educação e Sociedade**, v. 23, n. 81, p. 21-47. 2002.

FERREIRA, A. G. O sentido da Educação Comparada: uma compreensão sobre a construção de uma identidade. **Educação**, v. 31, n.2, p. 124-138. 2008.

FONSECA, S. C. Repercussões das ideias de Anísio Teixeira na obra de Paulo Freire. **Travessias**, v. 2, p.3-15, 2008. Disponível em <http://e-revista.unioeste.br/index.php/travessias/article/view/3120>. Acesso em 12/02/2010.

FRANCO, E. S. **HQTRÔNICAS: do suporte papel à rede Internet**. São Paulo: Annablume; Fapesp, 2004.

FREYRE, G. **Casa-grande & senzala**. 34ª ed. Rio de Janeiro: Record, 1998.

FROTA, J. W. da S. **Educação e Alimentação: Ideias sociais, políticas e pedagógicas na obra de Dante Costa**. (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal do Ceará. Faculdade de em Educação. Fortaleza-CE. 2011.

FROZI, D. S.; GALEAZZI, M. A. M. Políticas públicas de alimentação no Brasil: uma revisão fundamentada nos conceitos de bem-estar social e de segurança alimentar e nutricional. **Cadernos de Debate**, Campinas, SP, v.11, p. 58-83, dez. 2004.

FURTUOSO, M. C. O. Programas de suplementação alimentar: impacto sobre algumas variáveis econômicas. **Scientia Agricola**, v. 52, n. 2, p. 399-407. 1995.

GALEAZZI, M. A. M. (org.). **Segurança Alimentar e cidadania**. A contribuição das universidades paulistas. Campinas: Mercado de Letras, 1996.

GANDINI, R. **Almeida Júnior**. Recife: Massangana, 2010 (Col. Educadores)

GARCIA, D. V. **A construção da política nacional de saúde bucal: percorrendo os bastidores do processo de formulação**. (Dissertação de Mestrado). Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro - RJ. 2006.

GARCÍA CANCLINI, N. **As culturas populares no capitalismo**. São Paulo: Brasiliense, 1983.

GAZZINELLI, M. F. *et al.*. Educação em saúde: conhecimentos, representações sociais e experiências da doença. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 21, n.1, p. 200-206. 2005.

GHIRALDELLI JÚNIOR, P. **História da educação**. 2^a ed. São Paulo: Cortez, 2001.

GONÇALVES, F. D. *et al.*. A promoção da saúde na educação infantil. **Interface**, v. 12, n. 24, p. 181-192. 2008.

GONDRA, J. G. **Artes de Civilizar: medicina, higiene e educação escolar na Corte Imperial**. São Paulo. (Tese de Doutorado). Universidade de São Paulo. Faculdade de Educação. São Paulo – SP. 2000.

GOUVÊA, L. A. V. N. de. Educação para a saúde na legislação educacional no Brasil. In: **Seminário Nacional Estado e Políticas Sociais no Brasil**, 2003, Cascavel. Estado e Políticas Sociais no Brasil. Disponível em: <http://cac.php.unioeste.br/projetos/gpps/midia/seminario1/trabalhos/Saude/eixo1/73LedaVNabucodeGouvea.pdf>. Acesso em 05/06/2012.

GRAMSCI, A. **Cadernos do Cárcere**. Vol. 1. 6ª ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006a.

GRAMSCI, A. **Cadernos do Cárcere**. Vol. 2. 4ª ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006b.

GROSSBERG, L. El Corazon de los estudios culturales: Contextualidad, construccionismo y complejidad. **Tabula Rasa**, v. 10, p. 13-48. 2009.

GUIMARÃES, M. R. C. Chernoviz e os manuais de medicina popular no Império **História, Ciências, Saúde - Manguinhos**, v.2, n.2, p. 5010 – 514, maio / ago. 2005.

HALL, S. A relevância de Gramsci para o estudo de raça e etnicidade. In: **Da diáspora**. Identidades e mediações culturais. Belo Horizonte: UFMG; Brasília: Representação da UNESCO no Brasil, 2003, p.294-334.

HOCMAN, G. Saúde pública, ou os males do Brasil são. In: BOTELHO, André, e Lilia Moritz Schwarcz (orgs.). **Agenda Brasileira. Temas de uma sociedade em mudança**. São Paulo: Companhia das Letras, p. 480-491, 2011.

INSTITUTO CIDADANIA. **Projeto Fome Zero**. Uma proposta de segurança Alimentar para o Brasil. Outubro/2001. Versão 3. São Paulo, 2002.

JACOMELI, M. R. M. **Dos Estudos Sociais aos Temas Transversais**: uma abordagem histórica dos fundamentos teóricos das políticas educacionais brasileiras (1971-2000). (Tese de Doutorado). Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação. Campinas – SP. 2004.

LEME, P. O. Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova e suas repercussões na realidade educacional brasileira. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v. 86, n. 212, p. 163-178. 2005.

LIMA, A. L. G. S.; PINTO, M. M. S. Fontes para a história dos 50 anos do Ministério da Saúde. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, v. 10, n. 3, p. 1037-1051. 2003.

LIMA, E. S. Gênese e constituição da Educação Alimentar: uma síntese. **Physis: revista de saúde coletiva**. Rio de Janeiro, v. 7, n. 2, p. 9-29. 1997.

LIMA, E. S. **Mal de fome e não de raça**. Gênese, constituição e ação política da educação alimentar. Brasil – 1934-1946. Rio de Janeiro: Ed. da Fiocruz, 2000.

MAGALDI, A. M. B. M. A quem cabe educar? Notas sobre as relações entre a esfera pública e a privada nos debates educacionais dos anos de 1920-1930. **Revista Brasileira de História da Educação**, v. 5, p. 213-231. 2003.

MAGALHAES, M. G. S.; ROCHA, H. H. P. Leituras úteis: maternidade e infância nos almanaques de farmácia e guias de saúde brasileiros (1920-1950). *In*: **VIII Congresso Iberoamericano de Historia de la Educación Latinoamericana**,

Buenos Aires, 2007, Buenos Aires. Disponível em: alb.com.br/arquivo-morto/edicoes_anteriores/anais16/sem07pdf/sm07ss02_06.pdf. Acesso em 10/11/2010.

MAINARDES, J. Abordagem do ciclo de políticas: Uma contribuição para a análise de Políticas educacionais. **Educação e Sociedade**, v. 27, n. 94, p. 47-69. 2006. Disponível em <http://www.cedes.unicamp.br>. Acesso em 04/09/2011.

MARQUES, V. R. B. **A Medicalização da Raça: Médicos, Educadores e Discurso Eugênico**. Campinas: Ed. da UNICAMP, 1994.

MENDES, R. B. **O Dia do Trabalho, a Escola de Sociologia e Política e o salário mínimo**. Disponível em <http://www.fespsp.com.br/noticias/diadotrabalho-010506-20h.htm>. Acesso em 24 de março de 2009.

MENDONÇA, D. **A higiene mental do escolar: o ardil da ordem**. (Dissertação de Mestrado). Universidade Estadual de Maringá. Faculdade de Educação. Maringá-PR. 2006.

MOTTA, D. G. e BOOG, M. C.. F. **Educação Nutricional**. Planejamento, execução e avaliação de programas. São Paulo: Ibrasa, 1983.

NEPA. Núcleo de estudos e pesquisas em alimentação. **Produto II. Avaliação do Projeto Criança Saudável, Educação Dez – Programa de Educação Alimentar**. UNICAMP, 2007.

NISKIER, A. **Educação brasileira: 500 anos de história, 1500 – 2000**. 2ª Ed. Rio de Janeiro: Consultor, 1995.

NOGUEIRA, M. A. e NOGUEIRA, C. M. M. **Bourdieu e a Educação**. Belo

Horizonte: Autêntica, 2009.

O MANIFESTO DOS PIONEIROS DA EDUCAÇÃO NOVA – 1932. In: **História da educação no Brasil. Período da segunda república**. Disponível em: <http://www.pedagogiaemfoco.pro.br/heb07a.htm>. Acesso em: 15/07/08.

OLIVEIRA, K.S. Evaluation of the 2005 “Criança Saudável - Educação Dez” teaching material. **Interface – Comunicação, Saúde, Educação**, v.12, n.25, p.401-10, abr./jun. 2008

D’OLIVEIRA, G. F. **Saberes enquadrados**: histórias em quadrinhos e (re)construções identitárias. (Tese de Doutorado). Universidade de São Paulo. São Paulo – SP. 2009.

OLIVEN, A. C. A marca de origem: comparando *colleges* norteamericanos e faculdades brasileiras. **Cadernos de Pesquisa**, v. 35, n. 125, p. 111-135, 2005.

ORNELAS, L. H. Formação profissional de Nutricionistas no Brasil (Tendências passadas e presentes). **Boletim ABN**, II (3-4), 3-4, jan/dez. 1972.

ORNELAS, L. H. Um pouco de história, saudade e nutrição. **Alimentação e Nutrição**, n. 9, p. 48-49. 1982.

ORGANIZACIÓN PAN-AMERICANA DE LA SALUD. **Escuelas promotoras de la salud**: fortalecimiento de la iniciativa regional. Washington: OPS, 2003.

PASSIANI, E. A construção da hegemonia: Monteiro Lobato, mercado editorial e campo literário no Brasil. **Miscelânea**, Assis, vol.6, jun./nov.2009, p. 124-138. Disponível em: <http://www.assis.unesp.br/Home/PosGraduacao/Letras/RevistaMiscelanea/v6/enio.pdf>. Acesso em maio de 2013.

PELICIONI, A.F e PELICIONI, M. C. F. Educação e promoção da saúde: uma retrospectiva histórica. **O mundo da saúde**, v. 31, n. 3, p. 320-328. 2007.

PRADO, S. D. *et al.*. A pesquisa sobre Alimentação no Brasil: sustentando a autonomia do campo Alimentação e Nutrição. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 16, n.1, p. 107-119, Jan. 2011a.

PRADO, S. D. *et al.*. Alimentação e nutrição como campo científico autônomo no Brasil: conceitos, domínios e projetos políticos. **Revista de Nutrição**, v. 24, p. 6, p. 927-937, nov./dez. 2011b.

REIS, D. C. dos. Educação em saúde. Aspectos históricos e conceituais. *In*: GAZZINELLI, M. F. *et al.* (orgs.). **Educação em saúde. Teoria, método e imaginário**. Belo Horizonte: UFMG, p. 20-24, 2006.

RENOVATO, R. D. **Práticas educativas em saúde**: trilhas, discursos e sujeitos. (Tese de Doutorado). Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação. Campinas – SP. 2009.

ROCHA, H. H. P. Prescrevendo regras de bem viver: cultura escolar e racionalidade científica. **Cadernos CEDES**, Campinas, v. 20, n. 52, p. 55-73, 2000.

ROCHA, H. H. P. Educação escolar e higienização da infância. **Cadernos CEDES**, Campinas, v. 23, n. 59, p. 39-56. 2003.

ROCHA, H. H. P. Alfabetização, saneamento e regeneração nas iniciativas de difusão da escola primária em São Paulo. **Pro-Posições**, v. 22, n. 2, p. 151-172. 2011.

RODRIGUES, E. M; BOOG, M. C. F. Problematização como estratégia de educação nutricional com adolescentes obesos. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, n. 5, p. 923-931. 2006.

RODRIGUES, J. Alimentação popular em São Paulo (1920 a 1950) – políticas públicas, discursos técnicos e práticas profissionais, **Anais do Museu Paulista**, v. 15, n. 2, p. 221-255. 2007.

ROMANELLI, O. O. **História da educação no Brasil**. 28^a ed. Petrópolis: Vozes, 2003.

SALAY, E. Política de Alimentação e Nutrição: Evolução das Abordagens. **Cadernos de Debate**. Campinas, v. 1, p. 1-19. 1993.

SANTOS, L. A. C. O pensamento sanitário na Primeira República: Uma ideologia de construção da nacionalidade. **Dados. Revista de Ciências Sociais**, v. 28, n. 2, p. 193-210. 1985.

SANTOS, I. U. M. **Cuidar e curar para governar**: as campanhas de saúde na escola. (Dissertação de Mestrado) Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Faculdade de Educação. Porto Alegre – RS. 2004.

SÃO PAULO. Governo do Estado de São Paulo. **Turma do Sítio do Pica-Pau Amarelo divulga trabalho de inspeção em sucos de frutas**. 2007. Disponível em: www.apta.sp.gov.br/noticias.php?id=2235 Acesso em 13 de abril de 2013.

SAVIANI, D. **História das ideias pedagógicas no Brasil**. Campinas: Editores Associados, 2007.

SCHWARCZ, L. M. **O espetáculo das raças**. Cientistas, instituições e questão racial no Brasil 1870-1930. São Paulo: Companhia das Letras, 1993.

SHIROMA, E. O, MORAES, M. C. M, EVANGELISTA, O. **Política educacional**. 4ª edição. Rio de Janeiro: Lamparina, 2007.

SILVA, A. C. De Vargas a Itamar: políticas e programas de alimentação e nutrição. **Estudos Avançados**, v. 9, n. 23, p. 87-107. 1995.

SILVA, M. O. S. **Avaliação de políticas e programas sociais**: teoria e prática. São Paulo: Veras Editora, 2001.

SILVA, C. M. da C. *et al.*. Educação em saúde: uma reflexão histórica de suas práticas. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 15, n. 5, p. 2539-2550. 2010.

SILVA, M. H. O. **Programa de Alimentação do Trabalhador – PAT**. Estudo de desempenho e evolução de uma política social. (Dissertação de mestrado). Escola Nacional de Saúde Pública. Rio de Janeiro - RJ. 1998.

SILVA, M. R. B. Saúde e instrução em São Paulo na Primeira República: projetos de modernização. **Mneme – Revista de Humanidades** [Dossiê Histórias da Saúde e da Doença, org. André Mota e Iranilson Buriti], Natal, v. 7, n. 17, p. 49-61. 2005.

SILVA, C. M. C. *et al.* Educação em saúde e suas práticas ao longo da história brasileira. *In*: PELICIONI, M. C. F e MIALHE, F. L. **Educação e promoção da saúde**: teoria e prática. São Paulo: Santos, 2012.

SOUZA, V. S. Em nome da raça: a propaganda eugênica e as idéias de Renato Kehl nos anos 1910 e 1920. **Revista de História Regional**, Ponta Grossa, v. 11,

n. 2, p. 29-70. 2006.

SOUZA, E. M. **O serviço nacional de educação sanitária: contexto de criação e suas primeiras ações (1930-1945).** 2010. Disponível em: http://www.coc.fiocruz.br/jornada/images/Anais_Eletronico/erica_souza.pdf. Acesso em 06/06/2012.

SOUZA, E. M. **As práticas educativas em saúde: o Serviço Nacional de Educação Sanitária em estudo (1940-1970).** 2011. Disponível em: http://www.snh2011.anpuh.org/resources/anais/14/1308176164_ARQUIVO_TextoAnpuh2011.pdf. Acesso em 05/06/2012.

TAKAGI, M. **A implantação da Política de Segurança Alimentar e Nutricional no Brasil: seus limites e desafios.** (Tese de doutorado). Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Economia. Campinas-SP. 2006.

VALENTE, L. S. **Direito Humano à Alimentação: conquistas e desafios.** São Paulo: Cortez, 2002.

VASCONCELOS, F. A. G. Os Arquivos brasileiros de nutrição: uma revisão sobre produção científica em Nutrição no Brasil (1944 a 1968). **Cadernos de Saude Publica**, v. 15, n. 2, p. 303-316. 1999.

VASCONCELOS, F. A. G. Fome, eugenia e constituição do campo da nutrição em Pernambuco: uma análise de Gilberto Freyre, Josué de Castro e Nelson Chaves. **História, Ciências, Saúde - Manguinhos**, v. 8, n. 2, p. 315-39, jul.-ago. 2001.

VASCONCELOS, F. A. G. O nutricionista no Brasil: uma análise histórica. **Revista de Nutrição**, v. 15, n. 2, p. 127-138. 2002.

VASCONCELOS, F. A. G. Combate à fome no Brasil: uma análise histórica de Vargas a Lula. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 4, p. 439-457. 2005.

VASCONCELOS, F. A. G. Tendências históricas dos estudos dietéticos no Brasil. **História, Ciências, Saúde - Manguinhos**, v. 14, n. 1, p. 197-219. 2007.

VASCONCELOS, F. A. G.; BATISTA FILHO, M. História do campo da Alimentação e Nutrição em Saúde Coletiva no Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 16, n. 1, p. 81-90. 2011.

VASCONCELOS, F. de A. G. de; CALADO, C. L. A. Profissão nutricionista: 70 anos de história no Brasil. **Revista de Nutrição**, v. 24, n. 4, p. 1415-5273. 2011.

VIVIANI, L. M. Formação de professoras e Escolas Normais paulistas: um estudo da disciplina Biologia Educacional. **Educação e Pesquisa**, v. 31, n. 2, p. 201-213. 2005.

XAVIER, M. E. **História da Educação**: A Escola no Brasil. São Paulo: FTD, 1994.

YASBEK, M. C. Fome Zero: uma política social em questão. **Saúde e Sociedade**, v. 12, n. 1, p. 43-50. 2003.

YASBEK, M. C. O programa fome zero no contexto das políticas sociais brasileiras. **São Paulo em Perspectiva**, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 104-112. 2004.

ZOTTI, S. A. **Sociedade, educação e currículo no Brasil**: dos jesuítas aos anos de 1980. Campinas: Autores Associados; Brasília: Ed. Plano, 2004.

ANEXOS

CARTILHA DE HYGIENE



COMPANHIA EDITORA NACIONAL - Rua Gusmões, 26 - S. PAULO

CARTILHA DE HIGIENE

PARA USO DAS
ESCOLAS PRIMÁRIAS

Organizada no Instituto de
Higiene, pelo dr. A. AL-
MEIDA JÚNIOR, e man-
dada publicar pelo Govern-
o do Estado. Adotada nas
Escolas de São Paulo,
Ceará, Rio Grande do
Norte, Rio de Janeiro, etc.

16.^a EDIÇÃO

1938
COMPANHIA EDITORA NACIONAL
SÃO PAULO

CARTILHA DA HIGIENE

Educação Higiênica

"... criança deve ser tão instruída em higiene
como em língua pátria ou em números."

A EDUCAÇÃO higiênica, na escola primária, tem por objetivo essencial inculcar no aluno hábitos sãos, referentes ao aseo, à alimentação, à respiração, ao exercício. Para isso, em vez de uma distribuição de conselhos, dada segundo as aperturas do horário, vale muito mais a prática efetiva da higiene. Esta prática deve, pois, entrar na vida escolar quotidiana.

Os elementos capazes de influir na atividade infantil, e nela graves hábitos higiênicos, são os seguintes: a) a escola; b) o exemplo do professor; c) a prática da higiene; d) o aprendizado de conhecimentos de higiene.

A ESCOLA — Uma escola de cômodas salas, espaçosa e alegre, com janelas para o ar e para o sol, limpa e ordenada, é uma poderosa agente higiênica. A iluminação constante de antigas lanternas e bom humor e a disposição para o trabalho. O estudo rende mais e fadiga menos. E o contraste entre a escola e o lar, se o lar é anti-higiênico, vem insistentemente à memória do aluno. Dê-se assim uma continuação e supletiva lição de higiene domiciliar.

O EXEMPLO DO PROFESSOR — O exemplo do professor transmite hábitos de aseo, modos de arrumar-se e vestir-se, precauções em favor próprio ou dos outros. A influência do exemplo é por demais conhecida. Mas a arma é de dois gumes: o aluno tanto pode imitar o certo como o errado. Cometer verdadeiro crime ao que, pela força de sua posição ou de sua autoridade, impõem no cérebro da infância hábitos perniciosos, seja no domínio moral, seja no físico.

A PRÁTICA DA HIGIENE — Na intimidade da vida escolar, a prática da higiene, por parte do aluno, consegue-se com o auxílio de vários fatores. Eis-los abaixo:

1.^o — A revista dos alunos. É instrumento dos mais eficazes. Acompanha o professor os seus alunos, vendo se as unhas estão aparadas e limpas, se mãos, o rosto, o pescoço, as orelhas, os dentes convenientemente lavados, se cabelos penteados, a roupa e os sapatos adequados. Nas duas primeiras meses de aula, convém que o exame seja diário. Depois, as visitas poderão tornar: três, duas, uma vez por semana, sempre em dias determinados. Assim se fará nos quatro anos do grupo escolar, ou nos dois da escola isolada, reconhecendo-se cada ano, como se os alunos fossem novos.

2.^o — A revista da escola. A classe, em conjunto ou dividida em turnos, fará uma espécie de visita de inspeção sanitária à escola. Começará pela sala de aulas, notando o aseo do assento, paredes, pormen-

das janelas, vidraças, o arranjo e limpeza dos móveis, a ventilação, a iluminação, os cuidados com a água de beber, etc., comentando e criticando tudo, e dando parecer sobre o modo de varrer e de arejar. Sempre que possível, os atos serão associados às palavras. O mesmo se fará em relação às dependências. Seis ou oito exercícios dessa ordem darão o melhor ensino de higiene domiciliar.

3.º — A conduta do aluno na escola. Distraindo, ou abanrivido pelo trabalho, o aluno pratica inúmeros pequenos atos contrários à higiene: senta-se em má posição, leva o lapis aos lábios, põe o dedo na boca, no nariz, nos olhos, nos ouvidos, suja os livros ou cadernos, cospe no solo, espirra ou tosse sem colocar o lenço diante da boca, molha o dedo na saliva para voltar as páginas; no recreio, toma água em copo usado, traz um lanche indigesto, come estando fatigado, bebe estando suado, mastiga insuficientemente. Todas essas pequenas coisas serão observadas e corrigidas pelo professor. Além dos hábitos maus, que convém extirpar, há os bons hábitos, que na própria escola é possível ir inculcando. Tais são, por exemplo, o de lavar as mãos antes do lanche, o de lavá-las cada vez que o aluno vem da privada, o de limpar os sapatos no entrar na escola. Um excelente hábito, que a escola poderia dar, é o de escovar os dentes, após as refeições.

4.º — A balança e o dinamômetro. Em toda a escola deveria haver uma balança. A balança, ou o dinamômetro, permitem que o aluno se interesse pela sua saúde, acompanhando-a nas suas manifestações concretas: o aumento do peso e da força muscular. Feitas mensalmente, essas mensurações estimulam a criança à prática da higiene, cujas noções teóricas irão sendo enatadas.

5.º — A vida doméstica do aluno. A indagação discreta e hábil da vida doméstica do aluno é caminho que conduz o professor a conhecer e a corrigir os hábitos higiênicos referentes ao sono, ao banho diário, aos dentes, ao regimen alimentar, ao uso do fumo ou do álcool, e muitos outros.

OS CONHECIMENTOS HIGIENICOS. — A parte fundamental de educação higiénica já está feita com a implantação de hábitos. Mas o ensino dos princípios de higiene é indispensável, não só para que a criança compreenda a razão de ser dos hábitos que está adquirindo, como também para se tornar capaz de adaptar-se às condições novas e imprevistas da vida prática.

Este livrinho não tem a pretensão de ser perfeito. Espera ele, apenas, chamar a atenção para um ramo importantíssimo, e pouco cuidado do nosso ensino.

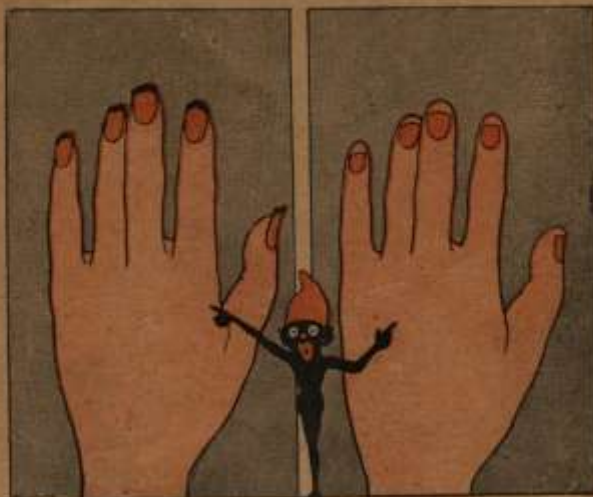
Dr. A. Almeida Júnior.



Examine sua mão direita.
Examine depois a mão esquerda.
Veja se as duas estão bem limpas.
São feias e perigosas as mãos sujas.

As pessoas assedadas lavam as mãos
muitas vezes ao dia:

Lavam-n'as de manhã, ao levantar-se.
Lavam-n'as antes do almoço e do jantar.
Lavam-n'as quando saem da privada.
Lavam-n'as quando chegam da rua.



Esta unha está de luto!

São dez irmãs e tôdas assim: grandes e sujas.
 Que haverá por baixo dessa unha?
 Ela andou pela terra, esgaravotou uma ferida,
 coçou a cabeça, fez uma visita ao nariz...
 Conheço outra unha, que nunca põe luto: está
 sempre bonita e clara.
 Nunca está roída: unha não se come.
 São dez irmãs, e tôdas assim: limpas e redon-
 dinhas.
 Olhe agora as suas unhas: com qual das duas
 se parecem?



Cara lavada, cara alegre!

Você lavou o rosto, hoje cedo?
 Se lavou, somos amigos.
 Quem gosta de caras sujas?
 Vá ao espelho: veja como está alegre a sua
 carinha limpa.
 Parece até mais bonita!
 Lave o rosto, com água e sabão, tôdas as ma-
 nhãs.
 Ensine seu irmãozinho a fazer a mesma coisa.



DOIS BONS AMIGOS



Conhece este casal: a água e o sabão?

Basta olhar suas mãos, seu rosto, suas orelhas, para ver que você o conhece.

Bem se percebe que você lavou o rosto hoje cedo.



Quem não se lava ao levantar-se, passa o dia inteiro com cara "amanhecida".

Quem não usa sabão, fica lustroso e engordurado como um pedaço de toucinho.



Como se chama quem não gosta da água ou do sabão?



Os dentes correm perigo!

Depois do almoço ou do jantar, em nossos dentes e gengivas se ajuntam restos de comida.

Esses restos apodrecem em menos de uma hora e ajudam a estragar os dentes.

Os dentes ficam cariados, esburacados, pretos, feios, e doem frequentemente.

Cãem muitos dêles, e não é possível mastigar bem.

Engolem-se pedaços grandes de pão, de carne, de frutas. O estômago que se arranje!

Mas o estômago, que não foi feito para mastigar, também se estraga.

E aos poucos, toda a saúde se altera.



Eis aqui um menino ajuizado.
 Escova os dentes três vezes ao dia: depois do
 almoço, depois do jantar e antes de ir deitar-se.
 Seus dentes serão sempre bonitos e bons.
 Faça como ele: escove seus dentes três vezes
 ao dia.
 Não durma com a boca cheia de restos
 de comida.



Para que serve o lenço?

Não ande sem um lenço limpo no bolso.
 Quando espirrar ou tossir, ponha o lenço diante
 da boca.
 Espirrar ou tossir no rosto de alguém, é prova
 de má educação.
 E é também um meio de espalhar moléstia.
 Evite, por isso, a tosse e o espirro dos
 outros.



Cabelos em desordem, falta de educação.
 Cabeça suja, falta de asseio.
 Há cabeças que têm até piolhos!
 Que a sua não seja dessas.
 Traga os cabelos sempre bem penteados.
 Lave a cabeça com água e sabão, pelo
 menos uma vez por semana.



... mas a roupa está suja, o chapéu empoeirado, os
 pés descalços!

O asseio deve ser para tudo: para o corpo e para a
 roupa.

Vista uma camisa bem lavada, costurada, passada a
 ferro, com todos os botões.

Ponha calça e paletó também limpos e sem rasgões.

Calce aquelas meias que mamãe consertou.

Passa um pouco de graxa nas botinas.

Escove e endireite o chapéu.

Escute: não vá esquecer o lenço.

Agora sim. Pode ir para a escola.



Sete horas da manhã! Não é preciso que o chamem: Roberto salta da cama, muito alegre e muito esperto.

Toma o sabonete e a toalha, e corre para o banheiro.

Fica alguns minutos dentro d'água, lavando-se muito bem.

Enxuga-se, veste-se, penteia-se, faz exercícios no jardim.

Depois, vai tomar a sua xícara de leite, com pão e manteiga.

Roberto é um menino sadio e bem disposto.

Faça como ele: tome banho todos os dias.



O DA DIREITA vive sempre dentro de casa, agasalhado e encolhido, em salas e quartos fechados.

Foge da água, do ar, da luz, do exercício.

É amarelo e doentio.

Os DA ESQUERDA fazem o contrário.

Tomam banho diariamente.

Dormem com as janelas abertas.



Brincam no jardim.

Vão passear ao campo.

Procuram a luz, e o ar livre.

Por isso, são robustos e corados.



Está com muita sêde?

NÃO beba em copos usados!

NÃO beba qualquer água, sem saber se é limpa!

NÃO beba água gelada!

NÃO beba estando com a bôca cheia de comida!

NÃO beba restos dos outros!

NÃO beba na torneira ou no gargalo das garrafas!

NÃO beba nos copos públicos!



A boa alimentação

O que se deve comer

Feijão e arroz bem cozidos.

Verduras e frutas maduras.

Pão de trigo, de centeio, de milho.

Carne, só uma vez por dia.

Leite, manteiga, ovos, queijo.

Peixe muito fresco.

Alimentos duros, que dê

trabalho aos dentes: cros-

ta de pão, frutas, nozes.

Alimentos variados.

O que se deve evitar

Comer muito.

Comer depressa, sem mastigar.

Comer estando cansado ou agitado.

Abusar da carne ou dos ovos.

Comer frutas verdes.

Comer alimentos muito engordurados.

Usar pimenta e outros temperos fortes.

Comer ou beber coisas muito quentes ou geladas.

O VINHO, a CERVEJA, a AGUARDENTE, os LICORES, são VENENOS, principalmente para as CRIANÇAS.

O CHA' e o CAFE' são prejudiciais às crianças.

Para elas, o melhor alimento é o LEITE.

As gulodices no intervalo das refeições fazem mal.

Oito regras de ouro



1 — Dormir com a janela aberta.



2 — Tomar banho todos os dias.



3 — Escovar os dentes após as refeições.



4 — Em vez de café ou chá, tomar leite fervido.

Oito regras de ouro (Continuação)



5 — Comer bastante verduras e frutas.



6 — Beber, por dia, uns quatro copos d'água pura.



7 — Brincar, diariamente, algumas horas ao ar livre.



8 — Não esquecer! Uma vez todos os dias...



Bôca fechada!

Conhecem vocês a história do homem que, com o sopro das ventas, fazia virar um moinho, a sete léguas de distância?

Pensam que o Roberto quer imitá-lo?

Eenganam-se redondamente.

O Roberto está mas é aprendendo a respirar.

Vejam como ele conserva a bôca fechada, e só respira pelo nariz.

Tôdas as manhãs, depois de fazer um pouco de ginástica, o Roberto, de mãos na cintura, os pés juntos, o corpo direito, respira bem fundo, e devagar, umas dez vêzes.

Descansa alguns minutos, e repete a brincadeira.

Daqui a pouco, estará ele um sapão sacudido, de cabeça erguida, peito forte e pulmões de ferro.

OS OLHOS VALEM DINHEIRO!

Nem todos cuidam dos olhos como devem.

Muitos lêem, escrevem ou costuram com o corpo torcido e a cabeça inclinada para o trabalho.

A boa posição é indispensável, na conservação da vista.

A luz que se recebe pela frente, ou a luz muito fraca, também são prejudiciais.



Má posição para escrever



Bom posição para escrever

A iluminação deve ser abundante e vir principalmente pela esquerda.

Outra coisa perigosa é o hábito de limpar e coçar os olhos com o dedo, com lenços sujos ou com a manga do paletó.

Se notarmos qualquer defeito na vista, vamos logo ao médico.

Nada de brincadeira!

Os olhos valem dinheiro!

O Tracoma

O TRACOMA, também chamado conjuntivite granulosa, é uma grave e perigosa inflamação das pálpebras.

Dura, geralmente, meses e anos. Quando não o tratam convenientemente, pode produzir a CEGUEIRA.

O tratamento, para dar melhor resultado, deve ser começado logo que se suspeite da moléstia.

O Tracoma é muito contagioso

O contágio se dá pelas granulações que se formam na pálpebra doente. Faz-se o transporte dessas granulações, dos olhos do doente para os da pessoa sã, por intermédio dos dedos sujos, das toalhas, lenços, fronhas, lençóis, copos, pratos, talheres e outros objetos.

Tudo que pertencer ao tracomatoso, não deve ser usado por outras pessoas.

As moscas e mosquitos também podem servir de transmissores do mal.

O ASSEIO RIGOROSO das mãos e dos objetos de uso pessoal, assim como o combate AS MÔSCAS e MOSQUITOS são, pois, meios de evitar o tracoma.



Como se deve varrer

Varrer não é coisa das mais fáceis.

Quasi todos varrem o soalho seco, a grandes vassouradas, levantando uma formidável nuvem de pó. O mesmo fazem quando espanam.

A poeira se espalha pelo ar e os que a respiram, respiram também micróbios causadores de doenças graves.

Em vez de varrer a seco, passe um pano molhado sobre o soalho. Um outro pano, ligeiramente umedecido em que-rosent, servirá para os móveis. Evitam-se assim muitas moléstias. Principalmente a terrível tuberculose.

Mandamentos para a higiene de casa

1. Janelas abertas! O ar e a luz são dois grandes inimigos da doença.
2. Soalho bem lavado e limpo. Mas tudo feito sem poeira.
3. Ordem e asseio nos móveis. Cada coisa no seu lugar.
4. No quarto de dormir, pouca gente e muito ar. Tudo limpo e arranjado.
5. Guerra às pulgas e percevejos! São sócios, no nosso sangue, e inimigos do nosso sono.
6. Guarda-comida com tela de arame. Que as moscas não pousem na carne, no pão, nas frutas, nem caiam no leite.
7. Na cozinha, panelas e fogão bem limpos. Nem lixo descoberto, nem água suja nos baldes.
8. Que ninguém deixe papéis sujos na latrina, nem se esqueça de puxar a água.
9. No quintal, nada de águas estagnadas em tanques, em latas velhas, em fundos de garrafas, nem montes de estrume ou de lixo.
10. E na casa inteira, desde a sala até ao fundo do quintal, guerra implacável às moscas. Lixo, estrume, papéis sujos, imundícies, são ninhos e viveiros de moscas.



O álcool

Tôdas essas bebidas fazem mal.

Tôdas elas contêm álcool.

O álcool ataca o estômago, os intestinos, o fígado, os rins, o coração.

O álcool ataca os nervos e a cabeça, produzindo a loucura.

Quem bebe, escolhe entre três caminhos: a cadeia, o hospital, o asilo de loucos.

O bebedor envergonha e empobrece a família.

O filho do bebedor nasce fraco e doentio, quando não nasce idiota.

Para as crianças, o álcool é um veneno perigoso.

Os pais que dão álcool aos filhos cometem um crime.

História de um bebedor



A família era feliz...



Vieram as más companhias...



O marido, bêbedo, maltrata os filhos e a mulher.



Perde a vergonha, e cai pelas ruas...

História de um bebedor (Continuação)



A embriaguez conduz ao crime.



O crime leva à cadeia.



E, enquanto a família pede esmolas,



... o bebedor, que o álcool enlouqueceu, morre na prisão.



O fumo

- O Juquinha é um bobo!
- Acha bonito andar fumando cigarro...
- Se ele soubesse para que serve o fumo!
- O fumo serve para enegrecer os dentes.
- Serve para produzir doenças na boca, na língua e no estômago.
- O fumo faz mal aos nervos, enfraquece os pulmões, ataca o coração.
- Quem não fuma economiza dinheiro e saúde.
- O menino que fuma não tem educação.
- O menino que fuma é bobo e antipático.

Que é a tuberculose ?

- A tuberculose é uma das piores doenças.
- Têm razão os que lhe dão o nome de peste branca.
- Ela mata muito mais do que qualquer grande guerra.
- Só na cidade de São Paulo, são enterrados diariamente pelo menos dois tuberculosos.
- Essa moléstia ataca tôdas as partes do nosso corpo: língua, garganta, pulmões, fígado, intestinos, ossos, pele, etc.
- A tuberculose pulmonar é, porém, a mais comum.
- O individuo atacado de tuberculose pulmonar tosse e escarra frequentemente.
- As vezes, escarra sangue.
- Emagrece muito, fica extremamente fraco, torna-se tísico.
- A tuberculose pode matar rapidamente.
- Outras vezes, dura meses e anos, fazendo sofrer o individuo e sua familia.

Como se fica tuberculoso



Comer pouco e mal, enfraquece e facilita a tuberculose.



Este mocinho estuda demais e dorme de menos. Ele quer ficar tuberculoso.



Muita gente num quarto sem ar e sem asseio: bom caminho para a tuberculose.



O alcool é um grande amigo da tuberculose.

Como se fica tuberculoso (Continuação)



Cuidado! Este tuberculoso, quando fala, tosses ou espirra, espalha a sua doença.



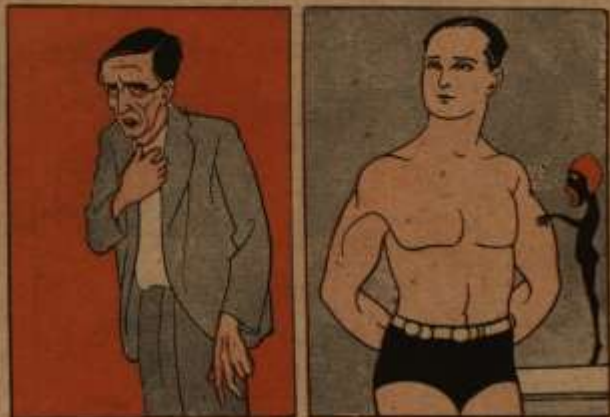
Na poeira desta sala, talvez esteja a tuberculose.



Estas moscas, antes de pousarem no leite, no pão, na carne, passaram sobre o escarro de um tuberculoso.



Uma vaca tuberculosa. Beba o leite dela, sem ferver, se quer ficar tuberculoso.



ASSIM?

OU ASSIM?

Não queira ficar tuberculoso

1. Alimente-se bem.
2. Evite os excessos de fadiga.
3. Durma em quarto bem arejado.
4. Respire ao ar livre, durante o dia.
5. Fuja do pó, tanto dentro de casa como na rua.
6. Respire pelo nariz.
7. Tome leite sempre fervido.
8. Proteja os alimentos contra as moscas.
9. Lave as mãos antes das refeições.
10. Não beba pelo copo dos outros.
11. Tenha, tôda a vida, horror ao alcool.
12. Faça ginástica.

O dia de uma môsca



Nessas e noutras visitas imundas, a môsca recolhe uma porção de doenças, que deposita depois no pão, no leite, nos pratos de comida, ou em nosso próprio corpo. Ela transmite, dêsse modo, a tuberculose, a febre tifóide e o tracoma.



Abaixo a môsca!

É nos montes de lixo ou de estrume que as môscas põem seus ovos.

Cada ninhada tem de 150 a 200 ovos.

No fim de 10 a 15 dias, estão todos eles transformados em outras tantas môscas, que, por sua vez, põem novas ninhadas.

E assim, o número dos nojentos insetos cresce com grande rapidez.

Evitemos, em nossos quintais e jardins, os montes de lixo ou de estrume.

Se, no lugar onde moramos, houver muita môsca, façamos colocar telas de arame nas janelas. Resguardemos principalmente os alimentos do contacto d'esses bichinhos imundos.

1. Este "Jeca" sofre de AMARELÃO. Veja como ele está magro e triste.



2. No intestino do "Jeca" há uma porção de bichinhos como estes. Chamam-se ancilóstomos, e estão chupando o sangue do "Jeca".

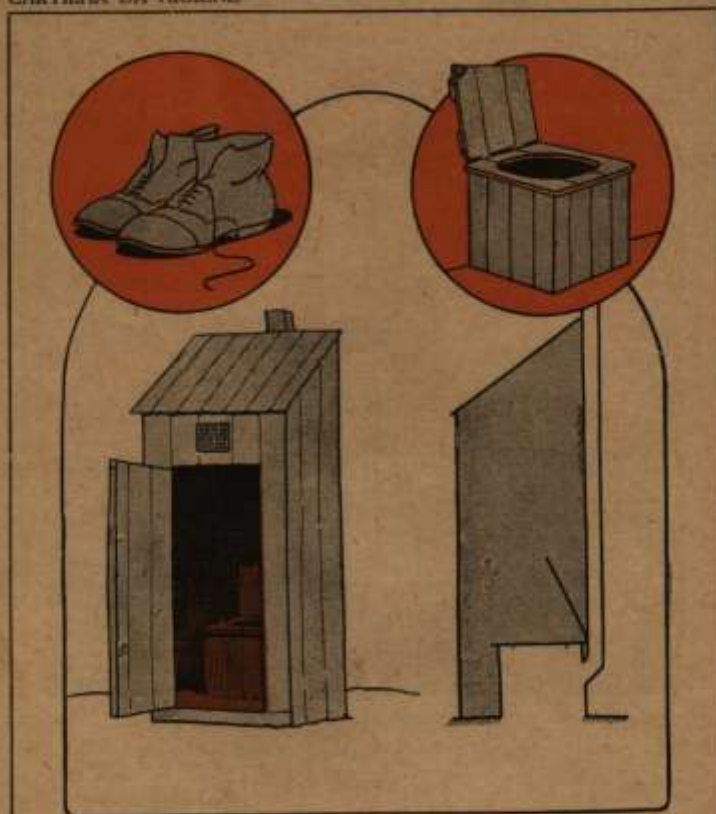


3. Na casa do "Jeca", a latrina é... o fundo do quintal. Cada vez que o "Jeca" lá vai, deixa no chão uma porção de ovos de ancilóstomos.

4. Dos ovos saem "filhotes", que ficam à espera de alguém para atacar.



5. Os filhos do "Jeca" vão brincar descalços, no fundo do quintal. Os filhotes de ancilóstomos grudam-lhes no pé, furam a pele, entram no sangue e vão parar no intestino. Daí a dias os filhotes, que já cresceram, põem-se a trabalhar. Os meninos estão também com o AMARELÃO.



As armas contra o amarelo

O amarelo é doença muito comum no Brasil. Quasi todos os trabalhadores da roça têm essa moléstia. Por isso, são amarelos, vivem indispostos, com dores no estômago, canseira nas pernas, pouco ânimo para o serviço. Quem quiser, na roça, evitar o amarelo deve fazer apenas duas coisas: construir uma latrina no quintal e andar sempre calçado. Os que estiverem doentes devem procurar o médico, quanto antes.



Como o doente transmite a moléstia ao sã.

A maleita

Há, em certos lugares do Brasil, à beira dos rios e pântanos, uma doença perigosa, chamada *maleita* ou *impaludismo*.

O infeliz atacado de maleita tem acessos terríveis de febre e tremor de frio; fica fraco e desanimado, incapaz de bem ganhar a sua vida.

A maleita passa de uma pessoa para a outra por meio de certos pernilongos ou mosquitos. Nos lugares onde há maleita, convém proteger as portas e janelas da casa, com telas finas de arame.

A maleita precisa de tratamento sério. Todos os doentes devem consultar o médico e tomar o remédio indicado por ele.



De onde vêm os pernileiros?

Já reparou você nas poças d'água que se formam à margem dos rios, depois da chuva?

Reparou também naquelas latas velhas, e naqueles fundos de garrafa, lá do quintal, em que se junta sempre água?

Pois é aí, e em tôdas as outras águas paradas, que os mosquitos põem ovos. E' aí que nascem e crescem os seus filhotes.

Alguns dias depois de nascidos, os filhotes se transformam em mosquitos, e saem voando pelo mundo. Voando, zunindo, mordendo, e transmitindo doenças.

Bem se vê que acabar com as águas paradas é um serviço útil.

Combate à febre amarela



A fúnebre tarefa de espalhar a febre amarela cabe ao mosquito rajado, o celebre *Stegomyia* representado no centro desta página.

Tôdas as pessoas, sem distinção de idade, raça ou côr, são suscetíveis de ser atacadas pela febre amarela.

A imunidade adquirida pelos pais não é transmitida aos filhos.

As crianças são mais frequentemente acometidas de que os adultos.



A morte os assassinos!
Abaixo os mosquitos!



As águas paradas são ni-
nhos de mosquitos.



O mosquito não atravessa
um bom cortinado.



Esta casa está livre dos
mosquitos.



A febre tifóide é doença perigosíssima, e muito contagiosa.

A água impura de certos rios e poços, e mesmo da torneira, é o seu principal transmissor. Quando não tivermos certeza de que uma água é pura, não devemos bebê-la sem fervê-la ou filtrá-la.

São perigosos ainda os morangos, as saladas e outras plantas rasteiras. Todas elas precisam ser cuidadosamente lavadas em diversas águas. No verão, é mais prudente não comê-las, principalmente quando provêm de chácaras pouco assadas.

As mãcas transmitem frequentemente a febre tifóide.

A falta de asseio na cozinha e nas privadas pode ainda ocasionar a moléstia.

Todos devem lavar as mãos antes das refeições, e quando saem da privada. Todas devem vacinar-se contra a febre tifóide.

Informações:
0800-707-2003
www.fomezero.gov.br

Ministério da Educação
Ministério da Saúde
Ministério do
Desenvolvimento Social
e Combate à Fome



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO - Rua Otávio de Almeida, 100 - Centro - São Paulo - SP - CEP 01308-900 - Tel: (11) 3061-7000
MINISTÉRIO DA SAÚDE - Rua Leopoldo de Bulhões, 1530 - Vila São José - São Paulo - SP - CEP 04074-900 - Tel: (11) 3061-7000
MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO SOCIAL E COMBATE À FOME - Rua Leopoldo de Bulhões, 1530 - Vila São José - São Paulo - SP - CEP 04074-900 - Tel: (11) 3061-7000
Fome Zero - Programa Nacional de Combate à Fome e Segurança Alimentar e Nutricional - PNAF
Fome Zero - Programa Nacional de Combate à Fome e Segurança Alimentar e Nutricional - PNAF
Fome Zero - Programa Nacional de Combate à Fome e Segurança Alimentar e Nutricional - PNAF



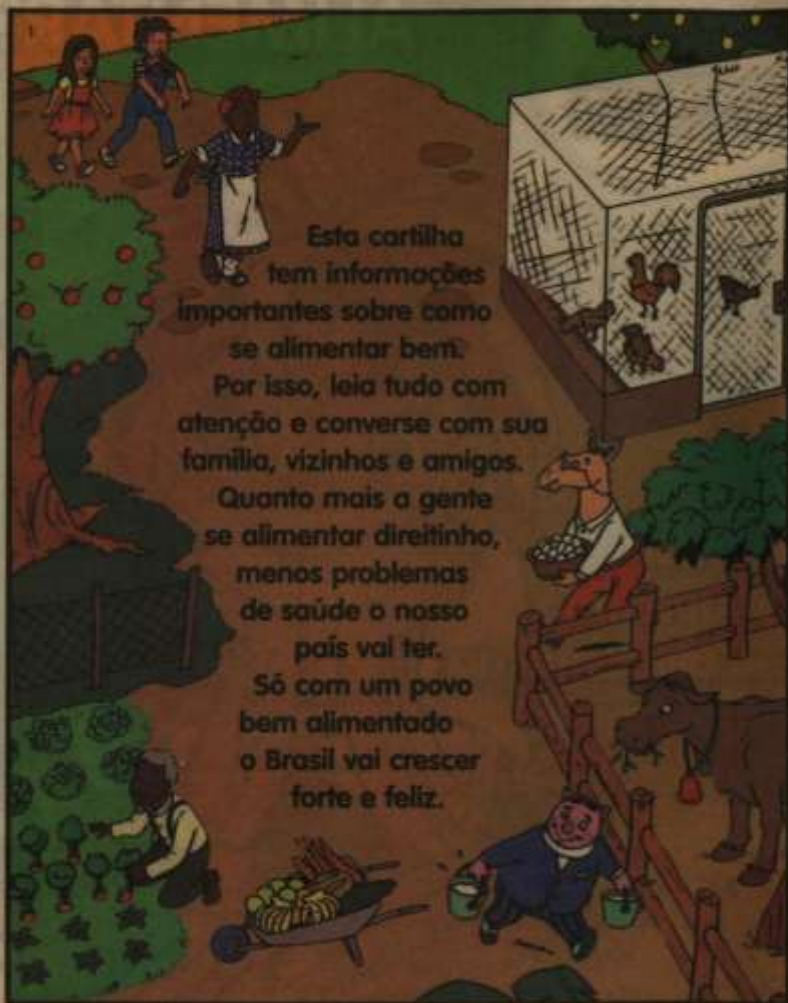
O QUE É EDUCAÇÃO ALIMENTAR?

Descubra por que uma boa alimentação é importante para a saúde!



Criação: Mariana Lemos. Ilustração: Mariana Lemos. Fome Zero - Programa Nacional de Combate à Fome e Segurança Alimentar e Nutricional.

Você e a Turma do Fome Zero em mais uma aventura!



Esta cartilha tem informações importantes sobre como se alimentar bem. Por isso, leia tudo com atenção e converse com sua família, vizinhos e amigos. Quanto mais a gente se alimentar direitinho, menos problemas de saúde o nosso país vai ter. Só com um povo bem alimentado o Brasil vai crescer forte e feliz.

Turma do Sítio em:

Uma reportagem que dá gosto!

E NÃO É QUE A EMÍLIA VIROU REPÓRTER E ESTÁ FAZENDO UMA MATÉRIA PARA A TV COMUNITÁRIA?



E A MATÉRIA SE CHAMA "NÃO É LEGAL SE ALIMENTAR MAL!"

AQUI NO SÍTIO NINGUÉM SE ALIMENTA MAL!

FILMA, VISCONDE!



LANCHINHOS RÁPIDOS, FRITURAS E BOBERINHAS AQUI NÃO TÊM VEZ!









QUEM SE ALIMENTA BEM VIVE MELHOR



Emília está revoltada. Ela acha que o Visconde é um mentiroso. O sabugo disse que a obesidade é um problema tão sério quanto a desnutrição.



A OBESIDADE ESTÁ ENTRE AS DEZ MAIORES AMEAÇAS À SAÚDE MUNDIAL.

Dona Benta diz que o Visconde está certo. No Brasil já existe quase a mesma quantidade de crianças obesas e desnutridas.



A DESNUTRICÃO PODE LEVAR À MORTE.



Há algumas idéias erradas sobre o que é uma boa alimentação. Muitas pessoas acham que uma criança gordinha é uma criança bem alimentada. Mas nem sempre isso é verdade.

Hoje em dia, as pessoas comem muitos alimentos industrializados como salgadinhos, hambúrgueres, chocolates. Preferem tomar refrigerante em vez de sucos de frutas.

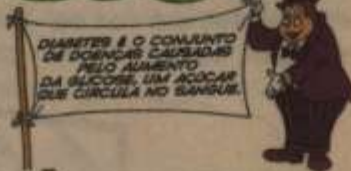


Esse tipo de comida tem poucos nutrientes e, por isso, não alimenta as pessoas, apenas deixa a sensação de que não há mais fome.



As pessoas que se alimentam mal ficam doentes com mais facilidade. Quem come em excesso e não pratica atividades físicas pode ficar com o peso acima do normal e se tornar obeso.

A obesidade faz com que as pessoas se cansem mais rápido e pode causar doenças como diabetes e problemas no coração.



Nas crianças as conseqüências da obesidade só aparecem mais tarde. Uma criança obesa provavelmente vai ser um adulto obeso e terá problemas de saúde no futuro.



Uma alimentação saudável, feita nas horas certas e sem excessos, é o melhor jeito de evitar a obesidade. É importante comer frutas e verduras e deixar de lado alimentos muito calóricos.



A Tia Nastácia está feliz porque foi convidada pela turma do Fome Zero para dar um curso de culinária no arraial. Ela vai ensinar receitas saudáveis e deliciosas com milho, abóbora, soja...





ABC DO ALIMENTO SAUDÁVEL

A Emília escolheu alguns alimentos que podem deixar as refeições mais saudáveis. Conheça cada um deles.



É bom para: fortalecer a visão e a saúde da pele. Ajuda no crescimento e na formação dos ossos e dentes. As sementes são ótimas para matar vermes.
Dicas de preparo: ralada em saladas, cozida como purê e em doces.
Na hora de comprar: não leve se a polpa estiver amolecida ou mofada.



É bom para: regular o aparelho digestivo. Ajuda no tratamento da diarreia.
Dicas de preparo: esmagada como purê ou batida no liquidificador como vitamina. Se estiverem muito moles, podem ser aproveitadas em bolos ou doces.
Na hora de comprar: procure pelas maduras e sem ponta verde.



É bom para: prevenir e combater a anemia e a prisão de ventre.
Dicas de preparo: refogada, crua ou batida como suco.
Na hora de comprar: escolha folhas bem verdes.



É bom para: fornecer energia ao corpo e, com isso, permitir que as pessoas pratiquem atividades físicas, andem, estudem etc. Além disso, este alimento contribui para o adequado funcionamento do nosso organismo.
Dicas de preparo: em vários pratos como angu, polenta, canjica, cuscuz, quirera, pão, broa, farinha de milho, pamonha, sorvete e bolo.
Na hora de comprar: deve estar fresco, com cabelo marrom-escuro e folhas verdes. Se estiver sem casca, veja se a ponta da espiga é macia.



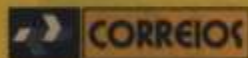
É bom para: combater infecções, fadiga, processos alérgicos e hemorrágicos.
Dicas de preparo: em saladas de frutas e doces.
Na hora de comprar: escolha as maduras e firmes, sem sinais de machucados.



É bom para: regular o intestino e hidratar a pele. Também é indicada em regimes de emagrecimento porque tem poucas calorias.
Dicas de preparo: refogada. O caldo do cozimento deve ser aproveitado para fazer sopas e arroz.
Na hora de comprar: escolher a vagem tenra, quebradiça e de cor brilhante. Não leve as murchas ou com manchas escuras.

Informações:
0800-707-2003
www.fomezero.gov.br

Ministério da Educação
Ministério da Saúde
Ministério do
Desenvolvimento Social
e Combate à Fome



EDITORA: Editora Fome Zero, Rua Santa Quitéria, 100, Vila Matilde, São Paulo, SP, CEP 05449-002, Tel: (11) 3747-7808, Fax: (11) 3747-7800, e-mail: contato@fomezero.gov.br
REDAÇÃO: Rua Santa Quitéria, 100, Vila Matilde, São Paulo, SP, CEP 05449-002, Tel: (11) 3747-7808, Fax: (11) 3747-7800, e-mail: contato@fomezero.gov.br
REDAÇÃO: Rua Santa Quitéria, 100, Vila Matilde, São Paulo, SP, CEP 05449-002, Tel: (11) 3747-7808, Fax: (11) 3747-7800, e-mail: contato@fomezero.gov.br

© 2003 TV SÍLABO LTDA. / MONTEIRO LOBATO. Todos os direitos reservados.
Impresso: Salsiza Salsizimato, Rua Teodoro Sampaio, 1000 - CEP 01276-000 - Guarulhos - São Paulo

Emília
e a Turma do Sítio na



VITAMINAS E MINERAIS

Eles estão
nos alimentos
e fazem bem
à sua saúde!



© 2003 TV SÍLABO LTDA. / MONTEIRO LOBATO. Todos os direitos reservados.
Distribuição: Salsiza Salsizimato, Rua Teodoro Sampaio, 1000 - CEP 01276-000 - Guarulhos - São Paulo

As aventuras da Turma do Pome Zero continuam!

A Emilia resolveu fazer uma viagem pelo mundo dos alimentos para descobrir o que são as vitaminas, os minerais e quais suas funções no nosso organismo. Nessa aventura ela mostra como é importante ter uma boa alimentação para garantir uma vida saudável. Afinal, para brincar, passear, estudar e trabalhar todo mundo tem que ter saúde.



Turma do Sítio em UMA AVENTURA VITAMINADA







ELE GERA ALIMENTOS MAIS SAUDÁVEIS E NUTRITIVOS, QUE DEVEM SER BEM APROVEITADOS...



...POR EXEMPLO, COZINHAR COM POUCA ÁGUA E EM PANELAS TAMPADAS SE APROVEITA MELHOR OS ALIMENTOS!



QUANDO SE COZINHA COM MUITA ÁGUA, OS ALIMENTOS PERDEM AS VITAMINAS E OS MINERAIS.



ESTÁ ENTENDENDO TUDO, "VITAMINA EM"?





UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL É PARA A VIDA INTEIRA...



Comer bem é dar ao corpo os nutrientes que ele precisa. E, a cada fase da vida, o nosso organismo necessita de uma alimentação diferente...



A futura mamãe tem que evitar muito sal e açúcar, frituras, gorduras e refrigerantes. Em excesso, estes alimentos podem levar à obesidade e a outras doenças que prejudicam a gestação e a saúde do bebê.

Ela também precisa tomar muito líquido, principalmente água. Isso vai ajudá-la a ter mais leite.



Quando o bebê nasce, o único alimento que ele deve receber até os 6 meses é o leite da mãe. O leite materno tem anticorpos, proteínas, gorduras, vitaminas, água... tudo! Não há leite materno fraco. Todas as mães têm leite bom.

O bebê deve continuar tomando o leite materno até os 2 anos ou mais. No entanto, a partir dos 6 meses ele precisa também de outros alimentos.





As refeições do bebê começam com papinhas e purês de cereais, carnes legumes e verduras. Depois, quando completa 8 meses, ele já pode começar a comer alimentos picados ou amassados.

O bebê também precisa de água, suco de frutas e frutas amassadas.



A partir de 1 ano, a criança pode comer a refeição normal da família: arroz, feijão, verduras, carne cozida, salada e frutas.



Entre 2 e 6 anos, deve consumir alimentos variados, coloridos e saborosos na quantidade suficiente para garantir o crescimento e desenvolvimento perfeitos. É importante comer frutas e hortaliças.

A criança cresce e quando chega na adolescência o apetite aumenta. Para matar a fome, o adolescente tem que comer refeições saudáveis, com muita variedade, evitando alimentos com muito sal, açúcar e gordura, como doces, sanduíches, frituras e refrigerantes.



O adulto não cresce mais e, por isso, precisa de uma alimentação que ajude a manter o peso saudável. Para não ser nem gordo nem magro, ele deve se alimentar conforme a energia que gasta no seu dia-a-dia.



Por exemplo, quem pratica bastante atividade física, gasta mais energia e, por isso, deve comer alimentos mais energéticos, como pães, milho e batata.



O idoso precisa ter uma alimentação que ajude a manter a saúde, com alimentos que tenham cálcio, ferro e vitamina C, como leite, frutas, verduras verde-escuras, legumes, grãos e cereais. É importante que os alimentos sejam saborosos e de fácil mastigação.





Pouco sal, pouco açúcar e muita saúde!

A Tia Nastácia costuma usar pouco sal e açúcar em suas receitas. Por que será?

SAL

O sódio é um mineral importante para o funcionamento do nosso corpo. Mas, em excesso, faz mal e pode causar doenças. Ele é encontrado nos alimentos naturais, no sal de cozinha e em produtos industrializados.

O sal de cozinha, além de sódio tem iodo, que também é muito importante para a nossa saúde. Sua falta pode provocar doenças, retardamento mental e atrapalhar o crescimento.

Alimentos como salgadinhos de pacote, salsicha, presunto, mortadela e até mesmo o refrigerante *diet* devem ser consumidos sem exagero pois têm muito sódio.

A Tia Nastácia costuma usar pouco sal nas receitas porque tempera a comida com salsinha, coentro, manjericão e alecrim que realçam muito mais o sabor dos alimentos e são mais saudáveis.

RABICÓ, NÃO COLOQUE MAIS SAL NA COMIDA PORQUE FAZ MAL!



AÇÚCAR

Existem vários tipos de açúcar. E todos eles são encontrados em muitos alimentos naturais como leite, frutas e vegetais.

Nas frutas, por exemplo, tem um açúcar chamado frutose e no leite tem a lactose.

SUCOS E LEITE NÃO PRECISAM SER ADOÇADOS. ELES JÁ TEM AÇÚCAR NATURAL. DESCUBRA O SABOR NATURAL DESSES ALIMENTOS.



Os produtos *diet* devem ser consumidos por pessoas que têm problemas de saúde. Quem não tem esse tipo de problema pode consumir alimentos que contêm açúcar, mas sem exagero.



Desde que nascemos, somos habituados a realçar os sabores doces com açúcar branco. Esse açúcar vem da cana-de-açúcar e é preparado pela indústria para ser comercializado.

Quem come muito açúcar pode engordar e ter cáries.

O ADOÇANTE É INDICADO SOMENTE PARA PESSOAS QUE NÃO PODEM CONSUMIR AÇÚCAR.



Informações:
0800-707-2003
www.fomezero.gov.br

Ministério da Educação
Ministério da Saúde
Ministério do
Desenvolvimento Social
e Combate à Fome



Ministério da Educação - Ministério da Saúde - Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome
Rua da Educação Superior, 100 - Centro, CEP 01008-900 - São Paulo - SP
Rua da Educação Superior, 100 - Centro, CEP 01008-900 - São Paulo - SP
Rua da Educação Superior, 100 - Centro, CEP 01008-900 - São Paulo - SP
Rua da Educação Superior, 100 - Centro, CEP 01008-900 - São Paulo - SP
Rua da Educação Superior, 100 - Centro, CEP 01008-900 - São Paulo - SP
Rua da Educação Superior, 100 - Centro, CEP 01008-900 - São Paulo - SP

Emília
e a Turma do Sítio na



PROTEÍNAS E CARBOIDRATOS

Saiba por que eles não podem faltar na sua alimentação!



© 2002 by FOME ZERO - 0800-707-2003 - Rua da Educação Superior, 100 - Centro - São Paulo - SP - CEP 01008-900

Quem quer saúde?

Dona Benta convidou o Coronel Teodorico para almoçar e a Tia Nastácia vai preparar uma comidinha especial. Ela quer fazer arroz, feijão, carne, verduras, milho, mandioca, hum... tudo muito saboroso e com bastante proteínas e carboidratos. Junte-se à Turma do Sítio e descubra por que esses alimentos deixam a sua alimentação melhor e ajudam você a crescer com saúde.





SABE, SINHA, EU PEDI PARA A EMILIA TRAZER UNS LIVROS DE RECEITAS! TEM CADA RECEITA GOSTOSA COM SOJA, LEITE, CARNES, OVOS...



E SABIA QUE TODOS ESSES ALIMENTOS TEM PROTEINAS?

É?

E AS PROTEINAS SERVEM PARA AJUDAR NO CRESCIMENTO! CONSTROEM ÓRGÃOS, TECIDOS, MÚSCULOS...



ELAS SÃO ENCONTRADAS EM ALIMENTOS DE ORIGEM ANIMAL, COMO CARNES, OVOS E LEITE...



E EM ALIMENTOS DE ORIGEM VEGETAL: FEIJO, LENTILHA, GRÃO-DE-BICO, SOJA...



ENTÃO, DEIXA EU VER SE ENTENDI...

...PARA O NOSSO CORPO CRESCER SAUDÁVEL, É PRECISO TER UMA ALIMENTAÇÃO BEM VARIADA!

É ISSO O QUE DIZ NO LIVRO, EMILIA!



NASTÁCIA, VAMOS LOGO COM ESSE ALMOÇO!



PODE DEIXAR! VOU FAZER UM PRATO QUE ELE VAI ADORAR...



ARROZ COM FEIJO!

"ARROZ E FEIJO" É UMA COMBINAÇÃO PERFEITA... E JUNTO COM CARNE E VERDURAS FICA COMPLETA!



É UM PRATO TÍPICAMENTE BRASILEIRO. NÃO TEM QUEM NÃO GOSTE!



E COMENDO TUDO ISSO A GENTE AJUDA OS AGRICULTORES BRASILEIROS!



PUXA! FALANDO EM MANDIOCA, LEMBREI DA LENDA QUE A IARA ME CONTOU!

NUMA TRIBO, A FILHA DO CACIQUE ESTAVA ESPERANDO UM BEBÊ!



AI NASCEU UMA MENINA BRANCA COMO A LUA, QUE FOI CHAMADA DE MANI.



E COLOCARAM NA PLANTA O NOME DE "MANI OCA", QUE É "CASA DE MANI" NA LÍNGUA DOS INDIOS. E A GENTE ENTENDE COMO MANDIOCA!

POUCO TEMPO DEPOIS, MANI MORREU, E NO LUGAR ONDE FOI ENTERRADA, NASCEU UMA PLANTA SEM VERDINHA...

... COM A RAIZ GROSSA E MORENA, COMO A PELE DOS CURUMINS...

... E EMBAIXO DA CASQUINHA DA RAIZ TINHA UMA POLPA BRANCA, COMO A PELE DE MANI!



QUE HISTÓRIA BONITA, EMÍLIA! BOA PRA CONTAR PRO CORONEL EM VOLTA DA MESA!

DANADINHA ESSA BONECA!





VOCÊS SABIAM QUE EM TODAS AS ÉPOCAS, TODOS OS POVOS E RAÇAS SE REÚNEM PARA COMER, CONVERSAR, CONTAR HISTÓRIAS? SÓ MUDAM ALGUNS COSTUMES!



POR EXEMPLO, OS ITALIANOS ADORAM MASSAS...

OS ORIENTAIS GOSTAM DE PEIXES, ALGAS, LEGUMES E ARROZ...

OS AFRICANOS TROUXERAM PARA O BRASIL A FEIJADA...



OS JUDEUS NÃO COMEM CARNE DE PORCO...

OS CATÓLICOS NÃO COMEM CARNE NA QUARTA-FEIRA DE CINZAS E NA SEXTA-FEIRA SANTA...

JÁ OS HINDUS NÃO COMEM CARNE BOVINA, POIS PARA ELES O BOI E A VACA SÃO SAGRADOS!



O ALMOÇO!!! O CORONEL TEODORICO ESTÁ ESPERANDO NA SALA!

NÃO ESQUEÇA OS CARBOIDRATOS E AS PROTEÍNAS, HEIN?

CADE MINHA PANELINHA DE FERRO?

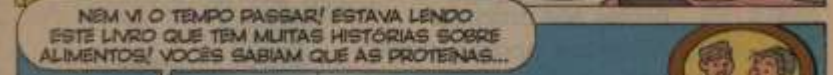
CORONEL TEODORICO, DESCULPE A DEMORA!



E...



DEMOROU, MAS AGORA O ALMOÇO ESTÁ NA MESA!



NEM VI O TEMPO PASSAR! ESTAVA LENDO ESTE LIVRO QUE TEM MUITAS HISTÓRIAS SOBRE ALIMENTOS! VOCÊS SABIAM QUE AS PROTEÍNAS...



CARNE: ALIMENTO QUE PRECISA DE CUIDADOS



As carnes de aves e de peixes são brancas. As de boi, porco e cabrito são vermelhas. Tanto a carne vermelha quanto a branca têm bastante proteínas e são também ricas em ferro. As proteínas são importantes para o desenvolvimento e crescimento do nosso corpo e o ferro é um mineral que ajuda a evitar a anemia.



Mas, como todo o alimento, a carne deve ser consumida sem exageros e acompanhada de outros alimentos, como arroz, feijão, verduras e legumes.



Seja qual for o tipo de carne, deve-se retirar toda gordura visível, inclusive a pele do frango, antes de prepará-las, para evitar o consumo excessivo de gordura. É mais saudável também que as carnes sejam cozidas, assadas ou grelhadas sem óleo.



É muito importante para a nossa saúde que a carne seja de boa qualidade e que venha de bons produtores. Se a carne estiver contaminada, pode causar doenças. Para evitar isso, os produtores devem controlar tudo: a saúde dos animais, a higiene do lugar onde vivem e a ração que eles comem.



Já o consumidor deve observar se o lugar onde ele compra carne é limpo e se recebe carnes de bons produtores.

Ele também deve prestar atenção na data de validade e na qualidade do produto. Carne boa não tem cheiro forte e, se for de boi, a cor deve ser bem vermelha. Se for de porco, é mais pálida.



FLIXA, A SENHORA SABE TUDO SOBRE ALIMENTAÇÃO!

Ah, e tem mais: para que não estrague, a carne deve ser guardada na geladeira e consumida em pouco tempo.



HUM... GELADEIRA ME LEMBROU GELADO! GELADO ME LEMBROU PICOLÉ!



QUE TAL UM PICOLÉ DE LIMÃO ANTES DE VOLTARMOS PARA O SÍTIO?

Gordura na medida certa

O nosso corpo precisa de gordura. Mas como tudo em excesso faz mal, a gordura deve ser consumida sem exageros. Veja por quê.



O que são gorduras?



Além das proteínas e dos carboidratos, as gorduras são muito importantes na nossa alimentação. São elas que mais fornecem energia ao corpo humano.

E não é só isso, as gorduras também servem para preservar o calor do corpo e ajudar o organismo a aproveitar melhor algumas vitaminas.

A gordura está no azeite, no óleo de soja, de milho, na margarina e em outros alimentos de origem vegetal. Também há gordura em alimentos de origem animal, como na banha, na manteiga e nas carnes em geral.

Por que o excesso de gordura faz mal?

A gordura deve ser consumida sem exageros. Refeições muito gordurosas podem levar ao excesso de peso, provocar doenças do coração e outros problemas de saúde.

Há vários tipos de gordura que podem prejudicar o nosso corpo se forem consumidas em excesso, como as dos salgadinhos de pacote, pasteizinhos, coxinhas, pizzas e as gorduras das carnes, da pele do frango e de tudo o que for preparado com margarina ou gordura hidrogenada.

Para controlar o consumo de gordura, fique atento ao que está escrito no rótulo dos alimentos. Leia nas embalagens os nomes dos ingredientes e prefira tudo o que tiver pouco ou nenhuma gordura.

Praticar exercícios físicos também é muito bom. Correr, brincar, andar de bicicleta, jogar bola e se movimentar ajuda a acabar com a gordura acumulada no corpo.



Vamos entender a obesidade!



POUCA GENTE SABE, MAS OBESIDADE É UM PROBLEMA DE SAÚDE MUITO SÉRIO, POIS O EXCESSO DE PESO PODE CAUSAR DOENÇAS GRAVES. VENHA DESCOBRIR COM A TURMA DO SÍTIO QUAIS AS PRINCIPAIS CAUSAS DA OBESIDADE E O QUE FAZER PARA TER UMA VIDA SAUDÁVEL!

Turma do Sítio em Pedrinho, o grande



AI! CHEGA LOGO, PEDRINHO!

O ÔNIBUS JÁ CHEGOU! DAQUI A UM MINUTINHO ELE DESCE, SUA AFOBADA!



CHEGOU O CARINHA MAIS RADICAL DO ARRAIAL!

PE-PEDRINHO???

COMO VOCÊ ESTÁ DIFERENTE!



O BENTINHO MUDOU SUA ALIMENTAÇÃO E, JUNTO COM A ATIVIDADE FÍSICA, CONSEGUIU EMAGREÇER E CONTROLAR O PESO!

FALOU, VÔ... JÁ ENTENDI!

TOMEI UMA DECISÃO! VOU EMAGREÇER!

ÓTIMO! PRA COMEÇAR, VAMOS FAZER ALGUNS TESTES!

PRA QUE SERVE ESTE CAPACETE, VISCONDE?

ORA... PARA CONTATAR UM NUTRICIONISTA! ELE PODE ORIENTAR VOCE!

JÁ SEI COMO AJUDAR O PEDRINHO...

...E SÓ ELE FAZER UMA DESTAS DIETAS!

XI...

OUVI DIZER QUE, PRA EMAGREÇER, É SÓ FAZER A DIETA DO ABECEDÁRIO!

É A ÚLTIMA MODA! CADA DIA VOCÊ SÓ COME COISAS QUE COMEÇAM COM UMA LETRA DO ALFABETO!

LEGAL! SERÁ QUE FUNCIONA?

COMO HOJE VAI SER O PRIMEIRO DIA, VOCÊ SÓ VAI COMER UMA COISA COM A LETRA A!

SÓ ÁGUA!

DIAS DEPOIS...

A!... EI... IH... Ô!... UI...

ELE NÃO AGUENTOU DE TANTA FOME E COMEU LOGO O ABECEDÁRIO INTEIRO!

E, NO OUTRO DIA...

OUVI DIZER QUE O QUE FAZ ENGORDAR SÃO AS CALORIAS!

E SE EU PASSASSE A COMER SÓ ALIMENTOS SEM CALORIAS?

CALORIA É UMA UNIDADE DE MEDIDA DE ENERGIA! QUANDO VOCÊ ANDA, FALA OU FAZ QUALQUER COISA, GASTA CALORIAS FORNECIDAS PELOS ALIMENTOS QUE VOCÊ COMEU!

E PRA ONDE VÃO AS CALORIAS QUE A GENTE COMEU MAS NÃO GASTOU?

FIÇAM ARMazenADAS NO TECIDO ADIPOSEO. QUER DIZER, NAS SUAS GORDURINHAS!

GORDURINHAS?

OPS...

GRUNF...

EI! VAMOS TENTAR OUTRA DIETA DA MODA?

E A DIETA DOS PULINHOS! SE TOCAR NA COMIDA, TEM QUE DAR 100 PULINHOS!

TENHO QUE DAR UM JEITO PRA VALER NESSAS MINHAS GORDURINHAS! MAS COMO?

EI! SOCORRO!



HEIN? QUE FOI?

VIM NADAR NO RIBEIRÃO PRA MANTER A FORMA E OS MACACOS LEVARAM MINHAS ROUPAS! VOCÊ PODE PEGAR PRA MIM?



O SENHOR É MAGRO, NÉ? COMO CONSEGUIU?

EU ESTOU TENTANDO EMAGRECER, MAS...



POIS É, VOCÊ SABE QUE O EXCESSO DE PESO PODE SER PREJUDICIAL À SAÚDE? EU, POR EXEMPLO, TIVE HIPERTENSÃO E DIABETES! PARA ME CUIDAR, TIVE QUE PERDER PESO!

E O QUE O SENHOR FEZ?



MUDEI MEUS HÁBITOS! ANTES EU VIVIA SEM TEMPO PRA NADA! SÓ COMIA SALGADINHO, HAMBÚRGUER, CACHORRO-QUENTE, REFRIGERANTE...



ESSES ALIMENTOS TÊM MUITO SAL, GORDURA E AÇÚCAR E PODEM FAZER MAL À SAÚDE SE FOREM CONSUMIDOS EM GRANDE QUANTIDADE!



TEM GENTE QUE FAZ DIETAS COM POUCAS VARIACÕES, FICA FRACO E ATÉ ANÊMICO, MAS NÃO EMAGRECE!

TEMOS QUE COMER ALIMENTOS BEM VARIADOS, COM BASTANTE VITAMINAS E MINERAIS!



JÁ SEI... FRUTAS, LEGUMES, VERDURAS, ARROZ, FEIJÃO, POUCA GORDURA... É ISSO?

SIM! E TAMBÉM GASTAR O QUE COMEU!



LEMBRE-SE DE FAZER ATIVIDADES FÍSICAS TODO DIA! VALE ANDAR, BRINCAR AO AR LIVRE, PRATICAR ESPORTES...



EQUILIBRANDO O QUE VOCÊ COME COM O QUE VOCÊ GASTA, VAI CONSEGUIR UM PESO ADEQUADO E CRESCER COM SAÚDE!



OBRIGADO PELAS DICAS! EU! COMO É MESMO O SEU NOME?

PRECISANDO... MEU NOME É BENTO, MAS PODE ME CHAMAR DE BENTINHO!

FIM

ACERTE O PESO

Cada pessoa tem um tipo físico e todos têm direito a ser do jeito que são. Por isso, a gente deve pensar duas vezes antes de chamar alguém mais gordinho disso ou daquilo... e deve pensar duas vezes antes de se torturar porque não é magro. Nem todo mundo nasce para ser magrinho.



Por outro lado, obesidade pode ser o que os médicos chamam de fator de risco. Quer dizer, quem é obeso tem mais chance de sofrer de doenças graves como diabetes, doenças do coração e hipertensão.

Infelizmente, por diversos motivos, existem cada vez mais crianças um pouco acima do peso (sobrepeso) ou com obesidade na população brasileira. Você pode achar estranho, mas isso não quer dizer que o brasileiro está bem alimentado. Pelo contrário!



Uma criança pode ficar obesa por comer muita comida e ainda assim continuar mal nutrida, se essa comida tiver poucas vitaminas, minerais e fibras, que são nutrientes importantes para manter a saúde.





Faça como a turma do Sítio, procure ter uma alimentação variada com bastante frutas, legumes e verduras sem se esquecer do pão, da massa e do arroz integral, do feijão, das carnes magras, do leite e seus derivados como os queijos pouco gordurosos.

Converse sobre isso com sua família e seus amigos, pois todas as pessoas – gordas ou magras – têm direito a uma alimentação saudável, repleta de comidinhas bem-feitas e saborosas.

Lembre-se também que é importante fazer atividades físicas, como brincar e praticar esportes.

Para ter um peso saudável, é preciso equilibrar a energia que vem dos alimentos, com a energia que você gasta estudando, brincando e praticando esportes.



ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A Dona Benta sempre diz que comer bastante não é o mesmo que comer bem. Veja por quê!



O QUE É FOME OCULTA?

Estar gordinho ou magrinho nem sempre significa estar saudável. Isso porque comer uma quantidade de calorias suficiente para nos dar energia, não quer dizer que estamos ingerindo os nutrientes que o nosso corpo precisa para funcionar bem.



Nesse caso, existe o que chamamos de fome oculta, que é quando as células do nosso corpo não recebem as vitaminas e minerais de que elas precisam. O grande problema é que a fome oculta demora para se manifestar e, ao longo dos anos, ela vai deixando o corpo fraco e, assim, fica mais fácil ter doenças sérias.

COMBATENDO A FOME OCULTA



A fome oculta pode aparecer na forma de vários distúrbios, como a anemia ferropriva. Ela acontece quando falta ferro no corpo e essa falta prejudica o transporte de oxigênio feito pelo sangue por todo organismo.

No começo a pessoa nem percebe que está doente. Com o tempo, pode sentir cansaço, fraqueza, dor de cabeça, perda de apetite, dificuldades para se concentrar entre outros sintomas.

Para evitar a anemia, é preciso comer diariamente alimentos ricos em ferro, como carnes, feijão e verduras verde-escuras.

O PERIGO DO DIABETES

A obesidade também pode causar outras doenças como o diabetes. Essa doença provoca o aumento da quantidade de açúcar no sangue porque o corpo de algumas pessoas não produzem ou não respondem à insulina, que é justamente o hormônio que reduz a taxa de açúcar no sangue.

A pessoa com diabetes perde peso e sente muita sede, cansaço e vontade de urinar. Com o tempo, pode ter problemas no coração e na visão. É muito importante consumir alguns tipos de frutas, verduras e legumes, alimentos integrais e praticar atividades físicas diariamente.



Informações:
0800-707-2003
www.fomezero.gov.br

Emília
e a Turma do Sítio

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



© 2005 TV GLOBO LTDA. / MONTEIRO LOBATO. Todos os direitos reservados.

Ministério da Educação

Ministério da Saúde

Ministério do
Desenvolvimento Social
e Combate à Fome



Descubra
como
combinar
frutas,
legumes
e verduras
para ter uma
alimentação
saudável!



OBJETIVO: Desenvolver, em parceria com o Conselho Nacional de Nutrição, o Ministério da Saúde e o Conselho Nacional de Educação, o Programa Nacional de Alimentação Saudável, visando à melhoria da alimentação nas escolas. **OBJETIVO GERAL:** Melhorar a qualidade da alimentação nas escolas, promovendo a educação alimentar e nutricional. **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Promover a educação alimentar e nutricional nas escolas, visando à melhoria da alimentação nas escolas. **DESENVOLVIDORES:** Elvira R. Almeida, José Carlos, Fernando Melo, Sérgio Passos, Assessoria de Nutrição da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo. **ANÁLISES ADMINISTRATIVAS:** Associação de Lutas S. Carlos, Serviço Alimentar de Aracaju, Projeto Alimentação Escolar do Estado de Pernambuco, Lutas S. Carlos. **REVISÃO DE NUTRIÇÃO:** Associação de Lutas S. Carlos, Serviço Alimentar de Aracaju, Projeto Alimentação Escolar do Estado de Pernambuco, Lutas S. Carlos. **REVISÃO DE NUTRIÇÃO:** Associação de Lutas S. Carlos, Serviço Alimentar de Aracaju, Projeto Alimentação Escolar do Estado de Pernambuco, Lutas S. Carlos. **REVISÃO DE NUTRIÇÃO:** Associação de Lutas S. Carlos, Serviço Alimentar de Aracaju, Projeto Alimentação Escolar do Estado de Pernambuco, Lutas S. Carlos.

INSCRIÇÕES EM ESCOLAS: www.fomezero.gov.br
EMÍLIA E A TURMA DO SÍTIO - Criança Saudável, Educação DeZ - Fome Zero é uma produção da GLOBO S.A. Editora Responsável: André Moraes.

© 2005 TV GLOBO LTDA. / MONTEIRO LOBATO. Todos os direitos reservados.

Na medida certa!



TUDO MUNDO AQUI NO SÍTIO SE ALIMENTA SUPERBEM. NA NOSSA MESA SEMPRE TEM FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES, E A TIA NASTÁCIA SABE COMO APROVEITAR CADA PEDACINHO Desses ALIMENTOS. JUNTE-SE A NÓS E DESCUBRA AS VANTAGENS DE SE ALIMENTAR BEM E AO MESMO TEMPO EVITAR O DESPERDÍCIO!





"ESSÉS SÃO ALIMENTOS QUE AJUDAM A PROTEGER NOSSO ORGANISMO DO SURGIMENTO DE VÁRIAS DOENÇAS, COMO GRIPE E RESFRIADOS."



ALÉM DE PREVENIR A OBESIDADE E PROBLEMAS NO CORAÇÃO!



OUVIU BEM, RABICÓ? E POR ISSO TUDO QUE VOCÊ DEVE COMER MAIS FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS!

HUM... ACHO QUE NÃO VAI SER DIFÍCIL! AS FRUTAS SÃO TÃO SABOROSAS E A TIA NASTÁCIA FAZ CADA PRATO! NHAM, NHAM!



QUANDO FOREM COMER UMA DESSAS DELÍCIAS, NÃO SE ESQUEÇAM DE ME CHAMAR! TCHAU, TCHAU!

TCHAU...



CONTINUANDO... PARA MANTERMOS O CORPO SEMPRE COM SAÚDE E DISPOSIÇÃO...



TEMOS QUE COMER, TODOS OS DIAS, 3 PORÇÕES DE FRUTAS E 3 DE LEGUMES E VERDURAS!

TUDO DE UMA VEZ?



NÃO, DIVIDIDOS POR TODAS AS REFEIÇÕES DO DIA. NO CAFÉ DA MANHÃ, PODEMOS ACRESCENTAR UMA FRUTA OU SUCO NATURAL...



"NO ALMOÇO E JANTAR, ALÉM DO ARROZ, DO FEIJÃO E DA CARNE, DEVEMOS COMER LEGUMES E SALADAS COM VERDURAS."



E, NOS INTERVALOS ENTRE AS REFEIÇÕES, FRUTAS E SUCOS! É, QUANTO MAIOR A VARIEDADE, MAIOR TAMBÉM É A QUANTIDADE DE NUTRIENTES!



QUANTO MAIS COLORIDO MELHOR!



QUE TAL A GENTE VER SE O ALMOÇO ESTÁ PRONTO?

BOA IDEIA!





E...
ALMOÇO? AINDA NEM COMECEI! ESTOU TERMINANDO DE ARRUMAR A COZINHA!



E ESTÁ UMA BAGUNÇA, MESMO! POR QUE NÃO JOGA NO LIXO ESSE MONTE DE CASCAS DE FRUTAS E LEGUMES?



PORQUE NÃO SE JOGA COMIDA NO LIXO!

NÃO É COMIDA, SÃO SÓ CASCAS, FOLHAS E TALOS!



A TIA NASTÁCIA TEM RAZÃO! AS CASCAS, TALOS E FOLHAS DE MUITOS ALIMENTOS SERVEM PARA FAZER PRATOS NUTRITIVOS E SABOROSOS!



FUI ATÉ CONVIDADA PRA IR À ESCOLA TROCAR IDEIAS COM AS COZINHEIRAS. AS ESCOLAS BUSCAM OFERECER UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL AOS ALUNOS INCLUINDO NO CARDÁPIO FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS, QUE PODEM SER APROVEITADOS COMPLETAMENTE!



VOU ENSINAR A FAZER SALADA DE ABÓBORA, BOLINHO COM TALOS DE BRÓCOLIS E SUICO COM CASCA DE ABACAXI! E, CLARO, CONTAR COMO FAÇO PRA MINHA CRIANÇA COMER MAIS GOIABA, UVA, MELANCIA, MANGA...



PUXA! AS CRIANÇAS VÃO ADORAR!



E VÃO CRESCER FORTES E SADIAS!



AGORA VOU COMEÇAR A FAZER O ALMOÇO! O QUE A BONEQUINHA SUGERE?



SUGIRO UM ALMOÇO BEM COLORIDO!!!

O QUÊ?



VERDE-ALFACE, ESCAROLA, ESPINAFRE, AMARELO-MANDIOQUINHA, VERMELHO-CARNE, BRANCO-ARROZ, PRETO-FEIJÃO E, DE SOBREMESA, UMA SALADA DE FRUTAS MULTICOLORIDA!!!

ESSA BONEQUINHA TEM CADA IDEIA! HÁ, HÁ, HÁ, HÁ!

HÁ, HÁ, HÁ, HÁ!

FIM

DE OLHO NO DESPERDÍCIO

Quando o Pedrinho foi ajudar o Visconde e o Tio Barnabé na horta do Sítio, ele lembrou de uma coisa muito séria que a sua professora falou quando estavam cuidando da horta da escola: o desperdício de alimentos. Ela contou que um montão de comida é jogado fora todos os dias. E muitos desses alimentos, como frutas, legumes e verduras, poderiam ser aproveitados.



O que nem todo mundo sabe é que as cascas, folhas, talos e sementes de alguns alimentos são ricos em vitaminas e minerais, substâncias que fortalecem o nosso organismo e ajudam a prevenir doenças.



Temos uma enorme variedade de frutas, legumes e verduras no Brasil. O legal é que existem épocas do ano em que alguns desses alimentos são mais baratos porque estão num período de maior produção.



Cada região do país tem as suas frutas, legumes e verduras típicos que podem ser preparados de diferentes modos, sempre aproveitando-os por completo. Assim, é possível preparar tortas, bolos, sopas e saladas supersaborosos e nutritivos e ao mesmo tempo economizar e evitar o desperdício.

FIQUE ATENTO

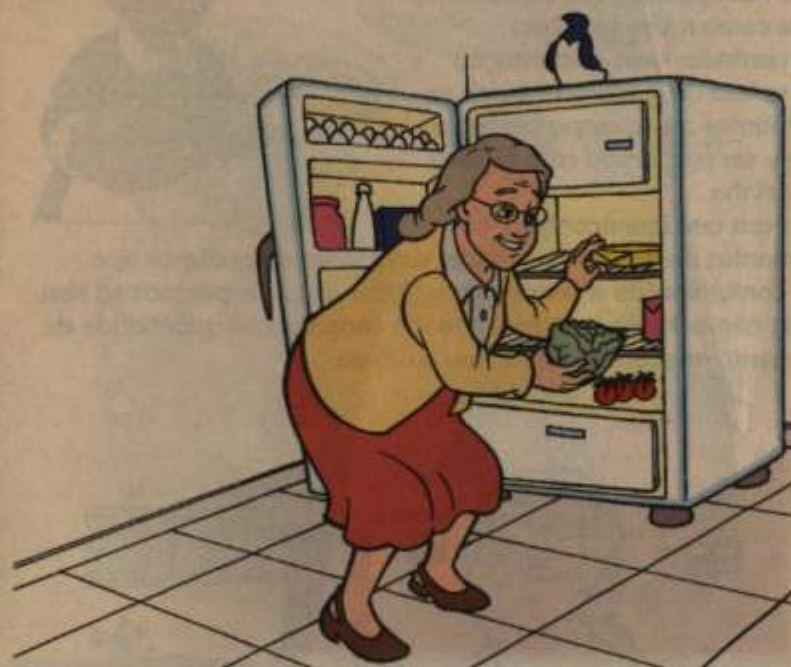
Prestar atenção nas embalagens é uma forma de se garantir uma alimentação saudável. É que as embalagens trazem dicas importantes sobre o alimento como data de fabricação, prazo de validade, origem, melhor forma de conservação e informações nutricionais.



É importante lembrar também que a data de validade de um produto fechado é diferente de quando ele já está aberto. Um pacote de biscoitos fechado, por exemplo, pode ficar guardado por vários meses. Depois que abrimos, eles não duram tanto tempo, pois ficam velhos e murchos.



Na hora de comprar frutas, legumes e verduras deve-se escolher os mais frescos e que não estejam muito maduros. Esses alimentos são fáceis de estragar e, por isso, não podem ser comprados em grandes quantidades. Mas lembre-se que todos eles devem ser bem lavados antes de serem preparados. Outro cuidado que se deve ter é com o armazenamento.



Alimentos prontos como arroz e feijão devem ser guardados nas prateleiras de cima da geladeira, verduras e legumes que já foram lavados, descascados e cortados, mas ainda não foram preparados, devem ficar nas prateleiras do meio, e os produtos crus, nas prateleiras de baixo.

UMA LIÇÃO SAUDÁVEL!

Toda mundo tem direito a uma alimentação saudável. Mas isso não significa que a pessoa que come muito está bem alimentada. Uma alimentação completa deve oferecer todos os nutrientes que o corpo precisa e deve ser preparada com higiene e carinho.

Para que isso aconteça, os alimentos devem ter qualidade, estar livres de qualquer tipo de contaminação e ser nutritivos. Além disso, as pessoas só têm uma alimentação saudável quando comem uma quantidade de alimento adequada para o seu sustento.



PRATO COMPLETO E COLORIDO

Uma alimentação nutritiva tem que ter variedade e, para isso, é preciso que o prato seja colorido e equilibrado. Arroz e feijão com verduras, legumes e algum tipo de carne, que é fonte de proteína, é um prato completo.



A IMPORTÂNCIA DA ÁGUA

Assim como os alimentos, todo mundo precisa de água para sobreviver. Ela também é um direito de todo cidadão e é essencial à vida. Sem ela, o organismo não funciona.



Informações:
0800-707-2003
www.fomezero.gov.br

Ministério da Educação
Ministério da Saúde
Ministério do
Desenvolvimento Social
e Combate à Fome



COORDENADOR GERAL Diretor-Geral: José Roberto Diretor-Geral Adjunto: Luiz Machado Diretor-Geral Adjunto: Márcio Antônio de Sá Jr. Diretor de Planejamento e Recursos Humanos: Zuleide Nogueira Diretor de Mercado de Trabalho: Luciana Teixeira **REDAÇÃO EDITORA**: Ariete Alonso - aalonso@fomezero.gov.br
EDITORA-ASSISTENTE: Cecília Baccaroni - cbaccaroni@fomezero.gov.br **COORDENADORA DE CONTATO COM O PÚBLICO**: Luciana Brito de Castro - lbcastro@fomezero.gov.br **COORDENADORA DE ARTE**: Adriana Bertoldo Silveira
REDAÇÃO: Cláudia Azeiteiro, Estela Santos, Patrícia MARI, Tereza Pires Assessoria de Redação: Cláudia Jerusa Gonçalves; Clotilde Ap. de C. Neves; Christiane Costa; Peter Nogueira; Rosângela; Roberto Figueira; André Rossi; João Américo Gomes; Romário Jr.; Flávia Bezerra; Leandra; Mariana Alves
REDAÇÃO GERAL: Sede Administrativa, Redação e Correspondência São Paulo: Av. Jaguaré, 1.400, São Paulo, SP CEP: 05346-900, Tel.: (11) 2747-7908, Fax: (11) 2747-7910, Atendimento às Escolas e-mail: cartilha@fomezero.gov.br Site: www.educacao.gov.br **CADERNO DE PROFESSOR - Educação Alimentar e Nutricional** é uma publicação da EDITORA GLOBO S.A. Editora Responsável: Ariete Alonso
Apelido: Globo Músicas, Globo Cadernos Didáticos e Editora GLOBO
© 2001 TV GLOBO S.A. / MONITOR GLOBO. Todos os direitos reservados.
Impressão: Globo Cadernos Didáticos e Editora GLOBO, Rua João Fonso, 200, 015 - CEP: 01200-000 - Distrito Industrial - Vila Verde - São Paulo

Emília
e a Turma do Sítio na



EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

© 2001 TV GLOBO S.A. - MONITOR GLOBO. Todos os direitos reservados.

Qualificação gratuita. Profissionais de nível superior reconhecidos.

CADERNO DO PROFESSOR



Informações e atividades para trabalhar com as Cartilhas da Nutrição nas aulas de:

- Ciências Naturais
- Língua Portuguesa
- História
- Matemática
- Geografia
- Arte
- Educação Física



Índice

APRESENTAÇÃO	pág. 3	3. Vitaminas e minerais: do terra para o alimento	
O QUE É EDUCAÇÃO ALIMENTAR?			
1. Entendo o problema alimentar do Brasil		Sala limpa, alimento mais saudável	pág. 26
Carência e excesso de alimento	pág. 4	Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais	pág. 28
Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais e Geografia	pág. 4	4. Alimentação saudável e uso todo	
2. O que é ser saudável?		Alimentos bem nutridos	pág. 29
Em busca do bem-estar	pág. 5	Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais, Matemática e Língua Portuguesa	pág. 30
Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa	pág. 6	Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais	pág. 31
3. A origem dos alimentos		5. Ações, adoçantes e sal	
O caminho do campo à mesa	pág. 7	Nada de exageros	pág. 32
Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais e Geografia	pág. 7	Sugestão de atividade – indicado para Educação Física	pág. 34
Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa e Arte	pág. 9	PROTEÍNAS E CARBOIDRATOS	
4. Cultura alimentar		1. Alimentos com proteínas	
Alimento também é cultura	pág. 10	Crescimento e desenvolvimento	pág. 35
Sugestão de atividade – indicado para Arte, História e Geografia	pág. 10	Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa, Geografia e História	pág. 35
Sugestão de atividade – indicado para Arte e Ciências Naturais	pág. 11	Sugestão de atividade – indicado para Arte	pág. 37
5. Composição e classificação dos alimentos		Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa e Ciências Naturais	pág. 38
De onde vem o alimento?	pág. 12	2. Alimentos com carboidratos	
Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais	pág. 13	Fornecedores de energia	pág. 39
6. Higiene e aproveitamento dos alimentos		Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa e História	pág. 40
Diga sim à higiene	pág. 14	Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais	pág. 41
Sugestão de atividade – indicado para Educação Física, Recreação e Jogo	pág. 14	3. Gorduras	
Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais	pág. 15	Na medida certa	pág. 42
Sugestão de atividade – indicado para Matemática	pág. 16	4. Diferentes hábitos alimentares	
Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa e Ciências Naturais	pág. 16	Alimentação também é cultura	pág. 43
7. Como e por que se alimentar bem		Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa, Geografia e História	pág. 44
Garantia para uma vida saudável	pág. 17	5. Consumo consciente	
Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais e Educação Física	pág. 18	Informações nas embalagens	pág. 45
VITAMINAS E MINERAIS		Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa e Ciências Naturais	pág. 45
1. Alimentação nos diferentes fases do vida		Sugestão de atividade – indicado para Ciências Naturais	pág. 46
O que é uma boa alimentação?	pág. 19	Sugestão de atividade – indicado para Educação Física e Língua Portuguesa	pág. 47
Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa e Arte	pág. 19	Sugestão de atividade – indicado para integrar aluno e comunidade local	pág. 48
Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa	pág. 22	Referências Bibliográficas	pág. 50
2. Nutrientes que não podem faltar			
Vitaminas e Minerais	pág. 23		
Sugestão de atividade – indicado para Língua Portuguesa e Arte	pág. 25		

Caro professor,

A segurança alimentar e nutricional tem sido divulgada no Brasil pelo Programa Fome Zero não apenas para defender a ideia do acesso aos alimentos, mas também para conscientizar a todos sobre a necessidade de que os alimentos sejam de qualidade. E para que a população tenha uma alimentação saudável é fundamental que ela esteja bem informada e tenha conhecimentos suficientes para selecionar e consumir os alimentos de forma segura e adequada.

Ações de educação alimentar e nutricional são, portanto, a garantia do direito de cada cidadão a uma alimentação de qualidade. Quando realizadas com escolares, essas ações se tomam ainda mais importantes, uma vez que é na infância que acontece a formação dos hábitos alimentares de uma pessoa.

O objetivo deste *Caderno do Professor* é apoiar o seu trabalho com os alunos de 1ª a 4ª séries, que estão recebendo as três Cartilhas da Nutrição: *O que é Educação Alimentar?*, *Vitaminas e Minerais*, e *Proteínas e Carboidratos*. Esse material foi feito para ajudá-lo a dividir com os alunos informações importantes sobre nutrição, como forma de apoiar o seu trabalho ao utilizar essas cartilhas em sala de aula.

Isso tudo desenvolvido com a linguagem das histórias em quadrinhos e do universo dos personagens do *Sítio do Picapau Amarelo*, de Monteiro Lobato, que facilitam a comunicação com os alunos, a assimilação das informações, além de motivar o interesse e a curiosidade infantil, tornando o aprendizado mais divertido.

O *Caderno do Professor* traz informações que vão se juntar a seus conhecimentos sobre segurança alimentar, higiene, saúde, qualidade nutricional das refeições, origem e melhor aproveitamento dos alimentos e a importância da agricultura familiar. Ele serve como um guia para você transformar a *Cartilha da Nutrição* em um ponto de partida para o estudo de todos esses assuntos.

As informações estão acompanhadas de sugestões de atividades e dicas de como encaminhá-las em sala de aula. A partir desse material, estimule a curiosidade, crie soluções e motive a criança a perceber a alimentação como uma necessidade essencial do ser humano.

O que cada um de seus alunos aprender e descobrir com as cartilhas da nutrição pode e deve ser compartilhado com a família, com os amigos e com a comunidade, multiplicando o conhecimento sobre educação alimentar e ampliando o exercício da cidadania.

Você, professor, é muito importante para formação da memória alimentar, do paladar e de hábitos saudáveis de seus alunos: são eles que terão a oportunidade de transformar o Brasil em um país mais bem alimentado e feliz.

Esperamos que vocês, professores e alunos, aproveitem o material e vejam como é a história que o Fome Zero quer escrever com a ajuda de todos os brasileiros.

Bom trabalho!



Equipe do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome



1. Entenda o problema alimentar do Brasil

Carência e excesso de alimento

Segurança alimentar e nutricional é garantir ao cidadão o acesso a uma alimentação de qualidade e em quantidade suficiente em todas as fases da vida aliada à satisfação de outras necessidades básicas, como saúde, educação, lazer e trabalho.

A carência e o excesso de alimentos podem gerar doenças. No Brasil ainda há muitas mortes causadas pela fome e milhões de crianças sofrem de desnutrição, que tem como causa diversos fatores, normalmente associados à pobreza e à falta de alimentos dela decorrente. Por outro lado, aumenta cada vez mais o número de crianças que estão acima do peso e têm problemas de obesidade. Nos últimos 20 anos, a

obesidade triplicou entre as crianças de 6 a 18 anos, passando de 4,1% para 13,9%.

Isso tem acontecido porque vivemos um período conhecido como transição nutricional, onde mudanças significativas vêm ocorrendo na dieta da população. Da década de 60 para cá, notou-se a redução do consumo de cereais, verduras, legumes, frutas e o aumento da ingestão de gordura, sal, açúcar, ovos, carnes, leite e derivados e de alimentos industrializados.

Ações que levem informações sobre um consumo mais consciente dos alimentos são fundamentais para se alcançar o direito humano a uma alimentação saudável e reverter o quadro de insegurança alimentar e nutricional em nosso país que afia desnutrição e obesidade.



Sugestão de atividade ▶ Intitulado para Ciências Naturais e Geografia

Mostre a cena da página 2 da cartilha *O que é Educação Alimentar?* para os alunos. Peça que eles identifiquem os elementos que mostram a vida saudável no Sítio do Picapau Amarelo, como horta, leite da vaca, frutas nas árvores, as próprias árvores que melhoram a qualidade do ar etc.

Aproveite o tema para promover uma conversa com os alunos. Oriente-os para que descrevam como é a vida no Sítio e falem sobre esse cotidiano. Algumas sugestões de perguntas que podem ser feitas:

1. Quais são as frutas e os alimentos produzidos e consumidos no Sítio do Picapau Amarelo?

Resposta: jabuticaba, laranja, manga, goiaba, banana, pitanga, amora, mamão, milho, alface, couve, vagem, feijão, carne de frango, peixe, pães etc.

2. De onde vêm esses alimentos?

Resposta: as frutas são plantadas no pomar, as verduras e os legumes são cultivados na horta, as carnes são dos frangos criados no galinheiro, os peixes são pescados no Ribeirão e os pães são preparados pela Tia Nastácia com os ovos do galinheiro.

3. Esses alimentos são saudáveis?

Resposta: sim, porque são naturais e fresquinhos.

4. Narizinho, Pedrinho e Emília são saudáveis? Gostam de viver no Sítio? Isso está ligado à alimentação que eles têm?

Resposta: sim, eles gostam de viver no Sítio e se alimentam bem e nas horas certas o que lhes dá muita energia para poder brincar e estudar, como você pode observar na página 6 da cartilha *O que é Educação Alimentar?*



2. O que é ser saudável?

Em busca do bem-estar

A Organização Mundial de Saúde (OMS) é um organismo formado por mais de 190 países e foi criado para ajudar os governos a planejar seus programas de Saúde Pública e combater doenças em todo o mundo.

Para a OMS, saúde significa muito mais do que a ausência de doenças: saúde envolve o bem-estar físico, mental e social do ser humano.

A boa saúde está relacionada com a qualidade do ar que aspiramos, com o alimento e a água que ingerimos. Respiração e alimentação são necessidades humanas básicas e essenciais para a manutenção da saúde e da vida.



Inspiração

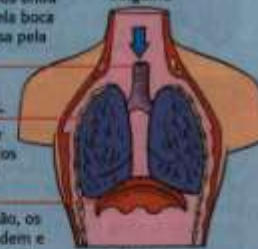
O ar que respiramos entra no nosso corpo pela boca e pelo nariz e passa pela traquéia.

A traquéia leva o ar até os pulmões.

Um dos grupos de músculos envolvidos na respiração é o diafragma.

Durante a inspiração, os pulmões se expandem e o diafragma se contrai.

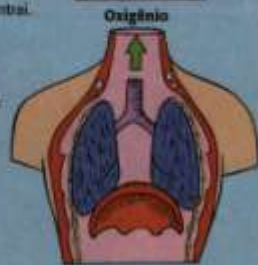
Oxigênio



Expiração

Na expiração, o diafragma relaxa e os pulmões voltam ao tamanho normal, como se esvaziassem.

O ar é expelido pela traquéia.



Oxigênio

O oxigênio que precisamos para viver está na atmosfera, camada de gases que envolve a Terra. Quando respiramos, o oxigênio entra no nosso corpo através da boca e do nariz, chega aos pulmões, passa para o sangue e é levado a todas as células do nosso corpo.

Se a atmosfera estiver poluída por gases tóxicos, lançados no ar por queimadas, escapamentos de veículos e processos industriais, essas substâncias nocivas também entram nos pulmões, podendo provocar dor de cabeça, bronquite, irritação dos olhos e da garganta, dificuldade respiratória, asfixia, agravamento de problemas cardíacos, pulmonares, comprometimento dos mecanismos de defesa do nosso organismo, asma e tosse, entre outras doenças.

As plantações e os animais também podem se prejudicar em um ambiente com ar poluído.

Água

A água é encontrada na natureza nos estados: gasoso (vapor d'água), líquido e sólido (gelo). Ela também está presente nos alimentos e compõe quase 70% do corpo humano.

O nosso organismo só funciona com água. É a água que hidrata e ajuda a desintoxicar o corpo, que perde água naturalmente, pela transpiração, pela urina e pelas fezes. Por isso, é importante repor a quantidade de líquidos bebendo de oito a dez copos de água por dia.

Apenas 0,7% do volume total de água da Terra é potável. Água potável é aquela que está pronta para ser consumida pelas pessoas porque não está poluída ou não contém sal, como a água do mar.

Toda água não-potável deve ser filtrada. Se o filtro usar velas, elas devem ser trocadas a cada seis meses. Se usar carvão, deve ser lavado uma vez por mês. Quem não tiver filtro deve ferver a água por dez minutos e deixar em repouso até que ela esfrie e possa ser consumida.

As caixas-d'água precisam ser limpas a cada seis meses. Durante a limpeza, as paredes da caixa-d'água devem ser esfregadas com uma esponja ou escova que não pode ser de aço.

Nunca devem ser utilizados sabão, detergente ou outros produtos de limpeza. O correto é usar somente água sanitária.

Quanto mais poluída estiver a água, mais chances há de contaminação dos produtos agrícolas e do surgimento de doenças, como diarreia, hepatite e febre amarela.

Por isso, é tão importante que os rios e riachos não sejam poluídos e que as casas recebam água encanada tratada.



As velas dos filtros devem ser trocadas a cada seis meses. Nesse período, se a filtragem da água ficar lenta, retire as velas e lave-as com bastante água corrente. Não use sabão, detergente ou outros produtos.

Sugestão de atividade

Na história em quadrinhos de cartilha *O que é Educação Alimentar?*, a Emília está fazendo uma reportagem. Aproveite essa ideia para propor aos alunos a atividade: o "Repórter sou eu".

Divida a turma em pares ou peça que cada um escolha um amigo para entrevistar. Ele deve fazer perguntas para descobrir quais são os hábitos alimentares do colega. Cada um deve criar a sua própria entrevista.

Sugestões de perguntas:

- Como é a qualidade da água em sua casa?
- Você toma bastante água durante o dia?
- Como é sua alimentação?
- Você acha que ela é saudável? Por quê?
- Qual é o seu alimento preferido?
- Qual é o alimento que você não gosta? Por quê?
- O que você come na hora da merenda e na cantina? É gostoso?
- Na sua região há crianças que passam fome? E crianças muito gordinhas?



Com as informações anotadas, sugira às crianças a produção de um texto contando como é a alimentação e os hábitos do colega entrevistado. Depois, peça que os alunos leiam as relações em sala de aula para todos ouvirem e estimule-os a tirar suas próprias conclusões sobre como é a alimentação da turma. Descubram juntos os pontos positivos, negativos, as curiosidades etc.

3. A origem dos alimentos

O caminho do campo à mesa

Nem sempre pensamos de onde vêm os alimentos que consumimos e muitas vezes sabemos pouco ou quase nada sobre como eles foram produzidos.

Quando vamos à feira ou ao supermercado, temos a impressão de que o alimento sempre esteve ali e não percebemos o longo caminho que ele percorre nem a quantidade de pessoas envolvidas no trabalho de fazer o alimento chegar à nossa mesa.

Na cidade há pouco espaço para plantações. Alguns moradores se organizam e fazem hortas comunitárias, inclusive nas escolas. Mas é na zona rural que é produzida a maior parte dos alimentos que chega até as cidades.

Depois de serem colhidos nos sítios e nas fazendas das zonas rurais, os alimentos são

transportados para diferentes regiões do Brasil e do mundo e percorrem longas distâncias transportados por caminhões, trens e até mesmo por navios.

Se o alimento for perecível, ou seja, se estraga com facilidade, como a carne ou o peixe, ele tem de ser acondicionado em câmaras frigoríficas, uma espécie de geladeira que conserva o produto em bom estado durante certo tempo.

Quando os alimentos chegam aos centros de abastecimento nas cidades, começa outra etapa: donos de supermercados, mercearias, sacolões ou barracas de feiras livres escolhem e compram os produtos que serão vendidos aos consumidores. E os alimentos ainda precisam percorrer ruas e avenidas até chegar à casa das pessoas e serem consumidos.

Sugestão de atividade

Indicação para Ciências, História e Geografia



Copie o mapa do Brasil com a rota do trigo. Estrieve, feia e coloque em discussão a seguinte informação:

"No Brasil, o trigo é produzido principalmente no Rio Grande do Sul e, depois de transformado em farinha e ensacado, é transportado para outras cidades do país, como Salvador, na Bahia. É uma viagem de cerca de 3.500 quilômetros".

Explique para os alunos que esse é um exemplo do caminho percorrido pelo alimento até chegar ao consumidor.

Observe atentamente com os alunos a rota do trigo e aproveite o tema para estudar no mapa a localização dos 26 estados brasileiros, de suas capitais e do Distrito Federal.

Como os alimentos são produzidos

A agricultura é uma prática que existe há milhares de anos. Ela surgiu quando o homem deixou de colher o que encontrava na natureza para cultivar o que quisesse.

Ao descobrir como plantar e colher alimentos, o homem pôde se fixar em lugares protegidos e que tivessem água em abundância. Ele passou, então, a explorar o meio ambiente e a desenvolver técnicas cada vez mais avançadas para produzir o que precisa para sobreviver.

Hoje, no Brasil, há duas maneiras principais de produzir alimentos:

Agricultura familiar

É realizada basicamente com a mão-de-obra dos familiares do proprietário de pequenas propriedades de terra onde o alimento é cultivado. Muitas vezes, em períodos de colheita, o trabalho aumenta e a família precisa contratar outros trabalhadores para ajudá-la.

Nesse tipo de agricultura planta-se um pouco de tudo, principalmente feijão, mandioca, abóbora e milho. Há também a criação de vários animais, como porco, aves, vaca, cavalo etc.

As plantações e a criação de animais, além de sustentar a própria família, permitem uma integração diversificada, muito parecida com a maneira que a própria natureza se organiza. Árvores e plantas evitam a erosão e a desertificação do solo e a seca dos rios e nascentes de água porque suas folhas e raízes retêm as águas da chuva, mantêm água no subsolo e enrijecem o solo.

Outro aspecto importante é que quase tudo o que é produzido é aproveitado: os alimentos são consumidos pelos familiares e vendidos para alguns consumidores, os restos dos alimentos, assim como palha e sabugo do milho, são utilizados em rações para os animais, já as fezes dos animais e também os restos de comida servem para adubar a terra. Isso tudo sem que exista a necessidade de usar agrotóxicos nas plantações ou hormônios para acelerar o crescimento de aves, suínos e bovinos. Dessa forma, o alimento fica muito mais saudável.



Agricultura empresarial

É geralmente baseada em sistemas de monoculturas, ou seja, na plantação de um único alimento que deve suprir a necessidade das indústrias processadoras de produtos agrícolas, como, por exemplo: cultivar cana-de-açúcar para ser comercializada com as grandes usinas de açúcar, laranja para as indústrias de sucos em conserva, café e soja para exportação etc.

Toda a mão-de-obra utilizada nesse tipo de agricultura é composta de trabalhadores contratados e assalariados.

A agricultura empresarial tem contribuído para um grande avanço nas comercializações brasileiras. A partir dos anos 60, a aplicação de alta tecnologia na agricultura aproximou a produção de alimentos aos interesses da indústria. Houve um crescimento na venda de café, laranja, soja e cana-de-açúcar para outros países, o que contribuiu positivamente com a economia do país. Por outro lado, as monoculturas reduziram a variedade de sementes e a diversidade de alimentos. Para garantir uma produção rápida sem pragas e plantas daninhas e em grande quantidade, são usados agrotóxicos e outros produtos químicos que podem ser prejudiciais à nossa saúde.

Como a agricultura empresarial se relaciona com a agricultura familiar

A medida que a agricultura empresarial foi se desenvolvendo, o plantio em larga escala passou a precisar cada vez mais de grandes territórios. Por isso, grandes propriedades foram se concentrando nas mãos de poucos fazendeiros ou empresários que compraram muitos sítios e fazendas menores.

As monoculturas de exportação vêm diminuindo a agricultura familiar ao mesmo tempo que, por utilizar novas tecnologias e máquinas, não geram empregos suficientes para absorver a mão-de-obra dos pequenos agricultores que ficaram sem suas terras ou não têm mais para quem vender os seus produtos.

Hoje, a agricultura familiar ainda é responsável por grande parte da produção nacional

de alimentos. Mas a ausência de tecnologia e de organização para vender e transportar a produção faz com que a agricultura familiar seja menos lucrativa.

A má distribuição de terra, de meios de produção e de renda no país são os principais motivos da fome e da pobreza em várias regiões do Brasil.

Para mudar esse cenário, os centros de pesquisas brasileiros têm desenvolvido técnicas de cultivo, irrigação, controle de pragas e doenças e recuperação do solo para fazer com que a agricultura empresarial se tome menos agressiva ao meio ambiente e apresente alimentos de melhor qualidade. Por isso, também é importante que a procura por alimentos mais saudáveis motive a retomada e o incentivo da agricultura familiar. Assim, os dois tipos de agricultura poderão coexistir e trazer benefícios para o Brasil.

Sugestão de atividade

Organize um passeio e leve os alunos à feira ou ao mercado e a um sítio. Peça que eles conversem com os feicantes, vendedores e sitiantes e obtenham informações sobre como os alimentos são produzidos e, depois, transportados até os locais de comercialização.

Com essas informações anotadas, de volta à sala de aula, proponha que a turma faça uma história em quadrinhos, como a que está na cartilha *O que é Educação Alimentar?*, contando o caminho que o alimento percorre desde a colheita até chegar ao consumidor.

Divida a tarefa em etapas que podem ser distribuídas em algumas aulas. Como, por exemplo:

- Escrever o roteiro da história.
- Definir o número de quadrinhos e distribuir trechos do texto nos quadrinhos.
- Desenhar as cenas dos quadrinhos.
- Fazer o texto de balões, falas e pensamentos dos personagens.
- Coler os desenhos.
- Divulgar a história em quadrinhos para as outras salas ou promover uma exposição na escola para que as histórias de todas as turmas sejam mostradas.



4. Cultura alimentar

Alimento também é cultura

A alimentação é parte da cultura de um país. A partir do estudo de como se formaram os hábitos alimentares de um povo é possível conhecer um pouco da história e da cultura de cada país.

No Brasil, no período da colonização, houve uma mistura social e cultural entre índios, negros e europeus. Isso causou também uma troca de alimentos e costumes culinários.

A banana foi trazida pelos negros africanos. A mandioca era a base da alimentação dos grupos indígenas brasileiros, o que influenciou os povos que chegaram aqui. Já os portugueses iniciaram no nosso país o cultivo da cana-de-açúcar e do café.

A partir da segunda metade do século 19, muitos imigrantes vieram para o Brasil. Italianos, japoneses, árabes, espanhóis, holandeses e poloneses influenciaram os hábitos alimentares das regiões onde fixaram moradia.

Isso fez com que a população brasileira, em cada região do país, possuísse uma culinária diferente.

As relações entre os alimentos e a cultura estão presentes em antigas lendas. Vários povos indígenas do continente americano, por exemplo, mantêm, entre suas tradições, histórias criadas para explicar o surgimento do milho.

A lenda do milho

Uma das mais conhecidas lendas sobre o milho é a do povo Pareci, que habita o oeste de Mato Grosso. Essa lenda conta que, certa vez, um chefe Pareci sentindo que seu fim se aproximava chamou seu filho e lhe ordenou:

— Depois de minha morte, enterre o meu corpo no meio da roça. Da minha cova vai brotar uma planta que dará muitas sementes.

Dias depois, o chefe Pareci morreu. O filho fez o que o pai havia mandado. No lugar onde o índio foi enterrado nasceu uma nova planta: o milho.

Milho, couve e banana pelo Brasil

O milho, a couve e a banana são alimentos facilmente encontrados por quase todo o Brasil e, por isso, estão presentes nas refeições de muitos brasileiros. Conheça melhor esse cereal, essa hortaliça e essa fruta tão apreciados pela população do nosso país.

Milho

É um alimento bastante antigo. Muito antes da chegada dos colonizadores europeus, por volta do ano 1000 antes de Cristo, o milho já fazia parte dos hábitos alimentares do povo asteca, que habitava o México, dos incas, que viviam no Peru, e dos maias, que ocupavam a América Central e parte do México.

Sugestão de atividade

Com palhas e sabugos de milho, faça com os alunos alguns bonecos iguais ao Visconde de Sabugosa. Vocês podem criar roupas e chapéus diferentes para os bonecos, usando materiais recicláveis, como restos de tecidos, botões, fitas e papéis usados.

Organize um teatrinho com esses bonecos para contar a lenda do milho. Ensaie com os alunos e organize uma apresentação do teatrinho para os familiares e colegas.

Pesquise outras histórias de alimentos da sua região. No final da apresentação, promova uma conversa com todos para falar sobre a influência cultural dos alimentos e pergunte se alguém mais tem uma história sobre esse tema para contar.



Além dos grãos das espigas, o milho pode ser consumido de várias formas. Com ele podemos fazer farinha, amido, suco, sorvete, pipoca, canjica, além de bolos e doces, como, por exemplo, curau e pamonha.

As espigas de milho verde podem ser consumidas de três a quatro meses após o plantio. Os agricultores, porém, guardam as sementes das espigas mais bonitas para serem semeadas no ano seguinte. Elas devem ser muito bem estocadas, longe do alcance de ratos e carunchos, um tipo de inseto. O milho é semeado na primavera e no verão quando o tempo é quente e chuvoso.

Couve

É um alimento importante porque ajuda a prevenir a **anemia** e a prisão de ventre, por ser rica em ferro e fibras. Uma boa forma de incentivar o consumo da couve entre as crianças é servi-la batida com suco de laranja.

A couve pode ser semeada em hortas, vasos ou canteiros. Do plantio até a colheita, pode-se levar uns 3 meses. Quando tiramos uma de suas folhas, a planta produz outra, mas não se deve retirar todas de uma vez, pois isso a enfraquece. A couve pode ser plantada também a partir de um talo retirado de uma planta mais velha.

✓ **Anemia** – estado em que o organismo sofre falta de minerais e vitaminas, como ferro e vitamina B 12.

Sugestão de atividade

Baseado nas informações e características do milho, da couve, da banana e da cooperação que há entre essas plantas, crie o roteiro de uma peça de teatro com os alunos. Incentivem a fazer os diálogos e textos de apresentação de cada planta, a

Banana

Foi trazida ao Brasil pelos africanos, no século 16, e se popularizou rapidamente. A bananeira necessita tanto de água que retém esse líquido dentro de seu tronco. Ela precisa de terra úmida para crescer melhor.

O plantio é feito a partir do cultivo do broto de uma outra bananeira que já tenha dado um cacho de bananas. Deve-se controlar a proliferação exagerada de mudas, pois a proximidade atrapalha o desenvolvimento e a fertilidade das plantas.

A casca da banana é rica em minerais e fibras e pode ser utilizada em algumas receitas.



Cooperação ambiental

As plantações de milho podem ser combinadas com as de couve e banana. Por ser uma planta alta, o milho cria uma sombra leve que protege a couve do sol intenso. Também cria um ambiente favorável para a bananeira, protegendo-a dos ventos fortes e aproveitando as palhas e os sabugos do milharal e os talos e folhas velhas da couve como adubos.

pesquisar e escolher os figurinos, as músicas e o cenário e fazer corvites e cartazes para divulgação.

Quando a peça ficar pronta, organize uma apresentação para os outros alunos da escola, familiares e amigos.

5. Composição e classificação dos alimentos

De onde vem o alimento?

Os alimentos necessários à nossa sobrevivência são de origem: animal, vegetal e mineral.

Origem animal

Leite, ovos e carnes (boi, porco, aves, peixes);

Origem vegetal

As mais diversas plantas, desde a semente até os frutos: arroz, feijão, milho, mandioca, batata, cenoura, alface, tomate, laranja, banana, mamão, abacate etc.

Origem mineral

Água, sal, cálcio e ferro.

De acordo com a função que desempenham no organismo humano, os alimentos podem ser classificados em três grupos principais:

1. Construtores

Pertencem a este grupo os alimentos ricos em proteínas, como leite, queijo, ovos, carne, frango e peixe (origem animal), além de soja, ervilha, lentilha e feijão (origem vegetal). As proteínas são compostos que constituem o principal componente dos organismos vivos. Elas são fundamentais para o crescimento e, se o nosso corpo fosse uma casa, poderíamos comparar as proteínas aos tijolos que usamos na construção.

2. Energéticos

Estão nesta categoria arroz, milho, macarrão, pão, batata, mandioca, farinhas, açúcares, bolos e mel, ou seja alimentos que contêm carboidratos, compostos orgânicos que nos dão energia para trabalhar, estudar e brincar. Existem também os alimentos superenergéticos, que possuem grande quantidade de gordura e açúcar e, por isso, devem ser consumidos com moderação. São eles manteiga, margarina, creme de leite, óleos, bolos confeitados, sorvetes cremosos, chocolates, refrigerantes, balas, chicletes e salgadinhos. Os alimentos energéticos podem ser comparados com a energia elétrica de uma casa, que faz funcionar lâmpadas e aparelhos eletrônicos.

3. Reguladores

Formados por vitaminas, fibras, minerais e água, os alimentos desta categoria hidratam o corpo, deixando cabelos brilhantes, unhas fortes e pele macia. São encontrados em verduras, legumes e frutas. As fibras ajudam na digestão, facilitando o movimento dos alimentos pelo aparelho digestivo, e no bom funcionamento do intestino. Os alimentos reguladores podem ser comparados ao cimento, que une os tijolos da casa, porque contribuem para que haja uma relação de equilíbrio entre os alimentos e o nosso organismo.

E as guloseimas?

O consumo de guloseimas como doces e salgadinhos não é proibido, desde que sem exagero e, portanto, muita atenção às seguintes recomendações:

1. As pessoas nunca devem substituir as refeições por guloseimas.
2. É preciso escovar muito bem os dentes após comer alimentos com muito açúcar.
3. As guloseimas não fornecem todos os nutrientes que o organismo necessita. Ao contrário, são ricas em energia e pobres em nutrientes muito importantes, como vitaminas e minerais.

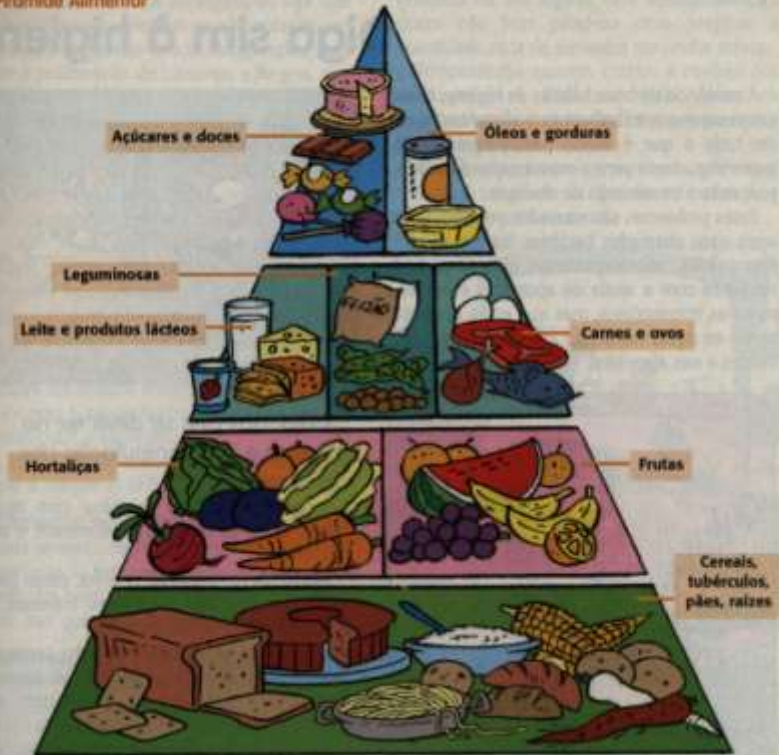
A alimentação ideal

Uma alimentação equilibrada é composta de alimentos que fazem parte de cada um desses grupos: construtores, energéticos e reguladores.

A pirâmide alimentar representa todos esses grupos e serve como guia para nos auxiliar na escolha do que vamos consumir. Devemos comer em maior quantidade os alimentos que estão na base da pirâmide e em menor quantidade os que ficam no topo.

✓ **Nutriente** - substância presente em um alimento que promove o crescimento, o desenvolvimento e a manutenção da saúde.

Pirâmide Alimentar



Sugestão de atividade

1. Peça para os alunos encontrarem na cartilha O que é Educação Alimentar? um elemento que exemplifique cada origem: animal, vegetal e mineral.

Resposta: Origem animal - ovo, leite, galinha, vaca. Origem vegetal - alface, cenoura, banana, laranja, melão, beterraba, maçã, abóbora, tomate, vagem, couve, goiabá, milho. Origem mineral - água.

2. Quais dos alimentos encontrados são dos grupos dos construtores, dos energéticos ou dos reguladores?

Resposta: Construtores - ovo, leite, carne de galinha e vaca.

Energéticos - milho, beterraba. Reguladores - alface, cenoura, banana, laranja, melão, maçã, abóbora, tomate, vagem, couve, goiabá.

3. Divida a classe em grupos. Proponha que cada grupo crie um cardápio para a Narizinha, dizendo o que ela deve comer no café da manhã, lanche, almoço, lanche da tarde e jantar tendo como base os alimentos que aparecem na cartilha O que é educação alimentar? Baseado na pirâmide alimentar, comente os cardápios mostrando como deve ser uma alimentação equilibrada.

Diga sim à higiene

A existência de bons hábitos de higiene, tanto nas pessoas que trabalham com alimentos como em tudo o que é usado para prepará-los, é muito importante para a manutenção da saúde, pois evita a transmissão de doenças.

Esses problemas são causados por pequenos seres vivos chamados bactérias, fungos, vírus e protozoários, microorganismos que só podem ser vistos com a ajuda de aparelhos especiais, como os microscópios, mas que estão por toda parte: na água, no ar, no corpo humano, nos insetos e nos alimentos.



Cuidados que se deve ter no preparo e na manipulação dos alimentos:

- Lavar muito bem as mãos, com água e sabão, antes de preparar os alimentos e antes das refeições.
- Lavar os utensílios de cozinha, como garfos, facas, colheres, pratos, panelas, travessas, em água corrente e utilizando sabão.
- Manter as superfícies da cozinha, como piso, pias, tábuas de carne etc., sempre secas. As bactérias e os fungos se reproduzem mais facilmente em contato com a umidade.
- Colocar os restos de alimentos, ou seja, o que não puder ser aproveitado, em lixeiras tampadas, para evitar a proliferação e a aproximação de ratos e insetos, como moscas e baratas.



Sugestão de atividade

Procure inventar os conhecimentos prévios das crianças e dos adolescentes sobre as atitudes que desenvolvem bons hábitos alimentares. Registre em tiras de papel e forme uma lista no quadro-negro. Alguns exemplos:

- Lavar as mãos
- Escovar os dentes
- Tampar o lixo
- Prender o cabelo ao ajudar os pais na cozinha

- Lavar alimentos
- Comer devagar
- Mastigar bem os alimentos
- Tomar banho
- Cortar e limpar as unhas

Escolha um aluno para ler um papel e transmitir o que está escrito com mímica. Quem adivinhar o que é a mímica será o próximo a representar.

• Guardar as sobras de alimentos, ou seja, que ainda podem ser utilizadas na alimentação, em recipientes tampados e sob refrigeração, para evitar a proliferação de bactérias e fungos, que podem causar doenças quando esses alimentos forem ingeridos.

• Usar sempre panos limpos para limpar a cozinha. Panos que são usados várias vezes ou para várias tarefas aceleram a proliferação das bactérias que permanecem nos tecidos.

• Lavar muito bem com água corrente as verduras, folha por folha, os legumes e as frutas. Verduras e legumes que serão ingeridos crus e frutas que serão comidas com a casca devem ficar por 10 minutos mergulhados numa solução de água com hipoclorito de sódio e, depois, precisam ser lavados novamente.

• Prender o cabelo ou usar touca sempre que for manipular o alimento.

• Tomar banho todos os dias, usar roupas limpas e manter as unhas curtas e limpas.

Alimento no lugar certo

Cada alimento tem uma temperatura ideal de conservação. As temperaturas frias impedem que a maioria das bactérias e dos fungos se multiplique. É por isso que os alimentos são guardados na

geladeira ou em lugares bem frescos. Atenção: quem não tem geladeira deve preparar a quantidade certa de alimentos para evitar sobras.

Temperaturas quentes matam a maioria dos microorganismos. Por esse motivo, assar ou cozinhar bem os alimentos também previne a sua contaminação.

Além disso, devem-se manter os alimentos cobertos, sobretudo os que ficam expostos, e guardá-los em locais secos.



Sugestão de atividade

Proposte algumas horas para levar os alunos à cozinha da escola e preparar essa deliciosa receita de bolo de casca de banana de Tia Nastácia. Você também pode fazer essa receita em casa e levar para os alunos. Peça a eles que tentem descrever do que foi feito o bolo.

BOLO DA TIA NASTÁCIA

Ingredientes

- 8 cascas de banana madura
- 2 ovos
- 1 xícara (chá) de água filtrada
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 colheres (sopa) de margarina
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 colheres (sopa) rasas de fermento em pó
- canela em pó a gosto
- gotas de baunilha

Rendimento: 10 porções

Como preparar

Preaqueça o forno em temperatura média (170°C). Unte uma assadeira de 18 x 34 cm.

Lave bem as cascas de banana. Pique as cascas, bata-as no liquidificador com água filtrada e reserve. Bata os ovos, o açúcar e a margarina. Em seguida, junte as cascas batidas, a farinha de trigo, o fermento em pó, a canela, a baunilha e misture bem. Acrescente as claras em neve e misture com cuidado. Despeje a massa na assadeira e leve ao forno preaquecido por mais ou menos 20 minutos.

Espeite um pouco na massa. Se o palito sair seco, a massa já está assada e deve ser retirada do forno.



Diga não ao desperdício

Muitas vezes desperdiçamos boa parte dos alimentos ao jogar fora cascas, talos, folhas e outras partes de legumes, frutas e verduras. Isso é um erro, pois muitos deles são ricos em nutrientes e podem ajudar a melhorar a qualidade nutricional das refeições.

Com um pouco de criatividade, as sobras podem se transformar em pratos deliciosos e muito nutritivos, como bolinhos de talos de couve, suco ou chá de casca de abacaxi e bolo de casca de banana (veja receita na pág. 15).

As folhas de cenoura, por exemplo, são riquíssimas em vitamina A e, por isso, ajudam no crescimento e na vitalidade do cabelo, da pele e da visão. Essas folhas podem ser aproveitadas na preparação de bolinhos, farofas, sopas ou picadas na salada.

Utilize a água do cozimento de legumes, que contém vitaminas e minerais, na preparação de caldo, molho, pirão e sopas.

O que não for utilizado em alguma receita pode ainda virar adubo para plantas em vasos, hortas ou quintais.



Sugestão de atividade ▶ Indicado para Matemática

Ensine as operações de somar, subtrair, multiplicar e dividir aproveitando os ingredientes do Bolo da Tia Nastácia e simulando situações como as exemplificadas abaixo.

• Se quisermos dobrar a receita, quantas bananas vamos precisar?

Resposta: 18 bananas.

• Para fazermos o bolo com a metade do tamanho, quanto de banana vamos usar?

Resposta: 4 bananas e mais.

• Depois que o bolo ficou pronto, decidi dar um pedaço para cada um de vocês. Mas o Rabicó comeu metade do bolo, quantos pedaços sobraram?

Resposta: metade do número de alunos que há na sala.

• O Visconde inventou uma máquina multiplicadora e fez aparecer dez bolos iguais a este. O Saci escondeu três bolos, quantos bolos ficaram?

Resposta: 7 bolos.

Sugestão de atividade ▶ Indicado para Língua Portuguesa e Ciências Naturais

Proponha para os alunos que todos juntos façam um caderno de receitas. Nesse caderno eles vão anotar receitas, dicas de higiene e de como evitar o desperdício na preparação dos alimentos. A primeira receita do caderno pode ser a do Bolo da Tia Nastácia, feito com casca de banana.

A ideia é que a cada aluno leve o caderno para casa para

mostrar à família e peça a um dos familiares para acrescentar uma dica ou uma receita. Estabeleça um prazo para a permanência do caderno em cada família. O aluno deve levar o caderno para a escola e mostrar para a turma o que foi acrescentado. O caderno deve percorrer a casa de todos os alunos da sala.

7. Como e por que se alimentar bem

Garantia para uma vida saudável

Como funciona a digestão

Precisamos dos alimentos para nos mantermos vivos, ativos e saudáveis. Mas o que acontece com eles depois que são ingeridos?

Os alimentos atravessam o corpo pelo tubo digestivo. Esse tubo é formado por boca, faringe, esôfago, estômago, intestino delgado, intestino grosso e ânus.

No estômago e no intestino delgado, são produzidos líquidos especiais, os sucos digestivos, que transformam os alimentos em uma mistura pastosa. Parte do intestino delgado é revestida internamente de dobras, em forma de dedos, chamadas vilosidades. Através delas as substâncias dos alimentos digeridos são absorvidas pela corrente sanguínea. Assim, o sangue transporta energia e nutrientes para todas as partes do corpo.

O intestino grosso absorve água e minerais da parte não digerida do alimento, para formar um resíduo sólido, as fezes.



10 recomendações para uma alimentação saudável

Conheça as recomendações do Ministério da Saúde para uma alimentação saudável. Essas recomendações são dirigidas para a população maior de 2 anos de idade e devem ser seguidas por toda a família. Não é preciso fazer todos os passos de uma vez ou seguir cada um deles na

ordem. A ideia é escolher o passo mais útil e tentar segui-lo todos os dias, sem desanimar, mesmo não sendo possível realizá-lo uma vez ou outra. Ao sentir que o passo já faz parte da sua rotina, a pessoa deve tentar outro.

1 - Aumentar e variar o consumo de frutas, legume e verduras

As frutas e as verduras são ricas em vitaminas, minerais e fibras. O ideal é comer, pelo menos, quatro colheres de sopa de verduras e legumes, duas vezes ao dia. Para isso, é preciso consumir vegetais no almoço e no jantar. Também é recomendável comer uma fruta no café da manhã e outra nos lanches da manhã e da tarde.

2 - Comer feijão

O feijão é um alimento rico em ferro e previne a anemia. Por isso, é importante comer feijão pelo menos uma vez por dia, no mínimo, quatro vezes por semana.

3 - Diminuir o consumo de alimentos gordurosos

Comer alimentos gordurosos como mortadela, salsicha, carnes com gordura aparente, frituras e salgadinhos para, no máximo, uma vez por semana. Retirar a pele do frango, a gordura visível da carne e o couro do peixe antes do cozimento. Apesar de o óleo vegetal ser um tipo de gordura mais saudável, o seu excesso faz mal à saúde. Se uma família de quatro pessoas estiver usando mais de um lata de óleo por mês, ela está exagerando no consumo. O indicado é comer os alimentos cozidos ou assados e evitar cozinhar com margarina, gordura vegetal ou manteiga.

4 - Reduzir o consumo de sal

O sal é essencial para o funcionamento do nosso corpo, mas em excesso pode levar a hipertensão, aumento da pressão do sangue. Crianças e adultos não precisam de mais que uma pitada de sal por dia. Temperos prontos, alimentos enlatados, carnes salgadas e

embutidos, como mortadela, presunto e lingüiça, contêm muito sal e devem ser evitados.

5 - Fazer pelo menos três refeições e um lanche por dia

Não pular nenhuma refeição. Quando se faz todas as refeições, o estômago não fica vazio por muito tempo, diminuindo o risco de gastrite e de exagerar na quantidade quando for comer novamente. Não comer guloseimas antes das refeições e preferir frutas como sobremesa.

6 - Reduzir o consumo de açúcar

Comer menos doces, bolos, biscoitos e outros alimentos ricos em açúcar, limitando-os a duas vezes por semana.

7 - Evitar bebidas alcoólicas e refrigerantes

A melhor bebida para o nosso corpo é a água!

8 - Comer devagar

Apreciar o sabor dos alimentos, comendo-os devagar. Fazer das refeições um momento de encontro da família e nunca se alimentar assistindo à televisão.

9 - Manter o peso saudável

Procurar manter o peso dentro dos limites saudáveis. Veja no serviço de saúde se o seu Índice de Massa Corporal (IMC) está entre 18,5 e 24,9 Kg/m². O IMC mostra se o peso de uma pessoa está adequado à sua altura e é calculado dividindo-se o peso, em quilogramas, pela altura, em metros, elevada ao quadrado.

10 - Ser ativo

Praticar 30 minutos de atividade física todos os dias. É só começar a caminhar pelo bairro, subir escadas e diminuir o tempo gasto em frente à televisão e ao computador.

Sugestão de atividade

► Indicado para Ciências Naturais e Educação Física

Organize com os alunos um Clubinho da Saúde. Uma vez por semana ou por dia, faça reuniões ao ar livre com a turma, pode ser na quadra da escola, no jardim, em um gramado ou em algum parque próximo. Durante as reuniões, escolha um dos bons hábitos alimentares citados neste manual para explicar e discutir com os alunos. Incentive as crianças a falar se elas exercem esse hábito, se conhecem, se têm dificuldade em praticá-lo e por quê. Aos poucos vá

listando os bons hábitos e proponha que elas sejam os lemas do Clube da Saúde e que devem ser respeitadas por todos.

No final de cada reunião, proponha um jogo como pega-pega, corrida, jogos com bolas, brincadeiras, como barra-manteiga, estátua e lenço atrás, para que as crianças se exercitem e sintam quanto é bom e saudável se movimentar.

Concluindo idéias que estão apenas começando

Sentar-se à mesa é mais do que somente o ato de comer e atender às nossas necessidades básicas de alimentação. É a hora de repor as energias, de contar as novidades e elogiar quem preparou tudo com carinho, dando um sabor especial aos alimentos.

Convivendo e aprendendo

Um vez por mês ou com a frequência que achar mais indicada, reúna os alunos para fazerem uma refeição juntos e convide alguém da escola ou da comunidade para participar.

Cada um pode trazer um alimento de casa e organizar um piquenique, um almoço ou simplesmente compartilhar o

lanche do recreio em torno de uma mesma mesa. Aproveite esse momento de descontração para integrar alunos, professores, funcionários e tente tornar essa reunião a mais agradável possível.

1. Alimentação nas diferentes fases da vida

O que é uma boa alimentação?



Alimentar-se de forma saudável é atender às necessidades nutricionais do organismo. Essas necessidades mudam de acordo com a idade e o sexo do ser humano e com a atividade que ele exerce.

Se a quantidade de alimentos ingeridos fica abaixo das exigências do organismo, surgem problemas de saúde. O mesmo acontece se ela fica acima das necessidades do corpo.

Além de ser em quantidade certa, a alimentação precisa ter qualidade, harmonia entre os seus componentes e ser adequada a quem se destina. Também deve atender à sua finalidade, que varia a cada momento da vida. Por exemplo, a finalidade da alimentação para quem está sadio é conservar

o bem-estar dessa pessoa. Para quem está doente, é ajudar na recuperação. Portanto, é preciso conhecer as diferentes situações para, assim, adequar a alimentação.



Sugestão de atividade

► Indicado para Língua Portuguesa e Arte

Utilizando a Turma do Sítio como referência, converse com os alunos sobre a alimentação nas diferentes fases da vida. Você pode começar motivando os alunos a responder perguntas como:

1. A Dona Benta e a Narizinho têm a mesma idade?

Resposta: Não. A Narizinho é criança e a Dona Benta é idosa.

2. Vocês acham que elas têm o mesmo apetite?

Resposta: Não. A Narizinho gasta mais energia porque brinca e se movimenta mais que a Dona Benta. Por isso, a Narizinho, sente mais fome, tem mais apetite.

3. E vocês? Têm o mesmo apetite que os seus pais, irmãos e avós?

Depois da conversa, proponha que os alunos façam um desenho ou produzam um texto sobre como eles e os familiares se alimentam.

A alimentação nas diferentes fases da vida

Veja como deve ser a alimentação em cada etapa da vida humana e quanto essa adequação é importante.

Gestante

A mulher grávida necessita de uma alimentação que atenda às necessidades do seu organismo, às necessidades do feto e ajude na produção do leite. O peso da gestante deve ser bem controlado porque a obesidade pode levar a complicações no parto.

As refeições devem ser em maior número, com pouco volume, e adequada em todos os

nutrientes: proteínas, carboidratos, gorduras, vitaminas e minerais. Precisam conter pouco sal para prevenir o inchaço. Café, chá preto e chá mate diminuem a absorção de cálcio no intestino e devem ser evitados.

O consumo de fibras e de líquidos, principalmente a água, também é importante. As fibras combatem a prisão de ventre e os líquidos ajudam na produção de leite.

A vontade de comer determinado alimento manifestada por algumas gestantes não deve ser ignorada. Às vezes, esse desejo demonstra uma necessidade do próprio organismo.

A desnutrição materna pode trazer diversos prejuízos ao feto.

Aleitamento materno

O aleitamento materno satisfaz às necessidades nutricionais, emocionais e ao sistema de defesa do organismo do bebê.

O leite da mãe tem tudo o que o bebê precisa para ficar bem nutrido. Além disso, evita a prisão de ventre do bebê porque é um alimento de fácil digestão e absorção.

Se a mãe trabalha ou precisa ficar longe do filho, o leite pode ser retirado manualmente e guardado na geladeira por 24 horas em frascos higienizados para ser oferecido quando necessário, de preferência no copinho ou com uma colher.



Há mães que dizem ter o leite fraco ao notar que a criança chora de fome um pouco depois da mamada, o que não acontece quando é dado o leite de vaca. Isso ocorre porque, como o leite de vaca é bastante gorduroso, a criança fica mais saciada, o que não significa que está bem nutrida.

Não existe leite materno fraco. Todo leite é bom. Pode acontecer de haver pouco leite, mas não se deve recorrer logo à mamadeira. O melhor é insistir no aleitamento porque a sucção estimula a produção de leite na glândula mamária. Também já foi provado menor incidência de **câncer de mama** em mulheres que amamentaram.

O leite materno deve ser oferecido sem horário rígido. Depois com o tempo a criança determina o seu próprio horário, de acordo com sua necessidade. A criança que recebe leite materno à vontade começa a desenvolver a capacidade de autocontrole sobre a ingestão de alimentos,

aprendendo a distinguir as sensações de fome e de saciedade.

Apenas a partir do sexto mês de vida os complementos ao leite da mãe, como sucos, papinhas e sopas, começam a ser oferecidos, o que precisa ser feito aos poucos, respeitando a aceitação da criança.

Nessa idade acaba a reserva de ferro que o bebê trouxe da mãe e, por isso, ele vai necessitar de alimentos que contenham esse mineral, como hortaliças verde-escuras, feijão e carnes.

É muito importante que, enquanto estiver amamentando, a mãe se alimente bem. Produzir leite exige bastante do organismo materno. E se não tiver os nutrientes necessários para a formação do leite, a mulher poderá ficar desnutrida.

✓ **Câncer de mama – tumor maligno na glândula mamária.**

Criança de 1 a 2 anos

Nesta fase, a criança já está com a dentição quase completa, começa a andar e a tentar falar. Sua alimentação já é quase igual à do adulto.

A formação alimentar da criança também se faz a partir da convivência com os adultos. Ela pode usar a alimentação do adulto como exemplo e, por isso, os hábitos alimentares dos pais e parentes são tão importantes.

A criança que tem alimentação com quantidade inadequada de vitaminas e minerais corre o risco de crescer menos, sentir-se mais cansada, ter mais preguiça e ficar mais suscetível a doenças.

Criança dos 2 aos 6 anos

As crianças dessa idade têm altas necessidades nutricionais e são sensíveis às doenças infecciosas. As proteínas, encontradas principalmente em alimentos de origem animal, são muito importantes nessa fase da vida.

A falta de apetite que costuma acontecer com crianças dessa idade deixa as mães preocupadas e pode ocorrer por vários motivos, como preferências alimentares não compreendidas pelos adultos, fácil acesso a guloseimas, a existência de verminoses e infecções que diminuem o apetite ou o simples fato da criança



se empolgar com alguma brincadeira e se esquecer de que está com fome.

Nessa idade recomenda-se o prato único, uma só preparação culinária que envolva grande variedade de nutrientes. Por exemplo, arroz com miúdos de frango, cenoura, ervilhas, queijo ralado, gema de ovo e manteiga; fruta como sobremesa.

Não é indicado oferecer recompensas à criança para que ela se alimente. Isso pode causar uma resistência ainda maior.

Além disso, guloseimas, refrigerantes, balas e sucos artificiais devem ser evitados. Também é muito bom que a criança brinque e gaste energia. O exercício físico desperta o apetite.

Crianças dos 6 aos 12 anos

Nessa idade a criança está na fase escolar, em pleno crescimento. O rendimento escolar está relacionado à sua alimentação: crianças mal nutridas são indispostas, desatentas, apáticas e agressivas.

A criança de 6 a 12 anos, geralmente, não apresenta problema de falta de apetite.

Adolescente

A aceleração do crescimento é uma característica dessa fase, que é precedida de um aumento de peso. É como se o corpo soubesse que o crescimento do organismo vai acelerar e fizesse uma reserva de gorduras para atender a essa exigência.

Quando o crescimento acontece rápido, o adolescente fica com um aspecto de magreza. Isso é natural, mas as vezes preocupa os pais.

O adolescente tem uma vida agitada e nessa fase o corpo está passando por várias transformações biológicas. Isso tudo causa um grande apetite e exigências nutricionais elevadas. Ele precisa, principalmente, de proteínas, minerais, vitaminas e calorias.

No entanto, é comum o adolescente escolher alimentos pouco saudáveis, como sanduíches, refrigerantes, doces, massas e frituras.

Outro problema dessa idade é a preocupação com a aparência. O desejo de emagrecer pode levar a dietas mal orientadas que causam a falta de vitaminas e a anemia. O jeito certo para emagrecer é diminuir o consumo de alimentos que tenham pouco nutrientes e são calóricos, como doces, refrigerantes e gorduras em excesso, além de praticar atividade física regularmente.

Adulto

Na fase adulta o crescimento físico já está completo, a alimentação vai apenas procurar manter o peso saudável.

A vida do adulto gira em torno de suas atividades: trabalho, estudo, prática de esportes etc. De acordo com as atividades que exerce, ele deve planejar sua alimentação.

Há dois grandes grupos de atividades a que as pessoas se dedicam:

Atividades predominantemente musculares

São exercidas por lixeiros, faxineiros, carteiros, operários, esportistas etc. As pessoas que praticam essas atividades gastam muita energia, que precisa ser reposta. Também transpiram bastante e eliminam sódio no suor. Por isso, precisam tomar bastante água.

Atividades predominantemente intelectuais

São exercidas por professores, médicos, escriturários, bancários etc. Esses profissionais gastam menos energia e, portanto, não devem fazer refeições volumosas. O melhor é reduzir os alimentos energéticos na alimentação e optar por refeições com menos gordura para facilitar a digestão e com mais verduras e legumes.

Além disso, deve haver o uso moderado de estimulantes, como café, chá preto e chá mate.

Grande parte dos adultos fica numa situação intermediária entre esses dois grupos. O mais indicado é que cada pessoa analise o seu gasto de energia e planeje a alimentação mais correta para repor essas energias. Dessa forma, o adulto evita a obesidade e a desnutrição.



Idoso

O organismo do idoso tem dificuldade em absorver vitaminas e minerais, como o cálcio e o ferro. Por isso, ele precisa de alimentos que tenham esses nutrientes, como leite, ovo, brócolis, peixe e beterraba.

Nessa idade o organismo costuma apresentar uma deficiência nos sucos digestivos. Por isso, não se deve tomar líquidos durante as refeições. Isso dilui os sucos digestivos e atrapalha a digestão.

Também é comum o idoso ter dificuldade para mastigar. Portanto, os alimentos devem ser macios e estar bem cozidos.

Agrião, couve, couve-flor, repolho, pepino, pimentão e outros vegetais que provocam gases devem ser evitados. O acúmulo de gases pode provocar problemas digestivos. Para facilitar o funcionamento do intestino, é importante beber bastante água e comer fibras.

Sugestão de atividade de realização para Língua Portuguesa

Utilize a história das páginas 10 a 13 da cartilha O que são Vitaminas e Minerais? para contar aos alunos como deve ser a alimentação em cada fase da vida. Depois da conversa, escreva em folhas de papel ou fichas separadas as principais características da alimentação em cada uma dessas fases:

Cestante:

- não deve comer muito sal
- precisa beber bastante líquido
- não deve se alimentar com alimentos muito calóricos

Bebê de zero a 12 meses:

- até os 6 meses precisa se alimentar apenas com o leite materno
- após os 6 meses necessita de papinhas e sopas com alimentos que tenham ferro, encontrado no feijão, nas carnes e em verduras verde-escuras, como couve, rúcula e chicória.

Criança:

- não deve comer alimentos gordurosos
- precisa de vitaminas e minerais
- necessita de alimentos com proteínas
- não deve comer muitas guloseimas
- precisa de uma alimentação completa e saudável, como arroz, feijão, legumes, verduras, pães e frutas.

Adolescente

- não deve comer alimentos pouco saudáveis, como sanduíches, refrigerantes, doces, massas e frituras
- precisa se alimentar bem, sem fazer dietas exageradas.

Adulto

- já completou seu crescimento e precisa apenas manter o peso saudável.
- tem de se alimentar de acordo com a atividade que exerce. Se gastar muitas calorias, necessita de alimentação mais calórica, se gastar menos, deve consumir menos calorias.

Idoso

- precisa de refeições com minerais, como ferro e cálcio.
- deve consumir alimentos macios ou bem cozidos, que facilitem a mastigação.

Divida a classe em grupos. Cada grupo escolhe uma fase e planeja um cardápio-modelo, incluindo alimentos da região. Ajude as crianças a descobrir quais alimentos têm vitaminas, minerais, proteínas e outros nutrientes. Para isso, utilize as tabelas das páginas seguintes desse manual.

Depois de concluídos os cardápios, comente cada um deles com os alunos, mostrando o que é mais e menos saudável para cada fase da vida.

2. Nutrientes que não podem faltar

Vitaminas e Minerais

Por maus hábitos alimentares, falta de informação ou de acesso a alimentos de qualidade e em quantidade suficiente, muitas pessoas não consomem as vitaminas e minerais que precisam para uma vida saudável. Veja por que esses nutrientes são tão importantes:

Vitaminas

As vitaminas ajudam a regular o funcionamento do corpo humano. Algumas vitaminas podem ser fabricadas pelo próprio organismo. Mas a maioria é ingerida através da alimentação. Elas são encontradas em maior concentração nas verduras, nos legumes, nas frutas e nas carnes.

Minerais

Os minerais são muito importantes para os seres humanos. Eles ajudam a formar os músculos, as células sanguíneas e também a

regular as funções do organismo. Também fazem parte dos tecidos duros do organismo, como ossos e dentes, regulam o ritmo normal do coração e ajudam na ação das vitaminas. São encontrados em maior concentração nas verduras, nos legumes e nas frutas.

Classificação das Vitaminas

As vitaminas são classificadas em:

- **Lipossolúveis:** se dissolvem em gorduras. Vitaminas A, D, E e K
- **Hidrossolúveis:** se dissolvem na água. Vitaminas do Complexo B e vitamina C.



Vitaminas Lipossolúveis	Função	Sua falta provoca	Fontes
A	Auxilia sobre a pele, a retina dos olhos e as mucosas; aumenta a resistência aos agentes infecciosos.	Problemas de pele; atraso no crescimento; perda de peso; perturbação na visão e audição.	Manteiga, leite, gema do ovo, fígado, espinafre, chícória, cenoura, melão, batata, carne, alface, pequi, beterraba, buri, lentilha, cavendish, pupunha e dente.
D	Fixa o cálcio e o fósforo em dentes e ossos e é muito importante para crianças, gestantes e mães que amamentam.	Raquitismo; osteomalacia na idade adulta; osteoporose na velhice e maior incidência de cáries dentárias.	Óleo de fígado de peixe, leite, manteiga, gema de ovo, raios de sol*
E	Antioxidante; favorece o metabolismo muscular e auxilia a fertilidade.	Distrofias musculares, problemas na reprodução.	Germe de trigo, nozes, carnes, amendoim, óleos vegetais, gema de ovo, peixe, hortaliças verdes.
K	Essencial para que o organismo produza protrombina, uma substância indispensável para a coagulação do sangue.	Aumento do tempo de coagulação do sangue; hemorragia.	Fígado, rim, folhas verde-escuras, principalmente couve e espinafre.

* A pele humana fabrica uma substância, o ergosterol, que na presença dos raios solares se transforma em vitamina D.

✓ **Osteomalacia** – amolecimento dos ossos causado em adultos. Em crianças, essa doença é chamada de raquitismo.

✓ **Osteoporose** – perda de cálcio dos ossos, que causa enfraquecimento e fraturas.

Vitaminas Hidrossolúveis	Função	Sua falta provoca	Fontes
B1 ou tiamina	Ajuda no metabolismo dos carboidratos; favorece a absorção de oxigênio pelo cérebro; equilibra o sistema nervoso e assegura o crescimento.	Nervosismo; fraqueza muscular; distúrbios cardiovasculares; beribéri.	Carna de porco, cereais integrais, nozes, lentilha, soja, gema do ovo.
B2 ou riboflavina	Conserva as células do organismo, principalmente o do globo ocular.	Inflamação da pele; seborréia; lesões nas mucosas, principalmente nos lábios e narinas; fotofobia .	Fígado, rim, levedura de cerveja, espinafre, batatinha.
B5 ou niacina ou PP	Forma possível o metabolismo das gorduras e dos carboidratos.	Pele áspera e inflamada; diarreia; demência; perda de apetite; indigestão; insônia; cansaço e dor de cabeça.	Levedura, fígado, rim, coração, ovos, cereais integrais.
B6 ou piridoxina	Permite a assimilação das proteínas e das gorduras.	Nervosismo; insônia; irritabilidade; dor abdominal e dificuldade em andar.	Carnes de boi e de porco, fígado, cereais integrais, batata e banana.
B9 ou ácido fólico	Ajuda na formação dos glóbulos vermelhos. É essencial no desenvolvimento adequado do embrião*.	Anemia; alteração na medula óssea; distúrbios intestinais; lesões nas mucosas.	Levedura, fígado, rim, vegetais verdes, leite e ovos.
B12 ou cobalamina	Colabora na formação dos glóbulos vermelhos e na síntese de ácido nucléico.	Anemia.	Fígado e rim de boi, estr., ovo, peixe, aveia. As bactérias da flora intestinal do homem fabricam esta vitamina.
C ou ácido ascórbico	Ajuda na absorção do ferro; aumenta a resistência a infecções; favorece a cicatrização.	Escorbuto, doença que causa cansaço, fraqueza, dor muscular e nas articulações, sangramento de gengivas, amolecimento dos dentes, gripes, bronquite, pneumonia e hemorragias.	Laranja, laranja, abacaxi, morango, caju, alface, pimentão, nabo, espinafre, acerola, tomate, goiaba, agrão, repolho.

✓ Beribéri - doença caracterizada por mudanças no sistema nervoso, maior desgaste muscular, perda de sensibilidade na pele, acúmulo de água no corpo e, em estágio avançado, aumento do tamanho do coração.

✓ Dermite - inflamação da pele.

✓ Fotofobia - sensibilidade dos olhos à luz.

* O ácido fólico é capaz de evitar os Defeitos do Tubo Neural (DTN), malformações que podem ocorrer no embrião, prejudicando a formação do cérebro e da medula espinhal. Por isso, as mulheres devem consumir ácido fólico antes de engravidar e durante a gestação.



Minerais	Função	Sua falta provoca	Fontes
Cálcio	Importante desde a gestação. Constrói ossos e dentes. Participa na transmissão dos impulsos nervosos e no funcionamento muscular, junto com o potássio e o magnésio controla a atividade cardíaca e os vasos sanguíneos.	irritabilidade, cãibras, problemas musculares e arritmia cardíaca. Cãrie e enfraquecimento dos dentes. Na criança ocorre o crescimento retardado ou desenvolvimento anormal dos ossos, nos adultos leva à osteoporose.	Leite, queijos, iogurte, brócolis, lentilha, peixe, nozes e hortaliças verde-escuras.
Sódio e potássio	Trabalham em unido: equilibrando a pressão sanguínea e controlando a contração das fibras musculares, inclusive as do coração, além de manter sob controle o volume de líquidos no organismo.	Vômitos e diarreia.	O sódio está geralmente combinado com o potássio, formando o cloreto de sódio, sal de cozinha. A necessidade de potássio é perfeitamente preenchida pela alimentação normal.
Ferro	Importante na formação de células vermelhas, prevenindo anemias. O sangue é composto por glóbulos brancos e vermelhos. Os brancos funcionam no combate às infecções e na recuperação dos ferimentos, mas em grande quantidade são indícios de infecção ou doenças graves. Já os vermelhos contêm hemoglobina, o pigmento vermelho composto por ferro, essencial para o transporte de oxigênio pelo organismo.	Se faltar ferro, falta hemoglobina e o sangue fica incapaz de transportar o oxigênio necessário, ocasionando anemia.	Fígado, carne de vaca, soja, feijão, lentilha, grão-de-bico, mariscos, hortaliças de folhas verde-escuras, jampão, soja, amêijoleta seca, manga, folha de aspargo, buri. A vitamina C ajuda na absorção do ferro, por isso, não coze de uma vez ou deixe antes das refeições. É bem-vindo se há carne ou outra fonte desse mineral no prato. E, em contrapartida, o cálcio do leite e dos laticínios atrapalha a absorção do ferro.
Fósforo	É indispensável para a formação de ossos e dentes, junto com o cálcio, e também na absorção da glicose.	A carência de fósforo praticamente não existe, pois esse elemento é bastante distribuído na natureza.	Leite, peixe, fígado, ovos, feijão e em quase todos os alimentos.
Iodo	Ajuda no funcionamento da glândula tireóide; atua no funcionamento cerebral; permite que os músculos armazenem oxigênio e evita que a gordura se deposite nos tecidos.	Obesidade, cansaço e hipotireoidismo, também chamado de bócio é uma deficiência na tireóide.	Sal iodado, peixe marinho, frutos do mar, agnã, alface, alho, cebola, repouso, alcachofra, ervilha, espargos, rabanete, tomate.
Fluór	Forma ossos e dentes, previne a dilatação de veias, cálculos da vesícula e paralisia.	Enfraquecimento dos dentes e cáries. Mas é necessário em quantidade reduzida e recomendado para gestantes e crianças durante a formação da segunda dentição.	Agnão, alho, aveia, brócolis, beterraba, cebola, couve-flor, maçã, trigo integral.

Sugestão de atividade ▶ Indicado para Língua Portuguesa e Arte

Na história em quadrinhos *Uma Aventura Vitaminada*, da cartilha *O que é Educação Alimentar?*, as vitaminas e os minerais são personagens. Baseado nessa história, crie com os alunos uma peça de teatro sobre as vitaminas e os minerais.

Cada aluno ou grupo deve representar uma vitamina ou um mineral. Ajude-os a preparar um texto sobre

cada um desses nutrientes dizendo qual a sua função, em que alimento é encontrado, o que pode causar a sua falta.

Preparem um roteiro, criem cenários, figurinos, soltem a imaginação. Apresentem a peça teatral para toda a escola e para a comunidade.

3. Vitaminas e minerais: da terra para o alimento

Solo fértil, alimento mais saudável

Tudo depende do solo

As plantas necessitam do sol, da água, do ar e do solo. Elas retiram do solo os nutrientes que precisam e é parte desses nutrientes que vai nos alimentar. Portanto, para se produzir alimentos saudáveis, é necessário que o solo seja saudável.

Há um ciclo de vida na natureza em que as plantas se alimentam do solo e devolvem a ele os nutrientes que vão ajudá-lo a se tornar fértil. As folhas, os galhos e os restos de plantas se decompõem no solo, assim como alguns insetos e pequenos bichos. Esse material decomposto é chamado de matéria orgânica.

Se a vegetação é retirada da terra, o solo não recebe matéria orgânica e, além de ficar pobre em nutrientes, é facilmente desgastado pelo sol, pela chuva e pelo vento.

A plantação de um único tipo de alimento durante muito tempo no mesmo solo também desgasta a terra. Nesse tipo de plantio, o solo recebe apenas determinados minerais contidos naquela planta, o que causa um desequilíbrio de nutrientes. A planta, ao absorver os mesmos nutrientes do solo, também sofre esse desequilíbrio, enfraquece e torna-se alvo de insetos e doenças.

Para cultivar a terra é preciso cuidar da fertilidade do solo. É importante que a terra

receba constantemente matéria orgânica para repor os nutrientes e, assim, se fertilizar e produzir alimentos mais saudáveis.

Composteira

Uma das maneiras de deixar o solo mais fértil é utilizar a composteira, um recurso usado para produzir adubo natural.

A composteira é uma caixa ou qualquer outro recipiente em que o agricultor vai colocando restos de frutas, folhas, verduras, terra, cinzas e esterco de animais para apodrecer e liberar nutrientes. Todo esse material apodrecido vira uma mistura cheia de nutrientes, um composto, por isso o nome composteira.

Esse composto é misturado à terra que será cultivada e as raízes das plantas retiram do solo os minerais que precisam.

Muitos agricultores preferem usar o adubo químico porque é mais fácil de ser aplicado e de ser absorvido pelas plantas. Mas, como esse tipo de adubo é facilmente levado pelas chuvas, seu efeito no solo tem curta duração. Outra desvantagem é que o adubo químico em excesso pode destruir as minhocas e os insetos. Eles ajudam a fertilizar a terra remexendo-a, cavando pequenos túneis e, assim, fazendo com que o oxigênio penetre no solo e facilite a absorção dos minerais pelas plantas.

Sugestão de atividade

Indicado para Crianças Menores

Proponha aos alunos o preparo de uma horta na escola. Escolham o lugar onde serão feitos os canteiros. Preparem a terra com adubo orgânico e decidam o que vão plantar. Escolham hortaliças fáceis de serem cultivadas e que podem ser plantadas em qualquer época do ano. Veja alguns exemplos:

Hortaliça	Colheita	Espaco entre sementes
Ailace	60 a 80 dias	30 x 30 cm
Couve	3 meses	50 x 50 cm
Espinafre	2 a 3 meses	25 x 25 cm
Salsa	40 a 50 dias	20 x 5 cm
Cenoura	80 a 90 dias	30 x 30 cm
Berinjela	120 a 130 dias	50 x 60 cm

Mostre aos alunos que o preparo de uma horta requer dedicação e cuidado. Durante a preparação do solo e o cultivo dos alimentos, converse com os alunos, passe informações sobre a relação dos alimentos com a terra e a fertilidade do solo, fale sobre os nutrientes que os alimentos contêm e esclareça possíveis dúvidas.

Os alimentos produzidos na horta podem ser aproveitados na merenda da escola e distribuídos para a comunidade.

Aproveitamento das vitaminas e minerais

Não basta optar por uma refeição saudável. Também é importante prestar atenção no

aproveitamento das vitaminas e dos minerais ao preparar as refeições. Veja o que pode ser feito para que os alimentos não percam os nutrientes.



- No preparo de legumes, é indicado que a casca seja cortada bem fina, ou apenas raspada, porque a concentração de nutrientes fica próxima da casca. Alguns legumes, como a cenoura, o pepino e a batata, podem ser consumidos com as cascas, desde que bem lavados.

- Deve ser evitado o uso de bicarbonato de sódio no preparo de hortaliças. Apesar de muita gente achar que algumas verduras ficam mais verdes, macias e menos amargas com bicarbonato de sódio, essa substância destrói as vitaminas.

- Nunca usar utensílios como facas e abridores enferrujados. A ferrugem estraga e contamina os alimentos.

- Sucos e saladas de frutas devem ser consumidos logo após o preparo para não perder suas vitaminas.

- Os legumes só devem ser colocados na panela quando a água já estiver borbulhando e devem ser cozidos apenas o suficiente para

ficarem macios. Isso diminui o tempo de contato do alimento com a água e o calor.

- A panela de pressão deve ser bastante utilizada porque não deixa o vapor escapar, exige menos líquido no preparo e acelera o cozimento.

- Hortaliças como repolho, couve-flor e brócolis devem ser cozidas com as folhas e os talos, com pouco água e em panela destampada.

- O caldo do cozimento é rico em nutrientes e pode ser aproveitado para preparar sopas, arroz, molho, feijão ou ser adicionado ao feijão já cozido e levado para ferver novamente. O caldo do cozimento do espinafre não deve ser utilizado. Ele contém um ácido que não faz bem à saúde, o ácido oxálico.

- O caldo do cozimento deve ser usado na mesma hora ou guardado na geladeira em um recipiente tampado por 24 horas, no máximo. Depois disso, os nutrientes terão se perdido e o caldo deve ser jogado fora.

• Depois de frio, o caldo do cozimento pode ser batido no liquidificador com uma fruta. O resultado é um suco muito nutritivo.

• A melhor maneira de cozinhar verduras e legumes é no vapor. Dessa forma, as vitaminas e os minerais se preservam porque não são dissolvidos na água.

Coloque água para ferver



Quando a água ferver, encaixe um escurador de macarrão ou peneira na panela. Coloque o alimento sobre o escurador e tampe



O vapor vai cozinhar o alimento sem que ele fique em contato com a água



Sugestão de atividade

Torta da Dona Benta

Ingredientes

• 4 xícaras (chá) de cascas, talos e folhas variadas. Pode ser casca de abóbora japonesa ou chuchu, folhas de beterraba, cenoura, nabo ou rabanete, talos de agrião, beterraba, couve ou brócolis. Tudo bem lavado, picado, cozido ou refogado.

• 2 colheres (sopa) de queijo ralado
• 1 xícara (chá) de pão amanhado molhado com leite.

• 1 cebola pequena picada
• 1 colher (sopa) de óleo
• 2 ovos batidos
• cheiro-verde e sal a gosto

Rendimento: de 5 a 8 porções

Como preparar

Bata as cascas, as folhas e os talos já cozidos ou refogados no liquidificador ou passe por uma peneira. Coloque a pasta obtida numa tigela e misture o

restante dos ingredientes. Unte um refratário de 16 x 25 cm com óleo ou margarina, despeje a massa e leve ao forno médio préaquecido (180 a 200 graus) e deixe assar por 25 a 30 minutos ou até que esteja dourada.

Prepare essa receita em casa e leve o prato para a sala de aula. Ofereça para os alunos e, depois que eles experimentarem e comentarem o sabor, peça que tentem adivinhar do que é feito esse assado. Deixe todos palpitar e, em seguida, revele os ingredientes.

Acrescente essa receita no Caderno de Receitas que foi feito pelos alunos conforme já foi proposto neste Caderno do Professor. Seguindo a ordem alfabética dos nomes dos alunos, peça que cada um na sua vez leve o Caderno para casa e peça para alguém da família preparar esta receita.

Quando ele trouxer o caderno de volta, peça que conte a todos como foi a experiência, se os familiares gostaram, se foi fácil de preparar a receita etc. Sempre que for a vez de trocar o aluno, aproveite para fixar com as crianças as letras do alfabeto.

4. Alimentação saudável o ano todo

Alimentos bem nutritivos

O espinafre, a abóbora, a laranja, o limão e o coco são alimentos ricos em vitaminas, fibras e minerais. Eles podem ser encontrados ou cultivados em quase todo o país e fazem muito bem à saúde.



Espinafre

Verdura de alto valor nutritivo. Contém minerais, como ferro, cálcio, fósforo e vitaminas A e B. Os talos de espinafre podem ser aproveitados em sopas, bolinhos e omeletes.

Na hora da compra: as folhas devem estar frescas, de cor verde-escuro, firmes, limpas e sem marcas de picadas de insetos.

Como conservar: envolver o espinafre em papel ou plástico limpo e guardá-lo na geladeira, longe do congelador.

Período de safra: de agosto a novembro.



Laranja

Existem mais de 25 tipos de laranja. Além de ser riquíssima em vitamina C, essa fruta contém cálcio, fósforo e ferro.

Na hora da compra: deve estar firme e não ceder à pressão dos dedos. É melhor preferir as mais pesadas, são as que apresentam maior quantidade de suco.

Como conservar: em geladeira de 1 a 2 semanas.

Período de safra: de agosto a janeiro.



Limão

Há quatro tipos de limão: galego, taiti, siciliano e cravo. Rico em vitamina C, o limão pode ser usado como substituto do vinagre para temperar alimentos com o saladas, por ser mais nutritivo e saboroso.

Na hora da compra: é melhor escolher os mais pesados e que cedam um pouco quando apertados. Isso é sinal de que estão maduros e que possuem bastante suco.

Como conservar: em geladeira por 4 semanas.
Período de safra: janeiro, fevereiro e março.

Coco

É a maior semente que existe. Contém minerais, como potássio, sódio, fósforo e cloro. Também tem fibras e, por isso, estimula o funcionamento do intestino. A água-de-coco é bastante saborosa e pode ser usada em casos de diarreia, vômitos e desidratação.

Na hora da compra: sacudir o coco para descobrir se há água dentro. Um jeito de saber se o coco está maduro é bater com uma moeda na casca. Se o coco estiver fresco, o som será estridente. Som oco indica que o coco pode estar estragado.

Como conservar: em geladeira de 15 dias a um mês.

Período de safra: janeiro, fevereiro e de outubro a dezembro.

Abóbora

Fruto que contém grande quantidade de vitamina A e B e minerais, como cálcio e fósforo. É indicada para pessoas de todas as idades por ser de fácil digestão. As folhas da abóbora são ricas em cálcio e vitaminas A e C. Podem ser cozidas nas sopas ou refogadas em omeletes.

Na hora da compra: deve-se escolher as de casca firme, sem rachaduras ou partes moles.

Como conservar: quando madura, deve ficar na geladeira, podendo durar de 3 a 4 meses.
Período de safra: setembro e outubro.



Sugestão de atividade ▶ Indicado para Crianças Menores, Menores e Jovens Pequenos

Peça para cada aluno levar um destes alimentos à escola: limão, laranja, coco verde, coco maduro, abóbora ou espinafre. Durante a aula, reúna tudo o que foi trazido e deixe que os alunos se familiarizem com os alimentos, sintam a textura, a forma e o cheiro. Permita que as crianças provem o sabor da laranja, do coco e do limão. Peça que eles comentem o que acham de cada um desses alimentos.

Partindo dos comentários das crianças, passe informações sobre esses alimentos.

Explore o ensino da escrita exercitando com os alunos a grafia dos nomes desses alimentos.

Aproveite para falar sobre o plural das palavras: 1 limão, 2 limões; 1 coco verde, 2 cocos verdes; 1 abóbora, 2 abóboras etc.

Você também pode propor contas matemáticas, como por exemplo:

— Fui à feira e comprei 6 limões, 4 laranjas e 2 cocos. Quantas frutas eu comprei?

Resposta: 12 frutas.

— Uma abóbora tem 20 sementes. Eu comi 8 sementes. Quantas sobraram?

Resposta: 12 sementes.

Calendário agrícola

As estações do ano trazem calor, frio e chuva. As plantas têm ciclos de vida diferentes e cada uma prefere determinadas condições climáticas. Assim, é possível formar um calendário agrícola que mostre em que época do ano cada tipo de

planta produz mais.

Quando uma planta está na sua melhor época, ela produz alimentos em maior quantidade e com mais vitaminas e minerais. Além disso, frutas, legumes e verduras comprados na época certa costumam ser mais baratos.

FRUTAS

LEGUMES

VERDUÇAS

	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
Abacate												
Abacaxi												
Banana-maçã												
Banana-nanica												
Banana-prata												
Caqui												
Coco verde												
Goiaba												
Jabuticaba												
Laranja												
Limão												
Maçã nacional												
Manga												
Mamão												
Mamão papaya												
Maracujá												
Melancia												
Melão amarelo												
Marango												
Pêssego												
Tangerina-cravo												
Tangerina-murcott												
Tangerina-pomcam												
Uva Niagara												
Abóbora												
Abobrinha												
Batata												
Batata-doce												
Beterraba												
Cebola												
Conoura												
Chuchu												
Inhamé												
Alho												
Mandioca												
Mandiocaquinha												
Pipirito												
Pimentão												
Quiabo												
Tomate												
Vagem												
Acelga												
Agrião												
Alface												
Almeirão												
Brócolis												
Chicória												
Couve												
Couve-flor												
Escarola												
Espinagre												
Milho verde												
Rabanete												
Rapão												
Rúcula												

■ Período em que o alimento está em sua melhor época

Sugestão de atividade ▶ Indicado para Crianças Menores

Leve os alunos para visitar uma feira ou sacilão. Conversem com os feirantes, observem as frutas e hortaliças mais abundantes, os preços e tentem descobrir quais são os alimentos da estação do ano em que vocês estão.

De volta à sala de aula, use como base o calendário agrícola deste manual e procure levantar com os alunos qual é a melhor época para o consumo de

algumas frutas, verduras e legumes da sua região. Faça esse levantamento em um grande cartaz dividido em 12 partes iguais, uma para cada mês do ano, ilustradas por recortes com a imagem dos alimentos.

Coloque o cartaz na sala de aula, e a cada mês vocês poderão observar os alimentos que estão na época boa para serem consumidos.

Nada de exageros

Açúcar

O açúcar está presente em muitos alimentos naturais, como leite, frutas e hortaliças. As frutas, por exemplo, contêm um tipo de açúcar chamado frutose e o leite contém lactose. Esses açúcares são suficientes para nutrir um organismo sem necessidade de adoçantes adicionais. No entanto, desde que nascem, as pessoas costumam acrescentar açúcar no alimento para realçar o sabor doce.

Existem vários tipos de açúcar. A diferença entre eles está na maneira como são preparados.

O açúcar pode ser feito a partir da cana-de-açúcar ou da beterraba. No Brasil, o clima favorece o cultivo da cana. Na Europa, o açúcar de beterraba é muito usado e é produzido através de um processo de industrialização semelhante ao da cana-de-açúcar. Nesse processo o caldo da cana é tratado com substâncias químicas: é aquecido, evaporado, cozido, centrifugado, dissolvido em água e aquecido novamente. Depois, ainda passa por alguns processos, como clarificação, filtração e secagem. É assim que se obtém o açúcar refinado, o açúcar branco, o açúcar de mesa.



Açúcar mascavo

Esse tipo de açúcar é mais escuro porque não passa pelo processo de clarificação e contém alguns minerais como o ferro, que não é encontrado no açúcar branco.

Sua obtenção é simples e, por isso, ele é produzido mais artesanalmente. O primeiro estágio da produção cria o melado, o segundo, o mascavo, e o terceiro, após a evaporação total do caldo, origina a rapadura.

Além de ser muito consumida no Nordeste, a rapadura é fonte de riqueza para o país através da exportação.

Açúcar sem exageros

O açúcar é utilizado como alimento pelas bactérias da boca. Essas bactérias fermentam o açúcar e produzem um ácido que corrói a estrutura dos dentes, descalcifica-os e, assim, provoca cáries. Além disso, excesso de açúcar pode causar obesidade e diabetes.

Às vezes, o açúcar é consumido sem ser notado. Alimentos salgados, como biscoitos, massa de pizza, pães, molhos, caldos, maioneses, conservas, patês e torradas, têm açúcar. Por isso, nem sempre é possível perceber o aumento do consumo de açúcar.

O açúcar não é um alimento proibido na alimentação infantil. Mas é melhor não abusar, principalmente no período de desmame. Nessa fase, o melhor é habituar a criança a sentir o sabor natural dos alimentos.

Mel

O mel é o açúcar mais rico em vitaminas e minerais. Ele contém água, hidratos de carbono, proteínas, gorduras, fósforo, enxofre, cálcio, ferro, manganês, potássio, magnésio, vitaminas B1, B2, B3, B5, B6 e C.

Adoçante

Os adoçantes são recomendados apenas para pessoas que, por problemas de saúde, não

podem consumir açúcar. Existem vários tipos de adoçante:

Cidamato – pode ser usado em receitas de forno e fogão. A dose diária aceitável é de até 11 mg para cada quilo de peso. Uma pessoa que pesa 70 quilos pode consumir até 770 mg de cidamato por dia. Contém sódio e, por isso, deve ser utilizado com cautela por pessoas que são hipertensas.

Sacarina – a dose máxima recomendada por dia é de 5 mg para cada quilo de peso do usuário. Uma pessoa de 70 quilos pode consumir 350 mg de sacarina por dia.

Aspartame – não resiste a altas temperaturas por tempo prolongado e, portanto, não deve ser usado em receitas de forno e fogão. A dose diária do aspartame deve ficar em 40 mg para cada quilo de peso. Para uma pessoa de 70 quilos, a dose diária não deve passar de 2.800 mg.

Stevia – retirado da planta stevia, esse adoçante não provoca cáries.

Diet e Light

O alimento *diet* é diferente do *light*.

Diet – alimento que não contém um dos seguintes compostos: sódio, açúcar, gordura ou proteína. Nem todo produto *diet* é indicado para quem quer perder peso. O chocolate *diet*, por exemplo, pode engordar mais que o chocolate normal porque, apesar de não ter açúcar, tem mais gordura.

Light – alimento que teve a sua composição modificada para conter menos gordura, açúcar, proteína ou sódio e, por isso, é menos calórico. Os alimentos *lights* em gordura, por exemplo, são menos calóricos se comparados com os alimentos tradicionais.

Sal

O sal é a soma de cloro com sódio, o que resulta no cloreto de sódio. Esse mineral é encontrado na água do mar e em minas.

O sódio é importante para a saúde porque sem ele o oxigênio e os nutrientes não são transportados dentro do organismo, a transmissão de impulsos nervosos fica prejudicada e da

mesma forma a movimentação dos músculos. O corpo humano elimina sal pelo suor, pela urina e pelas lágrimas e, por isso, é necessário que ele seja reposto. O sal marinho moído, vendido em alguns supermercados, é mais saudável que o sal refinado.

Se for consumido em excesso, o sal pode irritar a pele do estômago, aumentar a pressão arterial e afetar o coração e os rins.

Calcula-se no Brasil um consumo de cerca de 3 quilos e meio de sal por ano, por pessoa. Isso equivale à média de 10 g por dia, ou quatro colheres de chá. Porém, segundo a Sociedade Brasileira de Hipertensão, a necessidade diária de uma pessoa é de 2,5 g por dia, ou seja, 25% do que hoje é ingerido. Isso mostra que os brasileiros consomem muito mais sal do que realmente precisam.

O sal está presente em muitos alimentos, como biscoitos, inclusive os biscoitos doces, salsicha, lingüiça, mortadela, conservas e queijos, e, dessa forma, muitas vezes o aumento do seu consumo não é notado.

Em 1953, o governo criou uma lei que obriga as empresas a colocar iodo no sal de consumo doméstico e animal. Essa iniciativa aconteceu





porque o governo quis garantir que a população consumisse iodo, já que a falta desse mineral prejudica o crescimento e pode causar problemas sérios, como retardamento mental. Hoje, aproximadamente 90% dos brasileiros usam o sal iodado.

Como evitar o excesso de sal

- Usar pouco sal no preparo dos alimentos. Substituí-lo por cheiro-verde, salsa, cebola, orégano, alho, limão, hortelã, manjeriço.
- Evitar acrescentar sal aos alimentos já prontos.
- Evitar temperos industrializados, como ketchup, mostarda e caldos concentrados.
- Evitar alimentos embutidos, como salame, salsicha, mortadela, lingüiça, presunto, paio.
- Evitar conservas, como pickles, azeitonas, patês e palmito, extrato de tomate, milho e ervilhas enlatados e maionese pronta. Prefira os alimentos em seu estado natural.

- Evitar carnes salgadas, como bacalhau, carne-seca e defumados.
- Evitar o glutamato monossódico, utilizado em alguns condimentos e sopas de pacote.
- Evitar queijos gordurosos, os mais amarelos. O melhor é dar preferência a queijo branco ou ricota sem sal.
- Evitar salgadinhos, como batata frita, amendoim salgado, castanha-de-caju salgada.



Sugestão de atividade

Reúna os alunos na quadra da escola ou em um lugar espaçoso, ao ar livre. Organize uma brincadeira de pular corda, dividindo os alunos em duplas ou trios. Você com outra professora ou outro adulto batem corda e recitam com as crianças esse verso:

**Salada, saladinha
Bem temperadinha
Com sal, com pimenta
Fogo, foguinho!**

Cada dupla ou trio na sua vez pula corda enquanto o verso é falado. Toda vez que a palavra "foguinho" for dita, a corda deve ser girada mais rápida obrigando os alunos a pular mais.

No final da brincadeira, converse com os alunos e pergunte o que eles mudariam na letra do verso para tornar a salada mais saudável, como essa salada deve ser temperada: com pouco ou muito sal, com limão ou com vinagre? Explique a eles que o melhor é usar pouco sal e que o limão é mais saudável que o vinagre.

Concluindo idéias que estão apenas começando

Desde a colheita até o momento em que é consumido, o alimento perde qualidade, vitaminas e minerais. Essa perda acontece a cada hora, a cada dia que as frutas e os legumes estão

na prateleira do supermercado ou no caminhão sendo transportados.

Quanto mais fresco estão os alimentos, mais minerais e vitaminas eles contêm. Por isso, é importante dar preferência a frutas, legumes e verduras produzidos na nossa própria região.

Convivendo e aprendendo

Programa uma visita com os alunos a hortas e chácaras da região onde existam plantações pequenas. Incentive-os a conhecer os alimentos que são produzidos ali, a prová-los, a descobrir se eles são

comercializados e por quanto são vendidos. Mostre as vantagens de consumir os produtos da região: além de obtermos alimentos mais frescos, estamos ajudando os produtores da própria cidade.

1. Alimentos com proteínas

Crescimento e desenvolvimento

Crescimento é o aumento do tamanho de uma criança ou de um adolescente tanto no peso como na altura. Desenvolvimento é a capacidade de adquirir habilidades, como andar, falar, correr, brincar, raciocinar, aprender a ler, a escrever etc.

As proteínas são nutrientes que participam da multiplicação das células e, por isso, são muito importantes para o crescimento, principalmente o das crianças.

O nosso organismo não existiria sem proteínas. Elas são encontradas em todos os tipos de carne, nas vísceras, como fígado, coração e rim, nos ovos, no leite e em seus derivados, como iogurte e queijos. Alguns alimentos de

origem vegetal também contêm proteínas, por exemplo, o feijão, a soja, a lentilha, o grão-de-bico e a ervilha.



Sugestão de atividade

Leve revistas e jornais para a sala de aula. Junto com os alunos, procure notícias e imagens relacionadas à alimentação e à saúde no Brasil e no mundo: informações que mostrem se há fome em uma determinada região, se as pessoas são saudáveis, se há desnutrição, obesidade, se a população tem o hábito de se alimentar bem etc.

Organizem um álbum de recortes com o que foi encontrado. Escolha um aluno para levar o álbum para casa e mostrar para os seus familiares. Peça que o aluno e sua família, se possível, acrescentem mais recortes ao álbum e comentem o seu conteúdo.

Quando o aluno trouxer o álbum de volta, peça que ele narre a sua experiência para a classe: conte o que a família achou do álbum, qual foi o recorte que mais chamou a atenção deles etc. Escolha um novo aluno para levar o álbum e dê continuidade a essa atividade.

No decorrer da atividade, vá descobrindo com os alunos como está a saúde e alimentação da população. Mostre que a leitura pode deixá-los bem informados. Aproveite as notícias sobre diferentes regiões para localizar os estados e países no mapa. Sugira que os alunos façam desenhos sobre esses temas e inclua os desenhos no álbum de recortes.

Carnes

As carnes são fontes de proteínas, vitaminas e minerais. Muita gente acha que para uma alimentação saudável é preciso comer grandes quantidades de carnes. Isso não é verdade. A carne deve ser consumida sem exageros porque a gordura animal em excesso pode causar doenças cardiovasculares.

A carne vermelha contém gordura saturada, um tipo de gordura encontrada em alimentos, como queijos amarelos, manteiga, ovos etc.

A gordura saturada é perigosa porque se consumida em excesso, além de levar à obesidade, aumenta a produção de LDL,

substância conhecida como **colesterol** ruim, que pode entupir os vasos sanguíneos e provocar **infartos** e **derrames**. Por isso, o melhor é não exagerar no consumo de gordura saturada.

Também é bom não comer muitos embutidos, alimentos preparados à base de carne de porco misturado com carne bovina, como salsicha, lingüiça e bacon. Para ter uma conservação adequada, esses alimentos contêm muitos conservantes e aditivos químicos. Além disso, geralmente, os alimentos embutidos têm bastante sódio, o que contribui para o aumento do risco de hipertensão e doenças cardiovasculares.

Os melhores tipos de carne a serem consumidas são as carnes magras. O frango sem pele e o peixe são boas opções. Além de ter o cuidado de retirar a gordura visível das carnes, é sempre bom escolher os tipos menos gordurosos.



As preparações mais adequadas para a carne são: assadas, cozidas ou grelhadas. Mas é importante utilizar pouco ou nenhuma gordura no preparo da carne. O mais indicado é preferir óleos vegetais e não usar banha, manteiga ou margarina para cozinhar.

Uma boa escolha é fazer preparações de carne ensopadas ou cozidas com legumes e verduras, ficam saborosas e nutritivas.

✓ **Coolesterol** - tipo de gordura classificada em: HDL, chamado de colesterol bom, e LDL, chamado de colesterol ruim. O colesterol ruim se acumula no sangue e é adquirido pela ingestão de alimentos gordurosos. O colesterol bom é produzido pelo organismo. Ele retira o colesterol ruim do sangue e o leva até o fígado para ser destruído.

✓ **Infarto** - é conhecido como ataque do coração e acontece quando uma artéria do coração fica contraída ou obstruída. O impedimento do fluxo de sangue faz com que o músculo cardíaco pare, podendo causar a morte.

✓ **Demência** - doença que prejudica o sistema nervoso central e é caracterizada pela diminuição da função neurológica. Pode ser causada por hemorragia ou obstrução de um vaso sanguíneo.

Armazenamento e conservação

A carne estraga com muita facilidade. Ela pode ser contaminada por bactérias de utensílios, mãos e panos que não estejam totalmente limpos.

O ideal é preparar a carne logo depois da compra ou, no máximo, no dia seguinte. Caso contrário, ela precisa ser congelada. O congelamento feito corretamente dificulta a multiplicação das bactérias.

Na hora de guardar a carne, o certo é tirá-la da embalagem e cobri-la com plástico fino e transparente. Esse material permite que o ar circule ao redor do alimento dificultando o crescimento de algumas bactérias que poderiam apodrecer a carne. Feito isso, a carne deve ser colocada no refrigerador.

A melhor maneira de congelar a carne é separando-a em porções pequenas. Isso facilita na hora do descongelamento e evita o desperdício. O descongelamento deve ser feito em temperatura máxima de 4°C e nunca em temperatura ambiente. Ou seja, a carne deve ser tirada do freezer e colocada na geladeira para descongelar, pois em temperatura ambiente pode haver a multiplicação das bactérias. E, uma vez que foi descongelada, a carne não deve ser congelada novamente.

Não é necessário lavar a carne fresca antes de cozinhá-la e também não é indicado descongelá-la em água corrente porque a água retira muitas vitaminas e minerais.



Leite

O leite é um dos alimentos mais completos criado pela natureza. Tem vitaminas, proteínas, gorduras e minerais, como o cálcio e o fósforo. Um copo de leite de 200 ml tem cerca de 250 mg de cálcio.

Aproximadamente 90% do cálcio do organismo humano está na estrutura óssea, com a função de manter os ossos rígidos. O restante está distribuído pelo corpo para relaxar e contrair as fibras musculares.

Quando há falta de cálcio, o organismo retira esse nutriente dos ossos e isso pode causar a osteoporose em adultos e o raquitismo em crianças.

Intolerância ao leite

Há pessoas que não podem tomar leite. A intolerância ao leite é causada pela falta de uma enzima fabricada pelo organismo humano, a lactase.

Isso acontece porque o nosso organismo absorve apenas os açúcares simples e o leite tem um açúcar mais complexo, chamado lactose. A enzima lactase quebra a molécula da lactose e a simplifica para que ela seja absorvida pelo corpo humano. Normalmente, a criança tem muita lactase, que diminui com o envelhecimento.

Quem não fabrica lactase tem problemas sérios ao tomar um simples copo de leite. Não consegue digerir o produto e acaba tendo problemas intestinais. Isso pode não acontecer com alguns derivados do leite porque os microorganismos que fazem a fermentação nestes produtos substituem a ação da lactase, dividindo a molécula da lactose.

As pessoas com intolerância ao leite devem suprir a necessidade de cálcio ingerindo outros



alimentos que contêm esse nutriente. Hortaliças verde-escuras em geral, como brócolis, couve, agrião, também são ricas em cálcio. Além disso, o cálcio é encontrado em peixes de água fria, como atum, salmão, sardinha e arenque.

As reações adversas ao leite têm ocorrido com maior frequência na população. Isso pode ser resultado do uso de pesticidas, fertilizantes, hormônios e antibióticos na pecuária. Essas substâncias afetam a qualidade do leite produzido pelos animais.

Feijão

O feijão cresce em vagens e contém proteínas, carboidratos e minerais.

Conhecido em todo o Brasil, o feijão tem uma grande variedade de espécies com sabores e características diferentes. Cada parte do país tem um tipo de feijão adaptado ao clima e ao solo da região e que compõe o prato típico dos habitantes do local.

Sugestão de atividade

Baseado na história das páginas 10 a 13 da cartilha *Proteínas e Carboidratos* e nas informações deste *Caderno do Professor*, converse com os alunos sobre a carne e explique a forma correta de preparar, guardar e consumir esse alimento. Junto com os alunos prepare o roteiro de uma brincadeira contendo as seguintes etapas que devem ser escritas na lousa:

- ir ao açougue comprar carne
- verificar a higiene do local
- verificar a qualidade da carne
- voltar para casa e desembalar a carne
- colocar a carne para congelar
- descongelar a carne
- preparar a carne cozida ou grelhada
- comer a carne com arroz, feijão e salada

Leve para a aula alguns objetos, como prato, colher, plástico fino e transparente, vasilha com tampa, sacola para carregar compras. Com esse material e algumas cadeiras, bancos, caixotes ou outros objetos que preferir, prepare um cenário representando um açougue e uma cozinha com geladeira e mesa.

Proponha uma brincadeira: peça que um voluntário execute as tarefas na ordem certa e da maneira correta e no final acrescenta uma nova ação que pode ser lavar as mãos, escovar os dentes, tirar uma soneca, ler uma revista e assim por diante. O próximo aluno deve cumprir as mesmas tarefas realizadas pelo colega, na ordem certa e sem esquecer de acrescentar uma ação.

A brincadeira segue assim até que todos participem. Dependendo da quantidade de alunos, a atividade pode ser realizada em pares ou trios.

Sugestão de atividade

Indicada para Língua Portuguesa

Proponha a seguinte brincadeira para a classe:
– No Sítio do Picapau Amarelo há uma vaca chamada Mocha, que tem um leite delicioso. A Tia Nastácia usou o leite da Mocha para fazer...
Seguindo a ordem alfabética dos nomes, os alunos devem correr até a lousa e escrever o nome de um derivado de leite ou preparações que contenham leite. Por exemplo, a Adriana vai até a lousa e escreve a

palavra manteiga, em seguida é a vez de o Alessandro ir até a lousa e escrever um alimento que comece com a última letra da palavra manteiga. O próximo aluno deve fazer o mesmo, e assim por diante.

Marque o tempo que a classe gastou para que todos os alunos escrevessem na lousa. Corrija a grafia das palavras e incentive os alunos a repetir a brincadeira escrevendo nomes de outros alimentos.

Estes são os feijões brasileiros mais conhecidos:

- **Azuki** – possui maior quantidade de minerais e é utilizado na culinária japonesa.
- **Branco** – é bastante usado em saladas e sopas e é muito consumido no sul do Brasil.
- **Carioca** – é o tipo de feijão mais cultivado e consumido pelos brasileiros em todo o país.
- **Fradinho** – também chamado de feijão de corda ou macaçar, é usado no preparo do acarajé, prato típico da Bahia.
- **Jalo** – tem grãos grandes e amarelos e é muito usado em saladas e sopas.
- **Preto** – muito consumido nas regiões Sul e Sudeste. É usado no preparo da feijoada.
- **Rosinha** – de cor bege e tons rosados, é produzido em Goiás, Distrito Federal, Mato Grosso do Sul e Minas Gerais.
- **Roxinho** – de cor roxo-claro, é bastante utilizado em saladas e sopas.
- **Mulatinho** – muito consumido no Nordeste.

Mania nacional

Hoje em dia, o arroz e o feijão podem ser encontrados em qualquer mesa do mundo. Mas é apenas no Brasil que eles são servidos sempre

juntos. Essa mistura surgiu na época da escravidão. Como recebiam pouca comida, os escravos criaram o hábito de juntar o feijão com o arroz para saciar a fome. Sem saber, eles fizeram uma mistura muito saudável.

A feijoada também foi criada no tempo da escravidão. Os senhores-de-engenho serviam aos escravos feijão e partes menos nobres do porco, como pés e orelhas, comida que na época não era consumida e nem apreciada pela população. Da mistura desses ingredientes surgiu a feijoada, um prato típico brasileiro, apreciado por muitos.

Soja

O grão de soja cresce dentro de uma vagem e contém muita proteína. A soja pode ser encontrada sob várias formas: em grãos para o preparo do feijão, em pedaços para a produção da carne de soja, em pó para ser adicionada a água e como tofu, um tipo de queijo feito com a coagulação do leite de soja.

Há ainda o shoyu, líquido produzido a partir da fermentação da soja, usado como molho para temperar saladas e pratos quentes, e a soja em pasta, conhecida por missô.

Pergunte se eles já comeram arroz com feijão, se gostam, se preferem arroz ou feijão, se comem sempre os dois juntos. Conforme as respostas forem surgindo, introduza informações sobre a importância desses dois alimentos na nossa alimentação.

✓ **Parlenda - verso com rima criado para divertir, ajudar a memorizar números ou escolher quem deve iniciar uma brincadeira.**

Sugestão de atividade

Indicada para Matemática e Ciências Naturais

Durante uma brincadeira de roda, recite essa parlenda com os alunos:

Um, dois, feijão com arroz.
Três, quatro, feijão no prato.
Cinco, seis, bolo inglês.
Sete, oito, comer biscoito.
Nove, dez, comer pastéis!

Pergunte aos alunos qual é o alimento mais saudável que está nos versos dessa parlenda.

Resposta: o arroz e o feijão.

2. Alimentos com carboidratos

Fornecedores de energia

De nada adianta ter uma alimentação rica em proteínas se elas não têm condições de serem transformadas em novas células, tecidos e outras estruturas orgânicas. Para permitir que as proteínas cumpram a sua função, o nosso organismo precisa de carboidratos, nutrientes que fornecem energia aos seres humanos.

Os carboidratos são encontrados nas frutas, no macarrão, cará, inhame, mandioca, pães, batata, batata-doce, biscoitos, cereais matinais, amido de milho, farinhas de todos os tipos, inclusive o polvilho e a fécula, e cereais como arroz, milho, trigo e aveia.

Cereais

Os cereais são grãos que contêm amido, como trigo, centeio, milho, arroz, cevada e sorgo. Eles alimentam os seres humanos há muitos anos, desde o início dos tempos.



Cereais integrais são os grãos que não passaram pelo processo de beneficiamento e por isso mantêm as fibras, as vitaminas, os minerais e os diversos micronutrientes contidos no alimento.

Beneficiamento dos alimentos

Beneficiar alimentos é deixar os alimentos prontos para serem consumidos como, por exemplo, descascar ou moer cereais.

A extração do sal marinho e o descascamento e moagem de grãos e raízes foram provavelmente as primeiras formas de beneficiar e industrializar alimentos numa quantidade além do consumo familiar. A indústria de laticínios surgiu somente após a descoberta pelo homem da extração de sal, isso porque, a partir daí, o leite passou a ser conservado por mais tempo. O açúcar passou a ser usado na conservação de frutas em compotas e geleias. Dessa forma, muitos alimentos perecíveis puderam se deslocar de seu lugar de origem para outros mais distantes.

Antigamente, o beneficiamento quase não alterava a composição nutricional dos alimentos, retirando poucas fibras, minerais e vitaminas. Mas esses alimentos sofriam ataque de insetos, fungos e bactérias e não podiam ser armazenados por longos períodos.

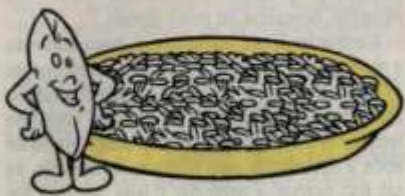
Para ampliar o prazo de validade dos produtos e a área de comercialização, passou-se a realizar um processamento ainda maior dos alimentos. Além disso, no final do século 19 houve uma revolução na indústria de moagem com a invenção dos moinhos de aço. Essas máquinas começaram a refinar a farinha, que era depois peneirada e vendida.

No tempo em que se comiam os cereais integrais, o açúcar mascavo ou a rapadura, a alimentação das pessoas era mais escura. Com a industrialização e a intensificação do processo de beneficiamento, a alimentação ficou mais branca, sendo composta de farinha branca, arroz branco, açúcar branco etc.

O processo de beneficiamento retira o farelo e o germen dos grãos para serem transformados em farinha branca e arroz polido, que duram mais tempo na prateleira, mas possuem bem menos fibras, vitaminas e proteínas.

Arroz

Arroz é um cereal, planta que pode ter as sementes beneficiadas e transformadas em alimento. É o cereal que mais alimenta pessoas no planeta.



O cultivo do arroz é praticado há pelo menos oito mil anos. Existem centenas de variedades dessa planta que se adaptam com facilidade às condições tropicais e subtropicais do mundo.

Nas plantações, quando o arroz floresce, formam-se os grãos e os cachos de sementes penduradas ficam amarelo-dourado. Depois de secarem bem, os cachos são colhidos e os agricultores separam as sementes da palha.

Essa separação é feita com máquinas e peneiras. Antigamente esse trabalho era feito com um pilão, material de madeira que hoje ainda é usado em alguns lugares para separar os grãos da palha do arroz.

Sugestão de atividade ► Indicado para Língua Portuguesa e História

Assim como a mandioca, muitos outros alimentos são de origem indígena. Convide os alunos a descobrirem os nomes desses alimentos no Jogo da Forca. Faça o desenho da forca na lousa e pense em um alimento de origem indígena. Sob a forca, faça um traço para cada letra da palavra que você pensou e peça para que os alunos, um de cada vez, digam as letras do alfabeto que eles acreditam estar nessa palavra. A cada letra certa, complete o traço correspondente. A cada letra errada, desenhe uma parte do corpo do enforcado.

Exemplos de alimentos que fazem parte da cultura indígena: mandioca, milho, guaraná, pequi, jabuticaba,

Os grãos são chamados de arroz integral, pois eles são inteiros, têm uma película fina e saborosa, cheia de minerais.

Apesar de menos nutritivo, o arroz branco ainda é o mais vendido e consumido. Esse tipo de arroz tem a película retirada e, nesse processo, perde fibras e minerais importantes para o funcionamento do nosso organismo.

Mandioca

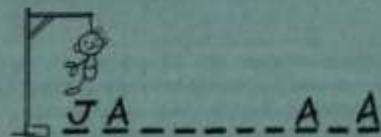
A mandioca sempre foi um dos principais alimentos dos povos indígenas. Essa planta brasileira é encontrada de norte a sul do país. Ela é resistente à seca e consegue ser produzida mesmo em lugares onde o solo não é muito fértil.

Não é plantada com sementes mas com um pedaço do caule. Enquanto a planta da mandioca vai se desenvolvendo, as raízes crescem cada vez mais compridas e grossas embaixo da terra. Um pé de mandioca pode produzir até mais de 10 quilos. Suas raízes contêm muito carboidrato e, por isso, fornecem bastante energia.

Há mandiocas com polpa branca, amarela e vermelha. Entre as variedades que existem, há a mandioca-brava, muito comum nas regiões Norte e Nordeste. Esse tipo de mandioca contém um ácido chamado cianídrico, que é venenoso e faz mal à saúde. Para se tornar comestível, a mandioca-brava precisa ser transformada em farinha.

As mandiocas comestíveis também são

araçá, amendoim, caju, maracujá, cajá. Caso os alunos não conheçam alguns desses alimentos, leve fotos ou o próprio fruto para mostrar a eles e conte um pouco mais sobre cada um.



conhecidas como aipim e macaxeira. Quando são de boa qualidade, soitam a casca com facilidade ao serem descascadas. Mas esse alimento se estraga rápido e, por isso, o ideal é consumi-lo logo após a compra. Porém, se for descascada e colocada numa vasilha com água na geladeira, ela se conserva por mais tempo.

A mandioca pode ser usada de várias maneiras: no preparo de pães, farinhas, sopas, cuscuz, polvilho e no acompanhamento de outros pratos. Não importa como é feita, ela é gostosa, fácil de produzir e nutritiva. Mas é melhor não prepará-la frita, pois fica muito calórica.

Sugestão de atividade ► Indicado para Ciências Naturais

O pão e a mandioca contêm carboidratos. Que tal incluir essa receita no Caderno de Receitas da classe? Mas antes, prepare os pãezinhos e leve para os alunos provarem.

Pão de Mandioca

Ingredientes

400 gramas de mandioca limpa, sem casca
2 ovos
1 colher de sopa de sal
4 colheres de sopa de açúcar
meia xícara de chá de óleo
1 colher e meia de sopa de fermento biológico
3 xícaras de leite morno
8 xícaras de chá de farinha de trigo

Como preparar

Cozinhe a mandioca e amasse bem. Reserve. Coloque no liquidificador os ovos, o sal, o açúcar, o óleo, o fermento e, por último, o leite morno. Bata

ligeiramente. Coloque a mistura numa vasilha, junte a mandioca e misture bem. Acrescente a farinha de trigo e amasse até que a massa não grude mais nas mãos.

Sove muito bem. Faça pães do tamanho desejado e deixe-os crescer até dobrar de volume. Coloque os pães em assadeira sem untar e asse em forno preaquecido em temperatura média (180°C) por cerca de 30 minutos ou até assar e dourar.

Rendimento: 25 pãezinhos

Perunte aos alunos o que eles acharam do pão de mandioca. Conte para eles os nutrientes que há em cada pãezinho: proteínas do leite, dos ovos, carboidratos da farinha e da mandioca, iodo e sódio do sal. Baseado na história *Ativinha quem vem para Almoçar da cantina Proteínas e Carboidratos*, explique a importância e a função de cada um desses nutrientes.

Mais uma vez, permita que o Caderno de Receitas seja levado para a casa de cada aluno, divulgando a receita entre os familiares.

Fibras

As fibras são partes dos alimentos que não são afetadas pela digestão, assim como as cascas, as películas e as sementes. Elas ajudam o alimento a se movimentar pelo corpo e, assim, contribuem para o bom funcionamento do intestino.

As fibras também auxiliam na prevenção do câncer intestinal, na redução dos níveis de açúcar e colesterol do sangue, na prevenção do câncer de cólon e no tratamento da obesidade. A ingestão de fibras faz com que a sensação de

fome passe mais rápido e que a sensação de saciedade dure por mais tempo.

Alimentos ricos em fibras:

- milho
- pães e biscoitos integrais
- cereais integrais, como aveia, cevada e trigo
- frutas secas como ameixa seca, uva-passa e banana passa
- frutas e verduras, como laranja, tangerina, mamão, brócolis, couve, incluindo cascas, bagaços, folhas e talos.

Na medida certa

Além das proteínas e dos carboidratos, as gorduras são essenciais na nossa alimentação. Elas fornecem energia ao corpo humano, revestem as células, ajudam na absorção de algumas vitaminas e preservam o calor do nosso corpo.

Existem dois tipos de gordura:

Gorduras saturadas – encontradas em todas as carnes, de boi, porco, aves etc, no toucinho, no leite integral, nos queijos, no creme de leite, em todos os tipos de requeijão, na manteiga, no coco e no azeite-de-dendê.

Gorduras insaturadas – encontradas no óleo de milho, soja, arroz, girassol, canola, azeite de oliva, azeitona, castanhas e abacate.

As gorduras insaturadas são as mais recomendáveis porque melhoram o colesterol existente no sangue.

Mas, seja qual for o tipo, a gordura deve ser consumida sem exageros. Refeições muito gordurosas podem levar ao excesso de peso, provocar doenças do coração e vários problemas de saúde.

Por isso, o melhor é evitar alimentos como carnes gordas, linguiças, presuntos, queijos mais amarelos e cremes. Também é indicado usar menos gordura animal, como banha e toucinho, e diminuir as frituras.

No preparo da comida, é preferível utilizar óleos de origem vegetal. Lembrando que não se deve reaproveitar gorduras de frituras porque as gorduras se decompõem quando aquecidas em alta temperatura. Em determinado ponto do aquecimento é liberado um ácido chamado acroleína de cheiro ruim e que irrita as paredes do estômago. Cada vez que a gordura é reaquecida, o ácido é liberado mais rapidamente.

As margarinas e a gordura vegetal hidrogenada, apesar de serem feitas com óleos vegetais, não são saudáveis por causa do processo de fabricação. Seu uso também deve ser controlado. Hoje em dia, é muito comum a presença desse tipo de gordura nos alimentos industrializados,

como biscoitos, sorvetes, temperos prontos etc.

Esses alimentos, assim como a gordura vegetal hidrogenada, a margarina e o creme vegetal, também possuem gordura trans, que também não é saudável. A gordura trans é uma gordura vegetal endurecida, formada durante um processo industrial que transforma óleos vegetais líquidos em gordura sólida.



Como consumir gorduras sem exageros

- evitar alimentos fritos.
- preferir leite e derivados desnatados.
- verificar nos rótulos se há gordura vegetal hidrogenada e controlar o uso desses alimentos.
- escolher margarinas mais cremosas e com maior teor de poliinsaturados.
- controlar o consumo de margarina: não usá-la para refogar ou fritar alimentos.
- incluir nas refeições um pouco de azeite de oliva, óleo de canola, abacate e castanha sem sal, sempre que possível.

Alimentação também é cultura

Os hábitos alimentares de cada pessoa podem ser determinados pela influência cultural, econômica, social e psicológica.



Os diferentes pratos típicos de cada país é um exemplo de como a diversidade cultural forma os hábitos alimentares dos povos. Dizemos que a macarronada e a pizza são pratos típicos da Itália, a salsicha é característica da Alemanha, pratos temperados com pimenta são típicos do México, o arroz é originário do Oriente, e refeições com bife, ovos e bacon são comuns nos Estados Unidos. Isso acontece porque cada nação tem os seus costumes, a sua cultura e seu próprio jeito de viver. E tudo isso determina o hábito alimentar de cada povo.

A religião também influencia na alimentação das pessoas. Veja alguns casos:

Judeus

Entre os judeus a carne de porco é proibida. Todas as carnes e aves domésticas devem ser abatidas de acordo com um ritual que determina a maneira como o alimento judeu deve ser preparado. Algumas das determinações é que as carnes devem ser salgadas durante uma hora, antes de serem preparadas, a fim de que todo o sangue seja retirado. Os peixes

permitidos são os que têm barbatanas e escamas.

Os judeus nunca misturam carne e leite na mesma refeição e nem cozinham esses alimentos na mesma panela. Nenhum tipo de comida deve ser preparado no sábado, dia sagrado nessa religião. Durante a semana da Páscoa, nenhum pão de levedo e seus derivados podem ser consumidos.

Católicos Romanos

Na Quarta-Feira de Cinzas, data em que tem início a Quaresma, e na Sexta-Feira Santa, dia da Crucificação de Cristo, os católicos não comem carne de mamíferos e aves, podendo consumir peixes. Também é comum entre eles o jejum em dias sagrados.



Budistas

Têm o hábito de rezar para agradecer aos animais por terem dado as suas vidas para alimentar a vida dos humanos.

Hindus

Não comem carne de gado porque acreditam que ela é sagrada. Muitos deles podem até passar fome, mas respeitam esses animais que pastam e dormem no meio das ruas.



Alimentação regional X industrialização

Nos últimos trinta anos ocorreram mudanças nos hábitos alimentares dos brasileiros:

- redução do consumo de arroz, feijão e farinha de trigo.
- maior consumo de carnes, ovos, laticínios e açúcar.

- substituição da gordura animal por óleos vegetais, manteiga por margarina e aumento nos gastos com alimentos industrializados.
- aumento do consumo de gorduras saturadas e hidrogenadas.
- substituição do consumo de alimentos ricos em nutrientes, como legumes, verduras e frutas, por alimentos energeticamente densos e pobres em micronutrientes.
- aumento do consumo de alimentos salgados e gordurosos.
- redução dos níveis de atividade física.

O ritmo acelerado do dia-a-dia faz com que as pessoas reservem cada vez menos tempo para a alimentação. Muitas atividades são realizadas no horário de almoço e a comida rápida e industrializada acaba por substituir refeições saudáveis e fresquinhas.

Sorvetes, refrigerantes, salsichas, hambúrgueres, batata frita, chocolates formam a base desse novo padrão alimentar nas lanchonetes em todas as aglomerações urbanas.

Hoje em dia, coloca-se em discussão a forte concentração de aditivos químicos e o empobrecimento nutricional dos alimentos industrializados.

Diante dessa situação é preciso que a alimentação caseira seja valorizada. O Brasil é um país que tem uma grande variedade de alimentos capaz de fornecer um cardápio completo em nutrientes para todos os brasileiros.

Sugestão de atividade

Escreva algumas frases em tiras de papel, como por exemplo:

- Os italianos gostam de macarrão.
- Os japoneses adoram arroz.
- Acarajé é uma comida baiana.
- Os gaúchos comem muito churrasco.

Dobre os papéis e faça com a classe o jogo do Telefone sem Fio. Forme uma roda com os alunos e peça que um deles sorteie um papelzinho, leia a frase e fale no ouvido do colega ao lado. A brincadeira

continua assim, sendo que a mensagem não pode ser repetida e o aluno deve repetir ao colega exatamente o que entendeu. O último fala em voz alta o que ele ouviu e você, então, mostra a todos a frase que estava no papel.

Repita a brincadeira com quantas frases quiser. No final, localize com os alunos no mapa-múndi e no mapa do Brasil os países e os estados mencionados na brincadeira e analise com eles as figuras da página 6 da cartilha Proteínas e carboidratos.

5. Consumo consciente

Informações nas embalagens

A legislação brasileira obriga as indústrias a informar nas embalagens todos os ingredientes usados no preparo dos alimentos, a data de validade e a origem do produto.

A embalagem também precisa conter uma tabela nutricional com informações sobre a quantidade de calorias, carboidratos, proteínas, gordura total, gordura saturada, gordura trans, fibras e sódio presentes em determinada porção do alimento. Além disso, devem estar indicados os valores diários (VD) percentuais correspondentes à quantidade de calorias e nutrientes recomendados por faixa etária.

Embora as necessidades calóricas variem segundo a idade e o sexo, convencionou-se usar o valor de 2.500 kcal nas tabelas nutricionais para o cálculo das proporções de nutrientes. Mas em 2003 houve alterações nos regulamentos de Rotulagem Nutricional que mudaram o VD de 2.500 para 2.000 kcal. As empresas tem até julho de 2006 para alterar os rótulos dos alimentos.

Todas essas informações contidas na embalagem podem ajudar o consumidor a escolher alimentos mais saudáveis e adequados à sua alimentação. É mais saudável optar por alimentos que contenham mais fibras, vitaminas e minerais e uma quantidade moderada de calorias, açúcares, gorduras, colesterol e sal.

Também é recomendável comprar alimentos da época ou cultivados em sua região, que são mais baratos. Além disso, esse tipo de consumo estimula a economia local.

Sugestão de atividade

Leve para a sala de aula alguns alimentos que tenham rótulos ou embalagens. Proponha uma brincadeira de detetive. Você e os alunos são detetives da nutrição e têm a missão de descobrir todas as informações que estão nos rótulos e nas embalagens: os ingredientes que foram usados no preparo dos alimentos, a data de validade, de onde vem o produto,

EXEMPLO DE RÓTULO DE BISCOITO ÁGUA E SAL

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - porção de 30 g de biscoito

QUANTIDADE POR PORÇÃO*	% VD
VALOR CALÓRICO	170 kcal 7 %
CARBOIDRATOS	170 g 7 %
PROTEÍNAS	4 g 8 %
GORDURAS TOTAIS	8 g 7 %
GORDURAS SATURADAS	3 g 12 %
COLESTEROL	8 mg 16 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g 3 %
CÁLCIO	** 1 %
FERRO	2,04 mg 15 %
SÓDIO	330 mg 14 %

*VALOR DIÁRIO DE REFERÊNCIA ESTABELECIDO PARA UM ADULTO. **PORCENTAGEM NÃO DECLARADA.

Aditivos

Para tornar o alimento mais atraente e aumentar o seu prazo de validade, a indústria alimentícia criou os aditivos, substâncias químicas acrescentadas aos alimentos para dar cor, aroma, consistência e evitar a deterioração. São os aditivos que impedem as carnes de apodrecerem, os pães de mofarem e a margarina de ficar rançosa.

O uso abusivo de aditivos apresenta perigos à saúde, como reações alérgicas e, por isso, é cada vez mais criticado por estudiosos da alimentação.

De olho no rótulo

Para descobrir se um alimento contém aditivos, o consumidor deve ler o rótulo com atenção. É obrigatório constar no rótulo os nomes dos aditivos, geralmente descritos pelo seu código. Conheça alguns exemplos:

quais nutrientes ele contém, se contém muitos aditivos e de que tipo, corante, conservante, aromatizante etc.

Com essas informações façam um relatório sobre cada produto, contando o que vocês encontraram e escrevam uma carta com sugestões ou reclamações ao Serviço de Atendimento ao Consumidor.

Nome	Código	Função
1. Corantes	C I natural C II Corante	dá ou intensifica a cor
2. Conservador	P I a X	impede a alteração por microorganismos
3. Acidulante	H I a VIII	intensifica o gosto ácido
4. Antioxidante	A I a XI	evita que o alimento fique rançoso
5. Aromatizante	F I a IV	dá sabor ou aroma
6. Estabilizante	ET I a V	mantém as características físicas
7. Espessante	EP I a X	dá, artificialmente, sabor doce
8. Edulcorante	D I, II	dá liga em sorvetes, geléias, bolos, pudins
9. Umectante	U I, II	evita perda de umidade em bombons, cremes, coco ralado
10. Antiumectante	AU I, III	evita que a umidade altere produtos como leite em pó, tempero, sal
11. Espumíferos e antiespumíferos		modifica a tensão superficial dos alimentos líquidos

Consumidor bem informado

Durante a compra de alimentos é importante que o consumidor preste atenção ao seguinte:

1. as latas e embalagens devem estar perfeitas. Embalagens estufadas, rasgadas, amassadas ou enferrujadas indicam que o alimento pode estar contaminado por fungos, bactérias ou metais.
2. a validade do produto deve ser checada para verificar se ela não está vencida ou vai vencer em breve. O melhor é escolher alimentos com maior prazo de validade.
3. deve ser observado se as estantes e os balcões onde os produtos estão expostos estão limpos. Não deve haver poeira e nenhum tipo de sujeira.

Sugestão de atividade

Indicado para Ciências Naturais

Organize uma visita com os alunos a uma venda, mercado ou sacolão próximo à escola. Oriente os alunos a serem espertos, como a Emília da página 10 da cartilha *Proteínas e Carboidratos*, e observar durante a visita:

- A higiene do local.
- Se há frutas e verduras frescas.
- Se os produtos em latas não estão amassados ou estufados.

4. deve ser observado se há geladeira para os alimentos que precisam de refrigeração.



5. as frutas e verduras devem estar frescas.
6. nas compras de legumes sem embalagem não deve ser levada em conta a limpeza dos legumes. As operações de limpeza encurtam o tempo de vida dos alimentos e podem contaminá-los. Por exemplo, batatas, mandiocas e rabanetes com um pouco de terra são produtos melhores.

7. os alimentos devem ser manipulados o mínimo possível para não antecipar a sua deterioração.
8. devem ser retirados por último os produtos perecíveis, que precisam ficar na geladeira. Assim, eles passam menos tempo à temperatura ambiente, conservando melhor suas características.
9. deve ser observado se os alimentos estão separados dos produtos de limpeza.
10. na compra de refeições e lanches prontos, é preciso observar em qual temperatura estão sendo manipulados os alimentos e o seu tempo de exposição.

• Se há uma geladeira ou um sistema de refrigeração para guardar alimentos que precisam ficar em baixas temperaturas.

Na volta do passeio, sugira às crianças a produção de um texto dizendo do que elas gostaram e do que elas não gostaram no estabelecimento visitado. O que estava certo e o que estava errado e se elas mudariam alguma coisa. Leia as redações e comente-as.

Regras de armazenamento dos alimentos

A maioria dos produtos exige cuidado no armazenamento. Veja a maneira certa de guardar alguns alimentos.

Enlatados – devem ser armazenados em recipientes higienizados, e não na própria lata, pois pode enferrujar.

Farinhas – de trigo, de rosca, de mandioca, de milho e outros produtos ricos em carboidratos, como amido de milho e fécula de batata, devem ficar em locais secos e frescos, em potes fechados depois que a embalagem foi aberta.

Frutas – são conservadas de dois jeitos: à temperatura ambiente sem nenhuma embalagem, até que amadureçam; ou sob refrigeração, quando já estão maduras e prontas para consumo. Nesse caso, ficam guardadas na geladeira, embaladas em sacos plásticos. Devem sempre ser lavadas antes de serem consumidas.



Sugestão de atividade

Indicado para Educação Física e Língua Portuguesa

Escreva o nome de um alimento em cada folha de papel: banana, laranja, carne, farinha, leite de saquinho ou gamafinha, peixe, pão, iogurte, arroz, feijão, brócolis, tomate, cenoura, queijo etc.

Pegue duas caixas e escreva em cada uma delas: geladeira e despensa. Coloque as caixas afastadas uma da outra. Pergunte à classe quem quer começar a brincadeira. Cubra com uma venda os olhos do voluntário. Sem errar, ele sorteará uma das folhas de

Grãos – feijão, soja, milho, feijão-branco, arroz e grão-de-bico devem ser armazenados em local seco e fresco, em potes fechados depois que a embalagem foi aberta.



Laticínios – devem ser refrigerados. É indicado evitar embalagens metálicas para a manteiga por causa da oxidação. O melhor é usar as de louça ou plástico.

Ovos – devem ser consumidos em até dez dias e armazenados na própria embalagem na geladeira. Quando deixados na porta da geladeira, não se deve colocar outro alimento no mesmo lugar dos ovos para evitar a contaminação por microorganismos presentes nas cascas. Para eliminar esse risco, as cascas deverão ser lavadas na hora em que o ovo for consumido. Não é recomendável deixá-los na porta da geladeira, porque ao abrir e fechar a porta a temperatura do ovo varia bastante, o que pode contribuir para a proliferação dos microorganismos. Na hora de ser preparado, para diminuir o risco de contaminação, o ovo deve ser lavado em água corrente.

Pães – podem ser guardados em embalagens de papel ou de plástico fora da geladeira, pois assim não emboloram. Também podem ser congelados por até três meses.

papel e mostrará o alimento que está escrito nela. Todos os outros colegas devem guiá-lo com comandos de voz informando se a caixa certa para armazenar o alimento está à direita, à esquerda, à frente, atrás, perto ou longe.

Depois que colocar o alimento na caixa certa, o aluno pode escolher outro participante. No decorrer da brincadeira, explique por que alguns alimentos devem ser guardados na geladeira e outros podem ficar armazenados em temperatura ambiente.

Produtos com prazo de validade menor – devem ficar mais à mão, para evitar perdas.

Verduras frescas – algumas permanecem frescas por mais tempo se mantidas secas em embalagens de papel dentro da geladeira. É o exemplo do pepino, do pimentão, da abobrinha, da mandioquinha e da batata-doce. Outros como repolho, folhas, ervas, salsa e alface ficam melhores se embrulhados em sacos plásticos ou papel-filme, também na geladeira.

Perigo: alimentos contaminados!

Alimentos mal conservados ou embalados de maneira inadequada podem ser contaminados por bactérias e fungos. Se forem consumidos, os alimentos contaminados podem causar intoxicações, infecções e envenenamentos. Veja alguns exemplos.

Aflotoxina: toxina produzida por um fungo que pode se instalar em nozes, castanhas, cereais, soja e farinhas armazenados em lugares quentes e úmidos.

Botulismo*: envenenamento alimentar causado por uma bactéria que pode atacar alimentos enlatados, frios, peixes e carnes embutidas, como salsicha e lingüiça.

Enterite estafilocócica: inflamação no intestino provocada por uma bactéria que pode surgir quando a comida pronta fica muito tempo exposta à temperatura ambiente.

Listeriose: causada por uma bactéria que

pode contaminar queijo fresco, leite não-pasteurizado e frutos do mar em conserva.

Salmonelose: infecção causada por uma bactéria que pode se instalar em ovos crus, maionese, carnes cruas, leite e laticínios, fermento, coco, massas, chocolate.

* Para evitar o botulismo, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) recomenda a fervura do palmito no líquido de conserva ou em água antes do consumo por 15 minutos.

Concluindo idéias que estão apenas começando

Além de ser um direito de todos, a alimentação saudável é uma escolha que pode tornar o futuro individual e social mais saudável.

Ao escolhermos os alimentos que vamos consumir, estamos decidindo se teremos uma vida saudável ou não. E não é só isso. Mesmo em nossos atos mais cotidianos, podemos exercer com consciência nosso papel de consumidores e colaborar com a transformação da sociedade e do meio ambiente.

Consumir não é só comprar, é também usar o que foi comprado e descartar. O consumidor consciente, bem informado, é capaz de cumprir essas três etapas, compra, uso e descarte, de maneira correta: sem desperdiçar, sem prejudicar a sua saúde e sem poluir o meio ambiente.

O consumidor consciente sabe quem é, sabe o que quer e conhece a consequência de seu comportamento na sociedade. Todos nós podemos ser consumidores conscientes e colaborar para que essa consciência se propague pela comunidade. Basta nos informarmos melhor sobre cada produto, fazer as escolhas certas e divulgar as nossas descobertas incentivando outros cidadãos a fazer o mesmo.

Ajude o Brasil a acabar com a fome, com a desnutrição e com a obesidade. Participe de ações junto à comunidade, informe os seus alunos, multiplique o seu conhecimento, lute pelos seus direitos e cumpra os seus deveres.



Convivendo e aprendendo

Dia 16 de outubro é o Dia Mundial da Alimentação. Nessa data foi criada a Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação. O Dia Mundial da Alimentação surgiu com o objetivo de conscientizar as pessoas sobre a fome e a desnutrição no mundo e a importância da boa alimentação.

No mês de outubro promovemos uma série de atividades na escola com o tema nutrição. Tenha como objetivo informar os alunos e a comunidade sobre esse assunto e incentivar a prática de hábitos saudáveis. Sugestões do que pode ser realizado.

1. Comece os preparativos com bastante antecedência fazendo com os alunos cartazes com recomendações de bons hábitos alimentares. Espelhe esses cartazes pela escola. Idéias que podem ser abordadas em cada cartaz:

- Tenha uma alimentação variada, com diversos tipos de alimento, e dividida em 3 ou 6 refeições por dia: café da manhã, lanche da manhã, almoço, merenda, jantar e lanche da noite.
- Consuma alimentos da sua região, como arroz, feijão, farinha, pão e leite.
- Come frutas, verduras e legumes da época.
- Use carnes, sal e açúcar, em quantidades moderadas.
- Use óleo vegetal no preparo da comida e diminua o consumo de gorduras animais.
- Tome bastante água diariamente.
- Sempre prepare a alimentação com higiene.

• Mantenha o seu peso, controlando a quantidade e a qualidade de alimentos que você consome.

• Faça das refeições um encontro agradável.

• Evite o desperdício: coma melhor e gaste menos.

2. Divida os alunos em grupos. Sorteie os temas dos cartazes e peça que cada grupo pesquise e prepare uma apresentação sobre o tema. Oriente as pesquisas, programe uma aula sobre cada tema utilizando informações contidas em todo esse Caderno do Professor e nas três Cartilhas de Nutrição. Una-se a outros professores da escola para ajudar na preparação da apresentação dos alunos. Cada professor pode ficar como orientador de um determinado grupo. Cada grupo deve escolher maneiras diferentes e variadas de apresentar o tema. Podem ser usados mímica, teatro, poesia, música, dança, desenho ou qualquer outra forma de manifestação que eles escolherem ou criem. O importante é usar a imaginação e pensar o conteúdo do tema. Programe a realização das apresentações no decorrer do mês. Divulgue a programação na comunidade.

3. Paralelamente às atividades desenvolvidas pelos alunos, convide os familiares das crianças a participar formando um grupo culinário. Eles devem se encontrar para trocar receitas, dicas culinárias e planejar um cardápio que será preparado e servido nos dias das apresentações.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Livros

- BONTEMPO, Márcia. *Alimentação para um Novo Mundo*. Rio de Janeiro, Record, 2003.
- BRUNING, Jaime. *A Saúde Bruta da Natureza*. Curitiba, Expoente, 2000.
- CASCUDO, L.C. *História da Alimentação no Brasil*. São Paulo, Global, 2004.
- CENTRO DE ENSINO E PRODUÇÃO AGRÍCOLA. *Sabor de Saúde - Iniciação à Cozinha Vegetariana*. 8ª ed., Campinas, Sarna, 2000.
- COSTA, Christiane; TAKAHASHI, Ruth; MOREIRA, Teresa. *Segurança Alimentar e Inclusão Social - A escola na promoção da saúde infantil*. São Paulo, Instituto Pólis, 2002.
- CENAS, Maria L. B.; VITÓLO, Márcia R. *Crescendo com Saúde*. 3ª ed., São Paulo, CZ, 1999.
- DANON, José & POLINI, Luciana. *Guia de Calorias de A a Z*. 1ª ed., São Paulo, Estação Liberdade, 2003.
- DULTRA-DE-OLIVEIRA, J. E. 7 MARCHINI, J.S. *Ciências Nutricionais*. 3ª ed., São Paulo, Sarvier, 2003.
- FRSBERG, Mauro; WEHBA, Jamal; COZZOLINO, Sílvia Lm. *dois, feijão com arroz: A alimentação no Brasil de Norte a Sul*, 2002.
- FERNANDEZ-ARMESTO, Felipe. *Comida: Uma História*. Rio de Janeiro, Record, 2004.
- GLIESSMAN, R. Stephen. *Agronecolgia - Processos Ecológicos em Agricultura Sustentável*, 2000.
- GUIMARÃES, Nana. *Guia de Alimentação Infantil*. 1ª ed., São Paulo, Ground, 2003.
- HIRSCH, Sonia. *O Máximo Para Você se Sentir o Máximo*. Rio de Janeiro, Comê CoGis, 1993.
- INSTITUTO AKATU. *A Nutrição e o Consumo Consciente*, 2003.
- KRAUSE, M. V. & MAHAN, L. R. *Alimentos, Nutrição e Dietoterapia*. 6ª ed., São Paulo, Roca, 1985.
- LEME, M. J. P.; PERIM, M.L.F. *1,2...Feijão com Arroz! FNE*, 1995.
- HOLMES, Charlotte M. *Os Compeços são Vegetarianos... e Você?*. Tradução e Adaptação de Alice G. Botelho, Casa Publicadora Brasileira. 1ª ed., Tatuf, Casa, 1988.
- MOLLISON, BILL; SLAY, Remy Mia. *Introdução à Permacultura*, Ministério da Agricultura e do Abastecimento-664, 1998.
- PEREIRA, Gilberto. *A Cozinha Natural dos Trópicos*. São Paulo, Art Ed., 1982.
- PRIMAVESI, Ana. *Manejo Ecológico do Solo*, Nobel, 1982.
- SÁ, Neide G. *Nutrição e Dietética*. 5ª ed., São Paulo, Nobel, 1984.
- SÁ, Neide G. *Princípios de Nutrição*. v. 35, São Paulo, Nobel, 1988.
- SALGADO, Jocelém. *Pharmacia de Alimentos*. São Paulo, Madras, 2001.
- SALGADO, Jocelém. *Faça do Alimento o seu Medicamento*. São Paulo, Madras, 2000.
- SECRETARIA DE AGRICULTURA E ABASTECIMENTO. *Diga Não ao Desperdício*, 1ª ed., São Paulo.
- SESI - Serviço Social da Indústria. *Alimente-se bem com R\$1,00*. 3ª ed., São Paulo, 2001.
- SOLEIL, Dr. *Você Sabe se Alimentar?* 12 ed., São Paulo, Global, 1992.
- WALTER C. Willett, M.D. *Coma, Beba e Seja Saudável. O Guia de Alimentação da Harvard Medical School*. 1ª ed., Rio de Janeiro, Campus, 2002.

Estudo e pesquisa

- ENDEF - 1975 (Estudo Nacional de Despesa Familiar do IBGE).
- PPV - 1997 (Pesquisa de Padrão de Vida do IBGE).

Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome

Ministro

Patrus Ananias de Sousa

Secretário de Segurança Alimentar e Nutricional

José Giacomo Beccarin

Diretor do Departamento de Apoio a Projetos Especiais

Marcos Dal Fabbro

Coordenação-geral de Educação Alimentar e Nutricional

Ângela Pimenta Peres

Equipe Técnica

Coordenação-geral de Educação Alimentar e Nutricional

Ângela Pimenta Peres - Coordenadora-geral

Sabrina Ionata de Oliveira - Nutricionista

Aline Melo Nascimento - Nutricionista

Marianna March Mioto de Sá - Nutricionista

Ministério da Saúde

Ministro

Humberto Costa

Secretário de Atenção à Saúde

Jorge Solla

Diretora do Departamento de Atenção Básica

Ara Suassuna Fernandes

Coordenação-geral da Política de Alimentação e Nutrição

Maria de Fátima Cruz Correia de Carvalho

Equipe Técnica

Coordenação-geral da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (CGPAN)

Maria de Fátima Cruz Correia de Carvalho - Coordenadora-geral e Supervisora Técnica

Anelise Rizzolo de Oliveira Pinheiro - Assessora Técnica Adjunta

Patrícia Gentil - Coordenadora da Equipe de Promoção de Alimentação Saudável

Dilian Adelaime da Silva Coulart - Nutricionista

Keke Karina Nogueira de Carvalho de Aquino - Nutricionista

Ministério da Educação

Ministro

Tarso Genro

Secretário de Educação Básica

Francisco das Chagas Fernandes

Diretora do Departamento de Políticas de Educação Infantil e Ensino Fundamental

Jeanete Beauchamp

Coordenação-geral de Ensino Fundamental

Shoko Kinura

Equipe Técnica

Coordenação-geral de Ensino Fundamental

Shoko Kinura - Coordenadora-geral

Arcélia Ribeiro do Nascimento - Técnica em Assuntos Educacionais

Informações:
0800-707-2003
www.fomezero.gov.br

Ministério da Educação
Ministério da Saúde
Ministério do
Desenvolvimento Social
e Combate à Fome



DIRETORIA: Diretor-Executivo: Juan Gomez; Diretora Unidade de Negócios Infância: Lucie Machado; Diretor Comercial e Marketing: Argemir de Sá Jr.; Diretor de Finanças e Recursos: Frederico Zaghetto; Diretor: REDAÇÃO: Editora: Anete Akemi - anetes@redglobo.com.br; Editoras-assistentes: Cecília Bassarani - cbassarani@redglobo.com.br; Luciana Orta de Castro - lcastro@redglobo.com.br; Repórter: Ana Paula Perovani; Chefe de Arte: Adriano Bertolin; Sílvio; Diagramadora: Eliete A. Almeida, Eliete Sartori, Teresinha Makita, Silvana Passa; Assistente de Redação: Claudia Arruda; Coordenação de Produção: Araceli G. Castilho; Assistentes administrativas: Jacqueline de Lima S. Lopez, Tamara Aparecida de Araújo; Ploteio Eletrônico: Elisete M. Brito (coordenadora), Luciane K. Teodoro; Ilustrações: Cor e Imagem; Colaboradores: Adriana Miani, Martha Lopes, Maysa Benedito (jornalista e texto), Maria do Rosário Sousa (revisão), Gisele B. Oliveira, Juliana Chaves, Lucie Pereira, Roseli T. F. Oliveira, Raiz Tereza Romp (ploteio eletrônico)

NOSSOS ENDEREÇOS: Sede Administrativa, Redação e Correspondência São Paulo: Av. Jaguaré, 1.485, São Paulo, SP CEP 05349-900.
ATENÇÃO ÀS ESCOLAS: e-mail: cartilha@fomezero.org.br Site: www.fomezero.org.br

Emília e a Turma do Sítio - Canga Saubina, Educação Dez - Fome Zero é uma publicação da EDITORA GLOBO S.A.
Editor Responsável: Anete Akemi

© 2001 TV GLOBO / MÔNETO LOBATO. Todos os direitos reservados. Impresso na Plural Editora e Gráfica.

Emília
e a Turma do Sítio na



EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

CADERNO DO PROFESSOR



Informações e atividades para trabalhar com as cartilhas nas aulas de:

- Ciências Naturais
- Língua Portuguesa
- História
- Matemática
- Geografia
- Arte
- Educação Física

Índice

Apresentação pág. 3

O QUE É OBESIDADE?

- 1. Excesso de peso é um problema**
 - Obeso precisa de atenção especial pág. 4
 - Sugestão de atividade – Indicado para Língua Portuguesa pág. 4
 - Sugestão de atividade – Indicado para Ciências Naturais e Arte pág. 5
- 2. Alimentação inadequada é o começo**
 - Maus hábitos são vilões do peso pág. 6
 - Sugestão de atividade – Indicado para Ciências Naturais e Língua Portuguesa pág. 7
- 3. Doenças relacionadas à obesidade**
 - Obesidade pode causar doenças pág. 8
 - Sugestão de atividade – Indicado para Ciências Naturais e Língua Portuguesa pág. 11
- 4. O que fazer para ficar com o peso ideal?**
 - Sarfeira, só na música pág. 12
 - Sugestão de atividade – Indicado para Arte pág. 14
 - Sugestão de atividade – Indicado para Ciências Naturais pág. 15
- 5. Fome oculto**
 - Deficiências de vitaminas e minerais pág. 16
 - Sugestão de atividade – Indicado para Língua Portuguesa pág. 18

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

- 1. Quanto mais cores, melhor**
 - Mais cor nas nossas vidas pág. 19
 - Sugestão de atividade – Indicado para Geografia e História pág. 22
 - Sugestão de atividade – Indicado para Língua Portuguesa e Arte pág. 22
 - 2. A responsabilidade da escola**
 - A importância da alimentação pág. 23
 - Sugestão de atividade – Indicado para Ciências Naturais e Geografia pág. 28
 - Sugestão de atividade – Indicado para Matemática pág. 28
 - 3. A escolha certa evita o desperdício!**
 - Em paz com a consciência pág. 29
 - Sugestão de atividade – Indicado para Arte, Língua Portuguesa e Geografia pág. 31
 - 4. Aproveitando o máximo**
 - Como evitar o desperdício pág. 32
 - Sugestão de atividade – Indicado para Arte pág. 33
- Referências bibliográficas pág. 34

Caro professor,

A falta de acesso aos alimentos é ainda um problema para muitos brasileiros, tanto que uma das principais estratégias sociais desenvolvidas hoje no Brasil é o Fome Zero. Mas a alimentação inadequada também é problema crescente no nosso País. A obesidade, por exemplo, não é sinônimo de saúde, pelo contrário, ela pode ser uma das responsáveis por muitos males que atingem a população como doenças do coração, diabetes e outros.

A questão da nutrição, do desenvolvimento de bons hábitos alimentares, deve ser encarada não só no seu aspecto de carência, mas também no de excessos e de hábitos inadequados. O ato de comer deve ser visto como algo além da simples oferta de alimentos ao corpo, é também um estímulo ao convívio, que compreende desde a escolha e preparação dos alimentos até seu consumo. Os alimentos envolvem significados culturais, emocionais e comportamentais que devem ser considerados quando se trabalha com a temática da alimentação.

Este caderno relaciona todos esses assuntos. Seu objetivo é apoiar o trabalho desenvolvido com alunos da 1ª a 4ª série, que estão recebendo as cartilhas *O Que É Obesidade?* e *Alimentação Saudável*. A primeira trata dos hábitos alimentares que causam a obesidade e os problemas de saúde que esta condição pode acarretar. A segunda aborda especialmente a necessidade de incluir na alimentação das nossas crianças alimentos saudáveis, que satisfaçam suas necessidades de vitaminas, minerais e fibras, ou seja, o incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras. A cartilha visa estimular ainda o melhor aproveitamento dos alimentos, a fim de evitar o desperdício.

O *Caderno do Professor* traz mais informações relacionadas aos temas tratados nas cartilhas, de modo a juntar-se aos seus conhecimentos e criatividade, sem a pretensão de substituí-los, contribuindo para o seu trabalho em sala de aula.

As informações são acompanhadas de dicas e sugestões de atividades que podem servir como um ponto de partida para você estimular as crianças, ao mesmo tempo que transmite a elas formação e informação. Você e seu trabalho têm uma grande importância para a educação das nossas crianças e também para a educação alimentar, auxiliando na promoção da saúde e da qualidade de vida de muitos brasileiros.

Esperamos que você, seus colegas professores, demais funcionários da escola e alunos aproveitem este material e ajudem a virar uma página triste da história brasileira onde convivem a desnutrição e a obesidade, além do desperdício de alimentos valiosos.

Bom trabalho!

Equipe do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome



1. Excesso de peso é um problema

Obeso precisa de atenção especial

Durante muito tempo, a desnutrição foi um problema de saúde importante para grande parte da população brasileira. Por isso, crianças gordinhas eram tidas como bem alimentadas e com muita saúde.

A desnutrição continua existindo como um problema de saúde pública no Brasil, em regiões menos desenvolvidas social e economicamente. Mas, além da desnutrição, hoje já se sabe que o excesso de peso não significa saúde. O excesso de peso, quando chega a se caracterizar como **obesidade**, deve ser entendido como uma doença que precisa ser tratada, pois é capaz de causar muitas outras doenças sérias na adolescência e na vida adulta, que podem acompanhar a pessoa até o fim da vida.

A obesidade é uma doença de difícil tratamento, pois é decorrente de diversas causas que atuam em conjunto. Essas causas podem estar relacionadas a fatores internos (que fazem parte da pessoa e do modo como funciona seu organismo) e externos (ambientais, influenciados pelo meio em que ela vive).

✓ **Obesidade é uma doença crônica** caracterizada pelo acúmulo de gordura corporal, que causa prejuízos à saúde.



Os fatores internos são genéticos e metabólicos. Fatores genéticos, ou hereditários, são aqueles que a criança herda dos pais. Crianças filhas de pais obesos têm mais chances de se tornarem obesas também. Há estudos que mostram que 80% dos filhos de pais e mães obesas são obesos também. Quando só um dos dois – pai ou mãe – é obeso, essa proporção cai para 40% e, quando nenhum dos dois é obeso, só 7% dos filhos o são.

Sugestão de atividade ► Indicado para Língua Portuguesa

Forme um círculo com as crianças. Explique para elas que vai falar baixinho uma frase ou duas para um deles, que deve repassar ao colega à sua direita. Este deve passar para o seguinte e assim por diante, até chegar no último que fecha o círculo. A frase deve ser dita em voz bem baixa, sussurrada, para que o seguinte não escute. E deve ser passada só uma vez. O aluno que ouviu deve passar para o seguinte da forma que ele entendeu, sem pedir para repetir.

Então, você fala baixinho no ouvido de um dos alunos uma frase relacionada ao problema da obesidade infantil, como:

"Gordura não é sinal de saúde, pode ser um problema. Por isso eu como bem e pratico esportes".

Depois de todos terem ouvido, peça ao último que escutou a frase que conte para todos o que ouviu.

Em seguida, mostre aos alunos qual foi a frase inicial e converse sobre o que ocorreu com a mensagem ao passar de boca em boca. Você pode discutir com eles tanto sobre obesidade quanto sobre os problemas de comunicação, de mensagens que vão sendo deturpadas de pessoa para pessoa e podem causar mal-entendidos.

O metabolismo é o modo como funciona o organismo. Ele não é igual para todos, varia de indivíduo para indivíduo. Há crianças que têm dificuldade em ganhar peso e há aquelas que têm facilidade para engordar. Isso está relacionado a **problemas hormonais**, entre outros.

Os fatores externos fazem parte do ambiente em que a criança vive; incluem fatores psicológicos, hábitos alimentares e de atividade física. Esses fatores podem ser mudados.

Frustrações e ansiedades podem levar a criança a comer o tempo todo. Isso costuma ocorrer, por exemplo, quando uma criança presencia brigas constantes dos pais ou tem outros problemas de família. Comer demais, nesses casos, é um mecanismo de compensação ou de defesa (isto é, ela se sente mal por causa de algum problema e comer é uma forma de ela se sentir bem) e faz parte dos fatores psicológicos da obesidade.

A superalimentação, às vezes estimulada pelos pais, é outro fator de obesidade. Não é só a quantidade que pode causar o excesso de peso, mas também o tipo de comida que é oferecida à criança ou, ainda, hábitos como

✓ **Problemas hormonais são relacionados a hormônios.** Hormônio é uma substância produzida por glândulas e lançada no sangue. Ele tem efeito de regularizar as funções do organismo. Um exemplo é a insulina, produzida pelo pâncreas. Problemas na produção ou absorção de insulina pelo organismo podem provocar diabetes.

o de colocar açúcar nos sucos de frutas e no leite, e comer cereais em excesso.

Ficar horas em frente à televisão, mesmo que a criança não fique comendo enquanto assiste aos seus programas favoritos, é outro fator. Crianças que não fazem atividade física regularmente gastam menos energia do que crianças ativas e por isso tendem a engordar, pois a energia se acumula na forma de gordura.

Desnutrição cai, mas obesidade cresce

A desnutrição foi reduzida em 70% no Brasil, entre os anos de 1975 e 1996, segundo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*, publicado pelo Ministério da Saúde, em 2005. Em 1975, a desnutrição infantil atingia 18,4% das crianças, e esse índice caiu para 5,7% em 1996. Mas o número de crianças e adolescentes de 6 a 18 anos obesos triplicou, passando de 4,1%, em 1975, para 13,7%, em 1997. Em meados da década de 1970, para cada criança obesa havia quatro desnutridas. No final da década de 1980, essa proporção caiu de duas crianças desnutridas para cada obesa. Em pesquisa recente na Região Sudeste com crianças de 10 anos, segundo a mesma publicação, 16,9% dos meninos e 14,3% das meninas que estudam em escolas públicas têm problemas de obesidade. Nas escolas particulares, esses números aumentam para 29,8% dos meninos e 20,3% das meninas.

Sugestão de atividade ► Indicado para Ciências Naturais e Arte

Pesquisa de fotos e ilustrações:

Leve jornais e revistas que tenham ilustrações ou tiras de quadrinhos para a sala de aula. Podem ser as revistas *O Que É Obesidade?* e *Alimentação Saudável*. Peça que cada aluno localize um personagem obeso nas tiras ou ilustrações e copie o desenho dele ou faça um desenho inspirado nele.

Converse com os alunos, em seguida, sobre as situações em que os obesos aparecem nas ilustrações e como eles são tratados. É preciso conscientizá-los de que é importante não tratar os amigos obesos com gozações ou desdém. Com atitudes práticas, procure influir no comportamento das crianças, de forma que respeitem toda e qualquer pessoa.

Maus hábitos são vilões do peso



O excesso de peso, quando não provocado por problemas genéticos, pode ter como causa hábitos alimentares adquiridos muito cedo, na fase de aleitamento. Muitas mães trocam o leite materno (ou o complementam sem necessidade) por outros alimentos antes dos 6 meses de idade e não tomam atitudes necessárias quando a criança começa a ficar gordinha demais.

Substituir precocemente o leite materno por mamadeiras à base de leite de vaca acrescidas de farinhas e açúcar ou até mesmo outros alimentos pode provocar aumento de peso excessivo no bebê. Além disso, a criança pode desenvolver vários problemas como a anemia ferropriva, anemia causada por deficiência de ferro no organismo. Por outro lado, é importante lembrar que a criança nessa idade não deve fazer dieta de emagrecimento, principalmente se estiver em aleitamento materno exclusivo. O ideal é que os pais sejam orientados por nutricionista ou pediatra sobre a introdução correta de novos alimentos.

Para promover bons hábitos alimentares e peso adequado desde o nascimento, é preciso

estimular o aleitamento materno exclusivo – ou seja: oferecer à criança só leite materno, nada mais – até os 6 meses de idade. Depois disso, começar a dar a ela outros alimentos, aos poucos, de forma gradual, mas até o primeiro ano de idade não se deve estimular o consumo de leite de vaca. Deve ser estimulado o consumo de cereais, leguminosas, carnes, frutas, legumes e verduras. É bom evitar, sempre, açúcar e doces em geral, frituras, salgadinhos e enlatados. Estes alimentos são ricos em gorduras, açúcares e sódio, o que poderá prejudicar a saúde da criança e reduzir a sensibilidade ao paladar, mascarando o sabor natural dos alimentos.

Algumas mães acham que colocando bastante açúcar, por exemplo, estão oferecendo alimentos mais gostosos para os filhos, mas na realidade estão criando um hábito difícil de ser contornado na fase adulta. A criança reconhece vários sabores, na fase de amamentação, mas seu paladar está ainda em fase de desenvolvimento, então é possível fazer com que ela se acostume e aprenda a

ESSES ALIMENTOS TÊM MUITO SAL, GORDURA E AÇÚCAR E PODEM FAZER MAL À SAÚDE SE FOREM CONSUMIDOS EM GRANDE QUANTIDADE!



comer alimentos com seu sabor natural, sem adoçar ou salgar.

Depois disso, na fase pré-escolar, muitas crianças se alimentam em excesso, criam hábitos de comer a toda hora, principalmente alimentos ricos em calorias e geralmente ficam muito tempo assistindo à televisão e praticam poucas atividades físicas.

Dos 5 aos 12 anos, principalmente a partir dos 7 anos, as crianças têm mais apetite e são muito influenciadas pela publicidade, podem começar a ter interesse especial por molhos gordurosos, maionese, *ketchup*, frituras e outros alimentos muito calóricos. Há dificuldade para controlar essa vontade de comer e muitas acabam com sobrepeso ou obesidade.

Se continuar engordando, a criança chegará à adolescência obesa, sentindo-se incomodada com a aparência, e com uma auto-estima muito baixa. Para complicar essa situação,

normalmente o obeso tem uma menor habilidade e resistência na prática de esportes – o que além de ser prejudicial à saúde dificulta a socialização das pessoas. As brincadeiras dos colegas, as gozações, comuns desde a infância, e os apelidos que surgem pioram ainda mais.

Para avaliar se a criança de 0 a 10 anos está com o peso adequado, são utilizados índices comparando o peso com a idade, a altura com a idade e o peso com a altura da criança. O acompanhamento do seu crescimento e desenvolvimento é muito importante, inclusive para o diagnóstico da obesidade, e deve ser feito por profissional capacitado da equipe de saúde. Para crianças e adolescentes acima de 10 anos, o índice utilizado chama-se Índice de Massa Corporal (IMC), que relaciona a altura e o peso da pessoa. Essa avaliação também deve ser feita por profissional da área de saúde.

Sugestão de atividade ▶ Indicado para Ciências Naturais e Língua Portuguesa

Na história em quadrinhos da revista *O Que É Obesidade?*, Pedrinho aparece obeso e se alimentando mal. Aproveite para conversar com os alunos sobre os hábitos alimentares adquiridos desde bebê.

Peça aos alunos que conversem com suas mães sobre como foi a alimentação deles desde que nasceram. Algumas perguntas que podem ser feitas às crianças:

- Algumas crianças não foram amamentadas pela mãe, foram alimentadas desde que nasceram com leite de vaca, leite em pó, leite de cabra... Com você aconteceu isso?
- Se foi amamentado pela mãe, como ela foi substituindo o leite materno por outros alimentos? Foi por outros leites ou direto para papinhas ou outros alimentos?
- Com que idade começou a comer comida da família (alimentos sólidos)?
- Como seus pais escolhem os alimentos que dão a você? Escolhem o que você gosta ou o que a renda familiar permite? Ou o que eles acham que é melhor para a saúde?

No dia seguinte, divida a turma em pares e peça que cada um dos meninos entreviste seu colega, para saber como foi a alimentação dele desde que nasceu, como se fosse um repórter de revista, e apresente a "matéria" em seguida, contando o hábito alimentar do entrevistado. Dê 20 a 30 minutos para um entrevistar o outro, anotando as respostas do colega, depois a situação se inverte, entrevistador e entrevistado trocando de papéis. Após essa fase o professor deve abrir o grupo e iniciar uma discussão abordando a questão de alimentação saudável desde a infância como um direito de todas as pessoas.



Obesidade pode causar doenças



Há uma série de doenças crônicas relacionadas à obesidade.

Doenças crônicas são aquelas que não aparecem de repente e, se não são tratadas, vão evoluindo e geralmente acompanham a pessoa até a morte. Elas não são transmissíveis, quer dizer, não são contagiosas. São responsáveis por grande parte das mortes que acontecem em todo o mundo. Entre elas incluem-se doenças cardiovasculares (do coração e vasos sanguíneos), diabetes, câncer e doenças respiratórias.

A obesidade é uma doença crônica, e também fator de risco para a pessoa adquirir outras doenças. Além dela, outros fatores de risco são o alto nível de colesterol no sangue, hipertensão (pressão alta), fumo e álcool.

A obesidade tem relação com os altos índices de colesterol e a hipertensão, que podem acabar provocando, entre outros problemas, o infarto. Em decorrência de uma má alimentação, pode estar relacionada também ao diabetes.

A maior parte das doenças citadas a seguir se manifesta nos adultos, mas pode ser decorrência de maus hábitos alimentares da infância. Hoje em dia, já existem crianças que apresentam essas doenças.

Hipertensão (pressão alta)

A pressão arterial é uma medida da força exercida pelo sangue em circulação contra a parede das principais artérias. A pressão mais alta (sistólica) é criada quando o coração se contrai e a mais baixa (diastólica) é criada quando o coração se enche de sangue.

As medidas ideais da pressão arterial são abaixo de 120 mmHg para a sistólica e abaixo de 80 mmHg para a diastólica. Altos níveis de pressão arterial danificam as artérias que fornecem sangue ao coração, cérebro, rins e outros órgãos, podendo causar males como o acidente vascular cerebral (derrame), doenças cardíacas e insuficiência renal. Anualmente, em todo o mundo, milhões de pessoas morrem por hipertensão (sem contar os infartos, relacionados a ela).

MUDEI MEUS HÁBITOS! ANTES EU VIVIA SEM TEMPO PRA NADA! SO COMIA SALGADINHO, HAMBÚRGUER, CACHORRO-QUENTE, REFRIGERANTE...



Nós costumamos chamar de "veias" todos os vasos sanguíneos, isto é, aqueles pelos quais o sangue circula. Mas os vasos sanguíneos que levam o sangue oxigenado do coração para o resto do corpo, com exceção dos pulmões, são artérias. Veias são os vasos pelos quais o sangue retorna ao coração.

Causas da doença

Os principais causadores da hipertensão são a ingestão excessiva de sal, alimentos industrializados e embutidos, o consumo excessivo de bebidas alcoólicas, pouca ou nenhuma atividade física, obesidade, além de fatores emocionais como tensão e ansiedade e também fatores hereditários.

Colesterol alto

O colesterol é um tipo de gordura que existe em todo o corpo e é indispensável ao crescimento das células que precisam ser regeneradas, substituídas ou desenvolvidas.

A maior parte do colesterol é metabolizada no fígado, a partir de diversos alimentos. O nível elevado de colesterol nas células prejudica a saúde. Há dois tipos de colesterol no sangue, o LDL (mau colesterol) e o HDL (bom colesterol).

O colesterol não se dissolve na água do sangue, por isso ele é carregado sob a forma de lipoproteínas (lípidios associados a proteínas). Ele é transportado sob duas formas diferentes: o LDL (do inglês *low density lipoprotein* - proteínas de baixa densidade) e HDL (*high density lipoprotein* - proteínas de alta densidade). A maior parte do colesterol é transportada sob a forma de LDL. Parte desse LDL é metabolizada no fígado e parte serve para fabricar membranas celulares. Mas, quando há LDL em excesso, ele se deposita nas paredes das artérias, causando arteriosclerose, por isso é que ele é chamado de mau colesterol ou colesterol ruim. Já o HDL retira o colesterol



das artérias e o leva para o fígado, onde é transformado em bile. Especialistas acreditam que taxas maiores de HDL afastam os riscos de problemas cardíacos e por isso ele é chamado de bom colesterol.

Causas da doença

A doença pode ser hereditária, mas a elevação do LDL, o mau colesterol, é causada principalmente pelo alto consumo de gorduras saturadas, de origem animal, contidas nas carnes vermelhas, no leite e seus derivados, na gema de ovo e no camarão, por exemplo. Já a ingestão de alguns tipos de peixes e alguns óleos vegetais ajuda a aumentar o bom colesterol, o HDL.



Diabetes

O diabetes é uma doença crônica causada por dois motivos: o pâncreas não produz insulina ou a insulina é incapaz de exercer adequadamente as suas funções. A insulina é um hormônio responsável pelo aproveitamento da glicose (açúcar) contida no sangue. A glicose é a matéria-prima pela qual a energia é gerada nas células. A ausência da insulina ou sua atuação deficiente resulta no excesso de açúcar no sangue, o que provoca prejuízos para os sistemas vascular e nervoso. O diabetes pode causar deficiência visual grave, cegueira, mau funcionamento dos rins

e neuropatia. A neuropatia é uma doença que provoca ulcerações – isto é, formação de lesões – nas extremidades inferiores do corpo, que podem levar até a amputação. Há dois tipos principais de diabetes:

- diabetes tipo 1 – o pâncreas não produz insulina. Esse tipo de diabetes ocorre com mais frequência em crianças e adolescentes.

- diabetes tipo 2 – o pâncreas produz insulina, mas o corpo, por diversos motivos, não responde adequadamente à ação da insulina. Esse tipo de diabetes ocorria, na maioria dos casos, em adultos. Porém, atualmente, se observa um crescimento preocupante da ocorrência de diabetes tipo 2 em crianças.

Causas da doença

O diabetes tipo 1 é congênito, isto é, de nascença. O diabetes tipo 2 pode ser de nascença ou pode ser adquirido principalmente pelo consumo excessivo de alimentos e bebidas que contenham açúcar. A doença pode ser agravada pela obesidade.



Câncer

O câncer acontece quando há um crescimento desordenado de células, que invadem tecidos e órgãos, formando tumores. Esses tumores podem crescer rapidamente

e de modo incontrolável, afetando as funções e mesmo destruindo os órgãos onde estiverem localizados. O câncer pode surgir em qualquer parte do corpo, como nas mamas, no estômago, no intestino, no cérebro, na pele, no sangue (leucemia), no pulmão e em outros órgãos.

Causas da doença

Os principais agentes causadores do câncer atuam por meio do que a pessoa inala (respira), come ou bebe. O fumo é uma das principais causas do câncer de pulmão. Quem trabalha em ambientes em que se está exposto a fumaças tóxicas, como em certas indústrias, na queima de carvão, e no manuseio de agrotóxicos também corre o risco de desenvolver a doença. O excesso de consumo de carne vermelha, de conservas e de enlatados pode causar câncer de estômago e de intestino. Já o alto consumo de bebidas alcoólicas pode causar câncer de esôfago e de fígado.

Os hábitos alimentares são responsáveis por cerca de 30% dos casos de câncer nos países ocidentais e por até 20% nos países em desenvolvimento, segundo estudo da Organização Mundial da Saúde publicado em 2003. Então, a alimentação é um fator muito importante na prevenção da doença. A tabela a seguir mostra a relação entre alguns fatores de risco e o tipo de câncer que podem causar:

Principais Fatores de Risco	Tipos de Câncer
- excesso de peso e obesidade	- esôfago, intestino, rins
- consumo excessivo de álcool	- esôfago e fígado
- alimentos conservados em sal	- estômago
- alimentos enlatados	- esôfago e intestino
- bebidas e alimentos muito quentes	- esôfago e faringe

Problemas ortopédicos

O excesso de peso é também prejudicial à estrutura óssea das pessoas (ossos, articulações, ligamentos, tendões e músculos). Esses problemas afetam crianças, jovens e adultos. Eles não são doenças, mas limitam a vida ativa das pessoas porque causam dores e desconforto. Os problemas ortopédicos mais comuns causados pelo excesso de peso são:

- **na coluna** – lordose e cifose. A lordose é a curvatura muito forte da coluna lombar, por causa da musculatura muito frouxa no abdome. Com lordose, a pessoa fica com o bumbum arrebitado demais, exageradamente. Ela pode causar muita dor na coluna. A cifose é o envergamento da coluna cervical (corcunda), agravado, nas mulheres, pelo excesso de peso dos seios.

- **na estrutura óssea dos pés** – o excesso de peso causa achatamento da curva normal do pé (o pé chato), o que provoca dores, cansaço nas pernas e problemas de circulação.

Esses problemas quando ocorrem na infância são alarmantes, pois a criança está em fase de crescimento, e pode ter comprometido o desenvolvimento normal de sua estrutura óssea.



Sugestão de atividade

► Indicado para Ciências Naturais e Língua Portuguesa

1. Divida a turma e atribua para cada grupo de alunos uma doença relacionada à obesidade (hipertensão, colesterol alto e diabetes). Explique aos alunos que eles deverão fazer uma pesquisa sobre a doença e ao final elaborar uma apresentação para os colegas da sala. Para enriquecer a discussão em sala de aula é importante que os alunos procurem:

- Identificar quem na família possui a doença;
- Quais são as dificuldades que essa pessoa encontra para fazer o tratamento, o que mudou na vida dela depois que o médico fez o diagnóstico;
- Entrevistar um profissional do posto de saúde sobre a doença para saber das causas, tratamento e como prevenir.

Após a pesquisa, solicite que cada grupo apresente o seu tema e inicie uma discussão abordando a importância de uma alimentação saudável na prevenção desses problemas.

2. Professor, você também pode convidar um profissional do posto de saúde para ser entrevistado pelos alunos. Para tanto, peça previamente aos alunos para elaborarem um questionário sobre as doenças relacionadas à obesidade. Após a entrevista

discuta com os alunos as informações dadas pelo profissional de saúde, tire dúvidas, complemente as informações, ouça a opinião dos alunos e proponha que eles façam uma redação sobre uma das doenças.



4. O que fazer para ficar com peso ideal?

Sanfona, só na música



É comum, quando a pessoa se sente obesa, querer perder peso rapidamente. Para isso, ela recorre a regimes rápidos de emagrecimento. Muitas vezes, o que se consegue com isso é o chamado efeito sanfona: um emagrecimento rápido e, depois de um descuido, o aumento de peso novamente. E aí, recorre-se de novo a um regime radical – há novo emagrecimento – e em seguida um novo deslize. Esse vaivém, parecido com uma sanfona, não é saudável. O melhor é emagrecer gradativamente com uma dieta adequada e praticando atividade física.

Dietas da moda, um perigo!

Nem todas as dietas fazem bem para a saúde. Preocupadas com os padrões de beleza impostos pela nossa sociedade, e influenciadas pela propaganda, muitas pessoas recorrem a dietas que prometem emagrecimento rápido e consistem em retirar da alimentação ou restringir um ou vários nutrientes. Ou seja, elas são desequilibradas em termos de

nutrição. Essas dietas da moda podem causar muitos danos à saúde, entre eles diminuição do rendimento físico, problemas cardíacos e transtornos alimentares (anorexia nervosa e bulimia).

A anorexia nervosa acontece mais frequentemente com meninas adolescentes que adotam regimes radicais e se recusam a comer. O distúrbio pode evoluir até a inanição, quer dizer, enfraquecimento extremo. A pessoa com anorexia passa a ter dificuldade para voltar a comer, o que exige tratamento multidisciplinar, incluindo médicos, nutricionistas, psicólogos e/ou psiquiatras.

A bulimia é uma doença em que a pessoa come exageradamente e depois força o vômito ou toma laxantes para ter a sensação de emagrecimento. A pessoa com bulimia geralmente tem peso próximo do normal mas, além de complicações psicológicas, pode ter problemas com os dentes, garganta e esôfago e até sangramento na parte final do intestino. A doença pode evoluir para anorexia. A bulimia também exige tratamento multidisciplinar.

O melhor caminho para perder o peso continua sendo a reeducação alimentar, chegar a uma dieta equilibrada, feita e orientada por um profissional capacitado, e acompanhada da prática regular de atividade física. É preciso ter consciência que não existem poções mágicas para emagrecer.

Não forçar nos exercícios

A criança obesa, além de ter uma sobrecarga na estrutura óssea e nas articulações, tem limitações na capacidade respiratória e cardiovascular, então não se deve exigir dela um desempenho igual ao de crianças com peso normal. Não é recomendado que participe de corridas. Agachamento, pular corda e saltos podem provocar lesões nos tendões e nas articulações. O que se recomenda para ela é natação, caminhada, bicicleta e outros exercícios de baixo impacto nas articulações. Com o tempo, ela vai ganhando mais mobilidade e poderá escolher outras atividades que lhe agradem mais.



Com consciência, fica mais fácil

Para não ser um adulto com problema de obesidade, o melhor é receber desde cedo uma boa educação alimentar. Com uma alimentação adequada e atividade física, pode-se ter um peso saudável. Mas como tratar disso com criança habituada a comer muito e depressa, sem hora para se alimentar?

Em primeiro lugar, não se deve tratar do assunto com imposições e castigos.

O comportamento e o apoio da família são fundamentais para que a criança mude seus hábitos alimentares e supere o problema da obesidade. Mas muitos pais não têm informação ou consciência do que podem e devem fazer. O professor pode ajudar bastante. Primeiro, orientando as crianças nas salas de aula e mesmo fora delas. E também falando com os pais, seja nas reuniões de pais e mestres, seja em conversas informais, sempre com muito cuidado para não parecer que está querendo ser mais responsável pela saúde da criança do que os seus próprios pais, ou que eles não agem corretamente em relação aos filhos. É preciso ter cautela para não ser mal interpretado.

Você pode ter consciência do problema e jeito para lidar com ele, mas para isso precisa ter informações sobre o assunto. Então vamos tratar dele aqui, para você usar na hora certa e da maneira correta.

Há pais que acreditam que na fase de crescimento da criança e do adolescente o problema da obesidade se resolve sozinho, mas não é bem assim, o crescimento apenas ajuda. O excesso de peso deve ser tratado mesmo quando aparentemente não "incomoda", por se tratar de um problema de saúde grave que pode ainda acarretar diversos outros.

O processo de perda de peso é demorado e requer esforços tanto da criança quanto da família. É preciso ter acompanhamento da equipe de saúde, para evitar prejuízos à saúde e ao próprio crescimento.

Mudar hábitos alimentares e estilo de vida é a maneira mais eficaz de combater a obesidade e a família tem muito a ver com isso, sem, claro, esquecer que não se pode dispensar o acompanhamento de profissionais de saúde. É preciso lembrar que crianças e adolescentes não têm a mesma maturidade dos adultos, por isso os pais devem ter paciência com eles. Então, lembre-se de alertar os pais para que eles evitem fazer repreensões em público ou na hora das refeições. Os adolescentes ou crianças obesos precisam do apoio emocional deles nesse tratamento.

Uma observação importante é que se deve garantir o crescimento normal da criança ou do adolescente obeso. Dietas radicais, com redução exagerada de calorias, podem prejudicar a absorção de proteínas, vitaminas e minerais, além de reduzir a massa muscular.

O risco de dietas para crianças

Há profissionais da área de saúde que consideram que o tratamento de obesidade em crianças deve incluir a restrição qualitativa de alimentos – quer dizer, a redução ou proibição de certos tipos de alimentos – para a perda rápida de peso, como nos tratamentos de adultos. Mas as conseqüências a longo prazo, nesses casos, podem ser muito ruins, prejudicando o crescimento da criança e seu equilíbrio emocional. Além disso, depois de terminar o tratamento, ela pode “ganhar” peso rapidamente de novo.

O ideal é que a criança aprenda a escolher alimentos saudáveis e comer uma quantidade adequada ao seu corpo. Se ela mantiver o peso enquanto cresce, o seu peso será redistribuído e, ficando mais alta, a relação entre seu peso e sua altura vai se normalizar.

Sugestão de atividade

Indicada para Arte

Com base nas páginas 10 a 13 da cartilha *O Que é Obesidade?*, divida as crianças em grupos de 3 e dê alguns minutos para elas bolarem um esquete (uma peça de teatro bem curtinha, com humor) em que uma delas será uma criança gordinha, outra será o pai e outra a mãe. O menino será comilão, a mãe tenta dar conselhos, o pai dá bronca nos dois – nele, porque é comilão e na mãe, porque ela acaba fazendo o que o menino quer. E ele fica comendo, comendo (simulando numa mesa). As outras crianças assistem. O esquete deverá durar uns dois minutos. Depois outro grupo entra no seu lugar e assim por diante.

É importante que, caso haja uma criança obesa na classe, ela não faça o papel de gordinho no esquete. Ou seja: ela não deve representar o próprio papel, pois pode ficar constrangida. Ela deverá fazer o papel

do pai ou da mãe. Isso vai enriquecer a discussão, pois a criança obesa poderá inconscientemente incluir aspectos do modo como é tratada na vida real e gostaria de mudar.

No final da apresentação de todos os esquetes, fazer uma discussão com a classe, de maneira informal e positiva, abordando de início a maneira de representar, os “dotes artísticos” das crianças – como forma de aquecimento da conversa – e em seguida aspectos relacionados aos problemas da criança obesa e à maneira como ela é tratada. Como sempre, deve-se reforçar a idéia de que a criança obesa não deve ser tratada com desdém ou gozações, mas como uma pessoa que tem um problema e deve ser respeitada.

Para falar com os pais

Em reuniões com pais de alunos, passe as recomendações deste texto a eles. Mesmo quando as crianças não são obesas, podem ter problemas na forma como lidam com a alimentação. Peça aos pais que verifiquem se os filhos têm esses comportamentos:

- “devorar” a comida e pouco depois já estar com fome de novo
- comer escondido

- pedir lanches fora de hora
- comer tudo o que está no prato rapidamente e pedir mais
- tomar dois ou três copos de suco durante as refeições

Se a criança tiver esses comportamentos, precisa mudar seus hábitos alimentares e para isso é indispensável o envolvimento de toda a família.

Sugestão de atividade

Indicada para Ciências Naturais e Educação Física

Professor, você pode criar uma Campanha de Alimentação Saudável na escola, envolvendo alunos e familiares. Divida os textos abaixo por grupos de alunos, que podem ou não ser da mesma classe, peça para que eles elaborem um material informativo e criativo sobre o tema, por exemplo, cartazes com pinturas, colagem e folhetos. Depois espalhe o que os alunos fizeram pela escola e convide os familiares para conhecerem o trabalho.

- Nenhum alimento deve ser proibido. Quase todo mundo gosta de chocolate, salgadinhos e sanduíches, por exemplo, e proibir só aumenta a vontade de comer essas coisas. O que se deve fazer é limitar a porção a ser servida desses alimentos e a frequência com que são consumidos.

- A primeira refeição da manhã é importante, pois a criança está há cerca de oito horas em jejum e precisa se alimentar para manter a taxa de glicose no sangue. Professores de áreas carentes costumam relatar que muitas crianças só conseguem prestar atenção à aula depois do intervalo, quando recebem alimentação.

- Comer devagar é importante. Os alimentos devem ser bem mastigados. Comendo depressa, as crianças não mastigam direito, prejudicam o processo de digestão e não têm a sensação de saciedade, de estômago cheio, por isso acabam comendo mais.

- Sanduíche não deve ser proibido, o cuidado deve ser com o recheio e com o tipo de pão. Prefira pães integrais, e procure variar sempre, alternando entre pão de sal, pão de forma integral e outros. Em vez de alimentos gordurosos (queijos, manteiga, margarina, requeijão, bacon etc.), coloque queijo branco. Evitar embutidos, substituindo-os por carne cozida desfiada, frango ou peixe. No caso de usar embutidos esporadicamente, preferir os de aves.

- Diminuir a quantidade de alimentos gordurosos, por exemplo, retirando a pele do frango, preferindo carnes magras e utilizando pouco óleo ou banha na hora de preparar as refeições.

- Alimentos *light* (com menos gordura, açúcar ou sal) e *diet* (dietéticos, para quem não pode consumir açúcar, sal e gordura) não apresentam necessariamente redução de número de calorias. Os alimentos *light* têm, no mínimo, 25% menos gordura, açúcar, sal ou outro componente do que os outros alimentos. Alimentos *diet* são totalmente isentos de algum desses componentes (gordura, sal, açúcar ou outros). Tanto os alimentos *light* quanto os *diet* não devem ter consumo liberado.

- Adoçantes não devem ser usados por crianças. Os adoçantes mais comuns contêm ciclamato, sacarina ou aspartame, e não se sabe bem, ainda, os seus efeitos a longo prazo. Aí vale a idéia de estimular a criança a conhecer o sabor dos alimentos e de líquidos, como as frutas, os chás e os sucos. Não é preciso adoçar nada disso, nem com açúcar nem com adoçantes.

- Embutidos (salsichas, linguiças, mortadelas, presuntos e salaminhos) são ricos em gorduras e em sódio (substância presente no sal), que eleva a pressão do sangue, além de outras substâncias prejudiciais à saúde se consumidas com regularidade. Evite o seu consumo diário.

- Para se ter uma boa saúde, além da alimentação adequada, é preciso praticar atividades físicas regularmente.

Encerre a Campanha de Alimentação Saudável promovendo jogos esportivos na escola para incentivar a atividade física entre os alunos, os pais, os professores e os funcionários.



Deficiências de vitaminas e minerais



No começo, a pessoa não percebe que há algo errado com ela, pois não sente nenhum sintoma aparente. Só com o agravamento do problema é que ela começa a ter sinais e sintomas que variam conforme o micronutriente que lhe falta no organismo. É isso que acontece em relação à fome oculta, ou seja, a deficiência orgânica de micronutrientes, causada por uma alimentação desequilibrada. As reservas de nutrientes do organismo vão diminuindo até a situação se tornar problemática, acarretando doenças como osteoporose, anemia, problemas de visão, cegueira, bócio e outros.

A fome oculta pode atingir ricos e pobres, gente de qualquer classe social, pessoas com o peso adequado ou obesas. É um problema de má nutrição. O fato de uma pessoa ser obesa não significa que seja bem nutrida. Uma pessoa obesa pode ter uma alimentação pobre em vitaminas, minerais e fibras. Com falta de nutrientes, o organismo não trabalha como deveria. Por isso pode haver pessoas obesas, mas vitimadas pela fome oculta.

Algumas pessoas comem muitos alimentos que têm proteínas (como as carnes e

alguns grãos), carboidratos (arroz e massas, por exemplo) e gorduras, mas deixam de comer alimentos que têm outros nutrientes importantes, também necessários ao organismo, embora em menor quantidade.

As proteínas, as gorduras e os carboidratos – chamados de macronutrientes – são necessários em grande quantidade no organismo. Mas eles não bastam para que a pessoa tenha saúde. É preciso também ingerir alimentos que contêm micronutrientes, que são vitaminas e minerais presentes em frutas, legumes e verduras e em diversos outros alimentos, como o leite e seus derivados e a carne. Quem não consome frutas, legumes e verduras vai ficando com carência de micronutrientes, o que parece não causar danos à saúde, mas baixa a resistência do organismo, atrapalhando o seu metabolismo, pois ele funciona como um laboratório em que esses micronutrientes são importantes para que haja certas reações químicas que produzem o bom funcionamento de todo o corpo. Os micronutrientes são “protetores” do organismo.



TEM GENTE QUE FAZ DIETAS COM POLICAS VARIADAS, PICA FRACO E ATE ANÊMICO. MAS NÃO EMAGRECE!

TEMOS QUE COMER ALIMENTOS BEM VARIADOS, COM BASTANTE VITAMINAS E MINERAIS!

Uma pessoa com carência de vitaminas e minerais vai ficando mal-humorada, irritada, desanimada, estressada, e “pega” gripes e resfriados com facilidade. A carência ainda aumenta o risco de danos aos vasos sanguíneos e reduz a defesa do organismo contra causadores de doenças, além de dificultar o próprio combate a doenças como câncer, arteriosclerose e as doenças crônicas que já citamos.

A melhor forma de prevenir esse inimigo, a fome oculta, é ter uma alimentação equilibrada, não deixando de consumir proteínas, carboidratos e gorduras em quantidade adequada, mas incluindo frutas, legumes e verduras. E, sempre que possível, substituir o arroz comum e a farinha de trigo por arroz e farinha integrais.

Obeso anêmico, pode?

Muita gente associa anemia à magreza, à falta de comida. A anemia está realmente associada a problemas de alimentação, mas mesmo que uma pessoa coma bastante pode ficar anêmica, se sua alimentação for desequilibrada.

A anemia é um estado em que há uma baixa concentração de hemoglobina no sangue, por falta de um ou mais nutrientes essenciais, como ferro, ácido fólico e vitamina B12. Hemoglobina é o pigmento dos glóbulos vermelhos. O tipo mais comum de anemia é a ferropriva, causada por deficiência de ferro no organismo. Cerca de 90% de todos os tipos de anemia no mundo se devem à carência de ferro.

As consequências da anemia são muitas, se ela não for tratada. Entre outras coisas, ela pode comprometer o desenvolvimento e a coordenação motora, prejudicar o desenvolvimento da linguagem, provocar dificuldades de aprendizagem, desatenção e fadiga.

A prevenção da anemia ferropriva na criança começa com o incentivo ao aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade.



TEMOS QUE COMER, TODOS OS DIAS, 3 PORÇÕES DE FRUTAS E 3 DE LEGUMES E VERDURAS!

Não se deve usar na alimentação da criança, nesse período, nem mesmo água, suco ou chá, somente o leite materno.

O chá contém substâncias chamadas antinutricionais que competem com o ferro pela absorção no intestino da criança. Isso quer dizer que o intestino da criança pode absorver essas substâncias em vez de absorver o ferro que o seu organismo precisa. Outro fator a favor da amamentação é que o ferro presente no leite materno apresenta maior



biodisponibilidade – isto é, tem maior poder de absorção – que o ferro presente em outros tipos de leite.

Então, desmamar um bebê antes da hora é um fator de risco para o aparecimento da anemia ferropriva. Vale lembrar: o leite materno deve ser o único alimento do bebê até os 6 meses de idade.

Depois disso, todo mundo precisa se alimentar de produtos animais e vegetais que contenham ferro.

Há alimentos de origem animal e vegetal que fornecem ferro ao organismo humano. O ferro de origem animal é melhor aproveitado pelo organismo. As melhores fontes de ferro são as carnes vermelhas – principalmente o fígado de qualquer animal, além de miúdos (rim e coração, por exemplo) –, carnes de aves e de peixes e mariscos crus. Muita gente acredita que leite e ovo também são ricos em ferro, o que não é verdade. Mas já existem no mercado leites enriquecidos com ferro.

Entre os alimentos de origem vegetal, destacam-se como fonte de ferro os folhosos verde-escuros (como o agrião, a couve, o cheiro-verde e a taioba – uma exceção aqui é o espinafre, que não é rico em ferro), as leguminosas (feijões, fava, grão-de-

A carência de vitamina A provoca várias doenças oculares, inclusive a cegueira. Leite materno, alimentos de origem animal (leite integral e fígado, por exemplo), frutas e legumes de cor amarelo-laranja (manga, mamão, cenoura e abóbora, entre outros), verduras verde-escuras (couve, caruru, bertha), óleos e frutas oleaginosas (buri, pupunha, dendê e pequi) são exemplos de alimentos que possuem substâncias que são transformadas em vitamina A no organismo humano.

bico, ervilha e lentilha), os grãos integrais ou enriquecidos (arroz, trigo etc.), as nozes e castanhas, o melado de cana-de-açúcar, a rapadura e o açúcar mascavo. Existem também no mercado alimentos fortificados com ferro. Entre esses, há farinhas de trigo e milho e cereais matinais.

O ferro proveniente de vegetais como o brócolis, a couve e a rúcula é melhor absorvido pelo organismo se na mesma refeição forem ingeridos alimentos ricos em vitamina C (como as frutas cítricas – laranja, limão etc.). Mas existem também alimentos com efeito contrário a esse: alguns fatores presentes no café, no chá, no mate, em cereais integrais e no leite e derivados que prejudicam a absorção do ferro.

Sugestão de atividade ▶ Indicado para Língua Portuguesa

Baseado nas informações das páginas 14 e 15 da cartilha *O Que é Obesidade?*, dite para os alunos as frases relacionadas abaixo e peça para eles assinalarem com C as frases certas e com E as frases que estiverem erradas:

- Verdura émato. Eu não como.
- Eu gosto de carne, verduras, arroz e feijão. Como de tudo.
- O Zezinho é gordinho, nunca vai ter anemia.
- Lá em casa a gente come carne e também feijão, couve e muitas frutas, legumes e verduras. E tomo sempre suco de laranja. Estou protegido contra a anemia ferropriva.

Resposta: As frases certas são b e d. As frases erradas são a e c.



1. Quanto mais cores, melhor

Mais cor nas nossas vidas



e verduras, que correspondem a três porções de frutas e três de legumes e verduras, consumidos diariamente.

O que acontece é que o brasileiro come diariamente, em média, apenas 132 gramas de frutas, legumes e verduras, com um total de 60 calorias.

A média não significa que todos se alimentam da mesma forma. É claro que existem pessoas que comem mais de 400 gramas diárias de frutas, legumes e verduras, mas ao mesmo tempo muitas comem quase nada. E são essas que ficam mais sujeitas a doenças.

Uma alimentação saudável tem que ter variedade, moderação e equilíbrio. Ou seja, as pessoas precisam comer diferentes tipos de alimentos, pertencentes aos diversos grupos (cereais, raízes, carnes, frutas, legumes e verduras); não devem exagerar na quantidade e balancear um pouco a quantidade de cada um.

Segundo diversos estudos reconhecidos pela Organização Mundial de Saúde, o consumo diário de 400 gramas de frutas, legumes e verduras pode ter vários efeitos positivos. Veja alguns deles:

- reduz o risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como alguns tipos de câncer, doenças do coração e derrames.



A obesidade – que vem crescendo muito entre os brasileiros nos últimos anos, e tem como consequência problemas de saúde – está muito ligada à alimentação que pode ser considerada inadequada.

Uma alimentação saudável não dispensa as proteínas, as gorduras e os carboidratos que contém as carnes, feijão, arroz, farinha, leite e seus derivados e pães. Mas exige também as fibras, vitaminas e os minerais presentes nas frutas, legumes e verduras.

O que é preciso mudar

A Organização Mundial de Saúde (OMS) considera necessário que, em uma dieta de 2 mil calorias por dia, 183 dessas calorias (9% do total) seja de frutas, legumes e verduras. Para atingir essas 183 calorias, é preciso ingerir 400 gramas ou mais de frutas, legumes

- previne a anemia e hipovitaminose A (deficiência de vitamina A, que causa doenças na vista e até cegueira).
- garante a ingestão de boa parte das vitaminas e minerais necessários ao organismo, aumentando a resistência contra infecções.
- protege contra doenças pulmonares como asma e bronquite.



- ajuda na proteção contra o excesso de gordura no sangue.
- as fibras contidas nas frutas, nos legumes e nas verduras facilitam a digestão e ajudam no bom funcionamento do intestino, além de ajudar a prevenir e controlar o diabetes e o colesterol alto.

Comida colorida

Uma comida colorida não é apenas mais bonita, mais atraente para os olhos. As cores variadas significam também presenças de nutrientes variados. As frutas, legumes e verduras de cores amarela e avermelhada, por exemplo, geralmente têm muitos carotenóides, que se transformam em vitamina A no organismo. É o caso da cenoura, do pequi, da pupunha, do mamão e da abóbora. Esses alimentos, além de prevenirem contra catarata e outras doenças dos olhos, ajudam a prevenir contra infecções em geral.

As verduras como agrião, couve e espinafre têm ácido ascórbico (vitamina C), assim como frutas como a laranja, caju, goiaba, acerola, maracujá, abacaxi e caqui. Esses alimentos aumentam a absorção do ferro pelo organismo, ajudando a prevenir contra a anemia ferropriva.

Carnes, cereais integrais, fígado, ovos e tomate têm vitaminas do complexo B, que, entre outras coisas, auxilia no metabolismo energético e no fortalecimento da musculatura.

O iodo encontrado em peixes de água salgada, frutos do mar e sardinha ajuda no funcionamento da glândula tireóide e ativa o funcionamento do cérebro. O sal é outra fonte de iodo. A iodação do sal é obrigatória, por lei, no Brasil.

Todas as frutas, legumes e verduras são ricas em potássio, que ajuda a controlar os níveis de sódio (o sal de cozinha é formado pelo cloreto de sódio) no organismo. Quanto mais sódio a pessoa ingere, mais precisa de potássio para equilibrar a pressão sanguínea, por exemplo.

Pois é, são tantas as qualidades das frutas, legumes e verduras que podemos pensar: que seria bom, então, comer apenas esses alimentos?

A resposta é NÃO.

Uma dieta só de frutas, legumes e verduras não garante a proteção contra a deficiência de energia e proteínas, presentes em alimentos como a farinha de mandioca, feijão e carnes. É preciso lembrar também que frutas, legumes e verduras não contêm vitamina B12, que está presente em alimentos de origem animal. Junto com os folatos (presentes nas folhas – verduras), a vitamina B12 participa,

O incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras concentra-se nos produtos crus, cozidos ou assados. Não fazem parte deles produtos com muito açúcar, como as geléias de frutas e bebidas com sabor de frutas e os vegetais em conserva, com muito sal.



entre outras coisas, na formação das células vermelhas do sangue.

O que é fruta, o que é legume, o que é verdura

Verduras e legumes são plantas ou partes de plantas que servem para a alimentação humana. As partes normalmente consumidas são folhas, frutos, talos, sementes, tubérculos e raízes.

Chama-se de **verdura** quando a parte comestível do vegetal são as folhas, as flores, os botões ou os talos. Alguns exemplos de verduras: alface, couve, couve-flor, escarola, repolho, rúcula, salsa e salsão.

A denominação **legume** é utilizada quando as partes comestíveis são os frutos, as sementes ou as partes que se desenvolvem na terra. Alguns exemplos de legumes: beterraba, cenoura, abóbora, abobrinha, pepino, berinjela, quiabo, jiló e cebola.

Fruta é a parte polposa que rodeia a semente de plantas que tem aroma característico, sendo rica em suco, e tem sabor adocicado. Alguns exemplos de frutas: abacaxi, laranja, banana, maçã, goiaba, manga, limão, mamão, abacate, acerola e maracujá.

O Guia Alimentar para a População Brasileira, do Ministério da Saúde, não inclui entre os legumes os tubérculos (batata, batata-doce) e as raízes (mandioca, por exemplo), considerados alimentos ricos em carboidratos. Não inclui também os feijões e outros grãos de leguminosas (como o grão-de-bico e a lentilha), considerados vegetais ricos em proteínas.

Dicas para uma alimentação saudável

- Incentivar as crianças a tomarem suco de fruta fresca, sem açúcar.
- Uma forma de conseguir alimentos mais frescos e baratos é comprar frutas, legumes e verduras produzidas na região e na época da safra.
- Mesmo os produtos consumidos cozidos ou sem casca devem ser bem lavados antes da preparação.

Gostoso e saudável

Há hábitos alimentares que podem ser mudados para melhor, sem perder em nada o prazer da alimentação, o sabor do alimento. Outros podem ser criados. Conversando com os alunos sobre os alimentos existentes na região, pode-se incentivá-los a substituir alguns alimentos inadequados por outros que são saudáveis, além de incluir frutas, legumes e verduras na alimentação regular. E, valorizando certos hábitos e atitudes, sua contribuição será ainda maior.

Substituir

- doces, sorvetes e chocolates por frutas secas (banana-passa, por exemplo).
- sobremesas por frutas.
- refrigerantes e bebidas doces por sucos de frutas naturais.
- lanches noturnos por sopas de legumes e verduras e saladas cruas.

Incluir

Pelo menos uma porção de frutas, legumes e verduras nas refeições:

- uma fruta no café-da-manhã.
- legumes e/ou verduras e uma fruta no almoço.
- uma fruta no lanche da tarde.



- legumes e/ou verduras e uma fruta no jantar.

Valorizar

- preparações tradicionais da sua região (comidas típicas) em que se utilizem frutas, legumes e verduras. Nas regiões de clima mais frio, o consumo de sopas de legumes, os caldos e os chás de frutas são boas opções.
- o consumo de frutas da sua região, de acordo com as estações e as safras.
- o cultivo de hortas comunitárias domiciliares, escolares etc. Qualquer espaço disponível e possível de ser cultivado pode ser utilizado.

Sugestão de atividade ▶ Indicado para Geografia e História

Para essa atividade você irá precisar de um mapa-mundi e de papeletas com nome de alimentos. As frutas, legumes e verduras que estão no texto a seguir podem ser desenhadas ou recortadas de revistas, ou você pode escrever seus nomes em folhas de papel.

Explique aos alunos que no Brasil não existiam todos os alimentos antes de 1500 e que parte deles foi trazida para cá, assim como alimentos originários no nosso país foram levados para outros lugares.

Pegue o mapa-mundi e peça aos alunos que fixem os desenhos dos alimentos próximo ao país onde eles acreditam que o alimento tenha se originado. Depois discuta com eles, corrigindo o que for necessário. Você pode aproveitar esse momento para falar sobre o clima, solo e cultura de cada país.

Exemplos:

- O coco-da-bahia, na verdade, não é daqui. Foi trazido da Índia e do Sri-Lanka.
- A batata, que muita gente chama de batata-inglesa, é originária da região dos Andes, mais especificamente do Peru e da Bolívia, de onde foi levada para diversos lugares.
- O abacaxi, originário do Brasil e do Paraguai, foi levado para muitos lugares, inclusive para o Havaí, que hoje é grande produtor.

- O amendoim, presente em muitos pratos da culinária chinesa, foi levado aqui para a China.
- A manga foi trazida da Índia.
- O abacate veio da América Central.
- O arroz veio do Extremo Oriente.
- O café veio da Etiópia, na África.
- A mandioca, originária do Brasil, é bastante plantada na África.
- O cacau, que dá o chocolate, era cultivado pelos astecas, no México, e de lá se espalhou pelo mundo inteiro.
- O mamão é originário da Amazônia e da América Central.
- O tomate é originário das regiões Andinas do Peru, da Bolívia e do Equador.
- A alface é originária da Europa.
- A banana, que parece tão brasileira, não existia aqui. Ou melhor, só existia a banana-da-terra, que só pode ser comida cozida ou assada. As outras todas foram trazidas do Sudeste da Ásia pelos portugueses.
- A couve-manteiga, que muita gente chama de couve-mineira, veio da Europa.

Sugestão de atividade ▶ Indicado para Língua Portuguesa e Arte

Divida a turma em grupos. Cada grupo deve escolher uma fruta, legume ou verdura para fazer propaganda, simulando um anúncio de revista ou jornal, para estimular as outras crianças a comerem o produto escolhido. O anúncio pode ser montado

com desenhos e/ou recorte e colagem. Depois, cada grupo deve fazer uma apresentação do anúncio que criou. Avalie a criatividade, o visual do anúncio e a mensagem que ele contém.

2. A responsabilidade da escola

A importância da alimentação



Diz uma música de Noel Rosa, sambista do início do século passado, que ninguém aprende samba na escola. Função da escola, na visão tradicional, é ensinar Português, Matemática, Geografia, História, Ciências e outras matérias. Sua função seria restrita à educação escolar, vista como o ensino de matérias técnicas e de cultura geral.

Mas a escola tem muitas outras funções e obrigações hoje em dia, como estimular o relacionamento entre pessoas da comunidade, o ensino e o desenvolvimento de práticas como o aperfeiçoamento de hábitos alimentares e a produção de alimentos entre outras. Até samba pode ser ensinado nas aulas de música, coisa que não havia no tempo de Noel Rosa, mas que hoje já existe em muitos lugares.

Para entrar no assunto da alimentação escolar, porém, é preciso primeiro entender que a alimentação não é um problema de cada um, uma responsabilidade exclusiva de cada indivíduo e de sua família. É, como diz a Constituição brasileira, nossa maior lei, um direito do cidadão e um dever do Estado.

Comer é um direito humano

Uma musiquinha infantil traz, cantados em tom alegre, os versos "comer comer, comer

comer / para ser forte e depois crescer".

As crianças podem não saber, mas ao cantarem isso estão falando de um dos Direitos Humanos defendidos pela Organização das Nações Unidas (ONU), desde 1948, quando chefes de Estado e de governos assinaram a Declaração Universal dos Direitos Humanos.

Direitos Humanos são aqueles que toda pessoa tem pela simples razão de ter nascido e fazer parte da espécie humana, independente de raça, cor, religião, tendência política, sexo ou idade. Os Direitos Humanos não diferenciam pobres e ricos, homens ou mulheres, heterossexuais e homossexuais, crianças ou adultos. Todos têm.

O direito humano à alimentação adequada faz parte também dos Direitos Econômicos, Sociais e Culturais, um pacto entre nações assinado pelo governo brasileiro. Por esse pacto, o Estado se obriga a respeitar a capacidade de indivíduos, famílias e comunidades de produzir a própria alimentação



e/ou obter renda suficiente para comprar os alimentos adequados, isto é, com tudo o que o organismo precisa – proteínas, vitaminas, gorduras, minerais, fibras e carboidratos. E isso é igual para todo mundo, com exceção dos que têm problema de saúde e precisam de alimentação especial.

Alimento também é cultura

A comida é mais do que alimento para o corpo. O que se come, com quem se come, quando, onde e como se come, enfim, as escolhas alimentares são influenciadas pela cultura. Toda cultura estabelece, a partir dos alimentos que estão disponíveis na região, o que se deve e o que não se deve comer.

Há algo mais em jogo do que as necessidades nutricionais do organismo. Não convidamos pessoas para comer em nossa casa para “dar comida” a elas, mas sim para “alimentar” nossas relações sociais, nossa convivência, celebrar datas significativas, entre outros fins. A refeição é um ato social e não um ato privado, e há diferenças entre o comer cotidiano e o comer cerimonial. Existem diversas festividades, incluindo as religiosas, que incluem alimentação. Um exemplo é a restrição ao consumo de carne vermelha na Sexta-feira Santa para os católicos.

Se nós não comemos tudo o que é “comestível”, ou seja, tudo o que tem valor nutricional e não é tóxico ao organismo, é porque nem tudo o que é “comestível” é culturalmente aceito em todas as sociedades ou grupos sociais.

Assim, o que é considerado “comida” em uma cultura pode não ser em outra, mesmo que não represente riscos à saúde. Por exemplo: em alguns grupos orientais, como na Coreia, o cachorro é considerado um prato extremamente fino. Há também exemplos brasileiros: aqui a alimentação varia desde a típica buchada de bode no Nordeste até as formigas de tribos amazônicas. E por que essas diferenças acontecem? Porque o ato



de se alimentar tem um significado que varia de acordo com cada cultura, constituindo-se, portanto, em patrimônio passado entre gerações e que compõe também a memória afetiva de cada um de nós. Um exemplo dessa memória afetiva é quando comemos uma canja de galinha que nos remete à infância, revolvendo lembranças familiares.

Além disso, o ser humano, para satisfazer suas necessidades nutricionais, precisa introduzir alimentos variados em sua dieta. Mas ao mesmo tempo se depara com o “medo” de experimentar novos, que não os tradicionalmente consumidos. Os nossos hábitos alimentares devem ser respeitados, ao mesmo tempo que devemos sempre estar abertos para conhecer novos alimentos e procurar aliar o novo ao tradicional. Cada novo alimento introduzido na alimentação é uma surpresa, um novo sabor a ser descoberto.

Assistencialismo? Paternalismo?

Costuma-se dizer que todos os programas governamentais de alimentação – ou seja, programas de Segurança Alimentar e Nutricional – são assistencialistas ou paternalistas.

Um programa pode ser chamado de assistencialista se prestar assistência aos necessitados, mas não fizer nada para que essas pessoas saiam da condição de carentes ou necessitados. Um ditado chinês, muito repetido hoje em dia, diz que para resolver o problema de carência o que resolve não é dar um peixe à pessoa que tem fome, mas

Segurança alimentar e nutricional é a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente de alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam social, econômica e ambientalmente sustentáveis.

ensiná-la a pescar. Quem recebe um peixe, simplesmente, come e um pouco depois estará com fome novamente. Mas se, em vez de ficar esperando ganhar outro peixe, ela for pescar, conseguirá a comida sempre, com o próprio trabalho. Assistencialismo, no caso, é apenas “dar o peixe”.

É claro que numa situação em que há muitas pessoas necessitadas, sem condições de produzir ou comprar os alimentos necessários, ao se restringir a ação do Estado a ensinar a pescar muitos não sobreviveriam ou teriam sérios problemas de crescimento e desenvolvimento no período necessário para aprender a pescar, ou seja, conseguir sobreviver sem assistência. Então,

é preciso formar as pessoas, educar, suprir de saúde, condições de trabalho e emprego, mas enquanto se faz isso é preciso também garantir a alimentação necessária.

Já o paternalismo depende muito da atitude de quem oferece alguma coisa em relação a quem está recebendo. Se quem oferece se põe em uma posição de quem está fazendo um favor a quem recebe, como se esta pessoa ficasse em dívida com ela, aí há uma relação paternalista. Mas se os dois – quem oferece e quem recebe – sabem que o benefício em questão é um direito de todo mundo, não há paternalismo. Não há aí uma relação de um ser o poderoso e o outro submisso a ele.

Isso vale para todos os programas relacionados aos Direitos Humanos, sejam de alimentação, saúde, educação ou qualquer outro. Ninguém pode ser discriminado por fazer parte de programas. A sociedade tem que reconhecer esse direito. E os programas também não podem discriminar ninguém por qualquer motivo. Todos têm que ser tratados com dignidade.



Um programa para quem está na escola

A escola é um ótimo ambiente para promover a saúde, pois é um lugar em que muitas pessoas passam grande parte do seu tempo, vivem, aprendem e trabalham. Nela convivem alunos, professores e funcionários e, pelo tempo que passam dentro da escola, é necessário proporcionar alimentação adequada a todos, especialmente aos alunos, que estão em fase de crescimento.

Já que a escola tem que providenciar alimentação para esse pessoal, poderiam ser pensadas, junto com familiares e profissionais de saúde, práticas que vão além da oferta de alimentos, incluindo a criação de condições para desenvolver uma convivência saudável, o desenvolvimento psicológico e afetivo e um núcleo de promoção da saúde, com atividades relacionadas à nutrição, à educação alimentar e à própria produção de alimentos, como a criação de hortas escolares ou comunitárias.

A escola é um espaço propício para se desenvolver um programa de alimentação. E ele existe.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), do governo federal, é gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), que é vinculado ao Ministério da Educação. É um programa que existe há 50 anos e é considerado um dos maiores programas de alimentação escolar no mundo, pois foi criado

para atender a todos os alunos matriculados na educação infantil e ensino fundamental das escolas públicas e filantrópicas de todo o Brasil, inclusive a l u n o s indígenas e quilombolas.

O PNAE tem como objetivo



suprir parcialmente as necessidades nutricionais dos alunos, durante sua permanência na escola, contribuindo para o seu crescimento e desenvolvimento, para a aprendizagem e o rendimento escolar, e também para a formação de hábitos alimentares saudáveis.

Além de alimentar as crianças no período de aula, o programa visa criar hábitos alimentares saudáveis, pois, como já vimos, mesmo que as pessoas tenham condições de ter uma alimentação adequada, muitas vezes não consomem o que precisam para ter uma boa saúde.

A alimentação adequada deve cobrir todas as necessidades nutricionais, em termos de quantidade e qualidade. Deve proporcionar todos os nutrientes essenciais, levando em conta a cultura da população, ou seja: não vamos querer que os nordestinos tenham o mesmo tipo de alimentação que os catarinenses ou gaúchos, por exemplo.

Os hábitos são diferentes conforme a região, a cultura e o grupo social, sendo que a oferta de alimentos também varia. É preciso selecionar os alimentos de uma forma variada, que reúna todos os nutrientes que o organismo precisa, respeitando a cultura alimentar existente, o que as pessoas estão acostumadas a comer.

O PNAE prevê que a alimentação oferecida na escola deve suprir no mínimo 15% das necessidades nutricionais diárias dos alunos, durante sua permanência na escola.



Os cardápios, como já foi dito, devem respeitar os hábitos alimentares locais, tendo como prioridade os alimentos semi-elaborados e em estado natural, respeitando-se também a vocação agrícola de cada comunidade, isto é, o que ela produz e o que pode produzir sem desprezar sua cultura.

Uma horta na escola, por que não?

Uma horta na escola tem uma importância enorme, por oferecer alimentos frescos e saudáveis para os alunos, mas vai muito além disso. Para começar, os alimentos oferecidos podem ser muito mais variados, garantindo o suprimento de vitaminas e minerais necessários para o organismo. E tudo a um custo muito mais baixo do que se os alimentos fossem comprados. E mais: dependendo da quantidade produzida, toda a comunidade pode ser beneficiada, tendo acesso a esses alimentos de graça ou por um preço muito menor. Sem contar que a horta pode ser um verdadeiro laboratório para atividades didáticas.

Nela, além de Ciências Naturais, com o estudo do crescimento das plantas, o professor pode ensinar Matemática, por exemplo.

Quem deve fazer a horta?

Caso seja possível, o preparo da horta deve ser orientado por um agrônomo ou técnico agrícola. Mas, se não houver esse profissional, pode existir alguém na escola (um professor ou funcionário) ou na comunidade (um pai de aluno) com prática de cultivo de hortaliças. O professor pode receber ajuda de uma pessoa com esses requisitos para implantar uma horta na escola.

Uma recomendação importante é a escolha diversificada das hortaliças a serem cultivadas, para garantir uma grande variedade de cores e formas, com diferentes nutrientes.

É importante também que as crianças participem de todo o processo, desde o planejamento até a execução, com uma escala de trabalho por turmas. Nada deve ser feito como uma imposição, mas com motivação.

Cantina escolar deve vender saúde

Coxinha, pastel, salgadinhos, chocolate, sorvete, doces, refrigerantes... As cantinas escolares costumam ter muitas guloseimas, não é? Alunos, professores e funcionários complementam sua alimentação com alimentos comprados nas cantinas.



Sugestão de atividade ▶ Indicado para Ciências Naturais

Faça com os alunos uma horta na escola. Procure entre professores, funcionários e pais alguém que possa orientar a criação e implementação da horta. Cada passo deve ser discutido com os alunos.

Sugestão de atividade ▶ Indicado para Matemática

Proponha aos alunos exercícios de soma, subtração, multiplicação e divisão:

1. A Emília plantou 8 pés de abóbora. Ela acha que cada pé vai dar 6 abóboras. Se sua previsão estiver certa, quantas abóboras ela vai colher?

2. A Narzinho colheu 38 tomates em um dia. A Emília colheu 17. Quantos tomates, no total, as duas

colheram? Quantos tomates a Narzinho colheu a mais que a Emília?

3. Num manhã, Emília, Narzinho e Pedrinho foram colher cenouras. Emília colheu 13 cenouras, Narzinho colheu 6 e Pedrinho colheu 8. No total, quantas cenouras eles colheram? Em média, quanto colheu cada um?

Tanta explicação, tanta discussão sobre os alimentos, sobre as vitaminas e os minerais, as fibras e, justamente dentro da escola, às vezes, em vez da venda de comidas e bebidas que proporcionem esse equilíbrio, o que se encontra são comidas e bebidas que – se consumidas em exagero e sem o complemento de outros alimentos mais saudáveis – podem causar problemas de saúde.

Era de esperar que nas cantinas escolares fossem vendidos sucos de frutas, as próprias frutas frescas e outros alimentos não industrializados. No entanto, isso não ocorre. É preciso mudar essa situação com a conscientização e informação de todos sobre o que é uma alimentação saudável – dos estudantes aos donos das cantinas.

Em alguns lugares existem iniciativas do poder público para mudar a realidade das cantinas, proibindo a venda de produtos industrializados, refrigerantes e outros alimentos que permitem o avanço de doenças causadas por maus hábitos alimentares.



3. A escolha certa evita o desperdício!

Em paz com a consciência



Nós sabemos que todos os produtos agrícolas têm um período de safra (de mercado), e que sai muito mais barato comprar esses produtos nessa época. Assim, quando uma verdura está cara, porque é período de entressafra, nós não precisamos pagar um preço alto por ela nem deixar de comer verdura: podemos substituir uma verdura que está cara por outra que esteja mais barata na época.

Além de comprar na época da safra, uma maneira de economizar comendo bem é escolher alimentos produzidos na região. Há alimentos muito bons, como a banana, produzidos o ano inteiro em todo o Brasil. Há outros que são produzidos só em algumas regiões e/ou que são colhidos só em uma época do ano. O nosso país é enorme, tem grande variedade de climas e solos, por isso há essas diferenças na produção de alimentos, inclusive no caso de frutas, legumes e verduras. Em todas as regiões há frutas, legumes e verduras saborosos e ricos em vitaminas, minerais e fibras.

Consumo sustentável

Ao comprar alimentos, devemos ficar atentos à sua origem, assim como às técnicas empregadas na sua produção. Dessa forma, podemos fazer escolhas mais saudáveis tanto para nós mesmos quanto para o meio ambiente.

É importante a adoção de práticas ecologicamente adequadas, desde a hora da produção do alimento até o consumo. Isso porque ao buscarmos alimentos produzidos com base em práticas ecologicamente sustentáveis, estamos não apenas cuidando da própria saúde, mas também incentivando a produção sustentável de alimentos e a preservação do meio ambiente, além de contribuirmos para a saúde dos produtores rurais.

As frutas, legumes e verduras cultivadas ecologicamente são geralmente mais saborosas e duráveis. Isso se deve ao fato de que contêm menos água e mais substâncias de alto valor nutritivo.

Lixo: o lugar errado

Muitas vezes consumimos apenas uma parte do que compramos e o resto vai para o lixo. Isso acontece porque não aproveitamos partes nutritivas e saborosas dos alimentos, como as cascas de batata, folhas de beterraba



e de cenoura, e talos de verduras, e também porque às vezes compramos ou preparamos em excesso e não conservamos as sobras.

Nós brasileiros, em geral, temos uma cultura do desperdício, do mau uso dos alimentos. São desperdiçados 30% dos alimentos produzidos, considerando-se desde a produção, a comercialização, até o preparo e o consumo. Nosso desperdício fica claro no lixo que produzimos: de cada quilo de lixo doméstico, 650 gramas, em média, são restos de alimentos.

Armazenar de maneira adequada os alimentos é uma forma de evitar esse desperdício.

Para isso, é preciso lembrar que as bactérias que causam doenças gostam de umidade, de lixo e de temperatura ambiental de 20°C a 45°C. Então, colocar os alimentos em local com temperatura adequada, além da higiene no manuseio e no preparo, é fundamental para evitar doenças e não deixar a comida estragar. Temos que saber quais produtos requerem refrigeração e quais não podem ser colocados na geladeira.

Até a organização dos alimentos dentro da geladeira é importante. Os alimentos prontos devem ser guardados nas prateleiras de cima da geladeira, os semiprontos ou pré-preparados nas prateleiras do meio e os produtos crus nas prateleiras de baixo.

Algumas dicas para guardar alimentos

- Pepino, pimentão, abobrinha, mandioquinha (chamada batata-baroa em alguns lugares) e batata-doce se conservam melhor se colocados em embalagem de papel, na geladeira. Folhas em geral (inclusive alface), repolho e salsinha devem ser guardados em sacos plásticos, na geladeira.

- Frutas podem ficar fora da geladeira, sem nenhuma embalagem, até que amadureçam. Depois de maduras, devem ser guardadas limpas na geladeira, exceto a banana, que deve ser consumida logo ou fazer doces ou



bolos com as que correrem risco de estragar.

- Ao usar a metade de um abacate, guardar a outra na geladeira, com caroço. Pode-se guardar também na geladeira pedaços de outras frutas, como mamão, laranja, maçã etc. Mesmo que fiquem com aspecto um pouco feio, elas podem ser transformadas em sucos ou vitaminas. No entanto, o ideal é cortar as frutas apenas na hora de consumir, pois elas perdem nutrientes depois de cortadas.

- As frutas que amadurecerem depressa ou que chegam em casa já amassadas podem virar saladas de frutas ou doces caseiros.



Não descuide

Alerta: alimento pronto não deve ficar em cima do forno, do fogão, da mesa ou da pia por mais de 30 minutos. O ideal é que ele seja consumido logo depois de pronto. Alimento que precisa de refrigeração também não pode ficar mais de 30 minutos à temperatura ambiente. Só deve ser retirado da geladeira na hora de consumir ou um pouco antes.

Um alimento que pode causar problemas de saúde se ficar muito tempo na mesa

antes de ser consumido é a maionese, por exemplo. Exposta à temperatura ambiente por muito tempo, pode-se desenvolver nela uma bactéria chamada salmonela que, entre outras coisas, causa infecção intestinal grave.

Na hora de comprar frutas, legumes e verduras, se for numa quantidade maior do que o que será consumido imediatamente, preferir os que não estejam maduros demais, pois assim eles duram mais e evita-se o desperdício.

Sugestão de atividade

Peça aos alunos que desenhem as frutas de que mais gostam. Embaixo de cada uma, colocar o nome (da fruta) e dizer se ela é produzida na própria região.

Depois, converse com a classe sobre as frutas produzidas na região, explicando que as produzidas fora têm um alto custo para serem transportadas até lá. Mostre um mapa e cite alguns exemplos.

No Nordeste se produzem, por exemplo, caju, jaca e coco. O sul da Bahia produz muito mamão papaia. Para um grãocho ou catarinense, então, essas frutas custarão mais caro. Ao mesmo tempo, no Sul se produzem maçã, pêra e pêssego e essas frutas têm que ser transportadas até o Nordeste, o Centro-Oeste, o Norte e o Sudeste.

O Triângulo Mineiro, a Paraíba e Tocantins produzem muito abacaxi. Então, nessas regiões o abacaxi é barato, mas chega caro ao Sul.

A graviola é bastante produzida no Nordeste, no Norte e no Centro-Oeste.

A castanha-do-pará é produzida no Norte.

A manga é produzida em todas as regiões com clima quente.

No Centro-Oeste se produz bastante jenipapo.

No Sudeste se produzem abacate, pitanga, goiaba, banana e muitas outras frutas.

Vale a pena lembrar que a banana é produzida em todo o Brasil.



Como evitar o desperdício

Há informações e receitas que o professor pode passar aos pais de alunos e às próprias crianças, para que elas tenham consciência desde pequenas e não desperdicem alimentos.

Mas você pode também fazer receitas com os alunos na própria escola. Antes das receitas, aí vão algumas dicas para você conversar com alunos, com pais e até – conforme o caso – com a merendeira.

- Ao se fazer uma sopa, as folhas de verduras e de legumes devem ser colocadas no final do cozimento, para preservar o sabor e os nutrientes. As folhas não devem ser escaldadas.



- Batata, cenoura, inhame, jerimum (abóbora), cará, mandioca e outros vegetais devem ser cozidos inteiros ou cortados em pedaços grandes. O cozimento deve ser por pouco tempo e com pouca água. Cortados em pedaços muito pequenos e cozidos por muito tempo, eles perdem vitaminas. Eles não devem também ser postos na água antes da fervura.

- O uso de temperos como salsa, alecrim, coentro, cebola, alho, cebolinha e louro; além de melhorar o sabor dos alimentos, pode auxiliar na diminuição do consumo de sal.

Com mais temperos, pode-se diminuir o sal.

- É um desperdício jogar fora as cascas de frutas como maçã, pêra, pêssego e outras. As frutas devem ser bem lavadas e comidas com casca.



- Ao comprar batatas, muitas pessoas preferem aquelas lavadas, limpinhas, em vez daquelas apenas escovadas, que parecem "sujas". É um erro. As batatas lavadas duram menos do que as escovadas, além do preço ser mais alto. Isso sem contar que, às vezes, a água usada para a lavagem das batatas pode não ser tão limpa assim.

- As fibras presentes em muitas frutas e nas verduras e legumes em geral – e também nos alimentos integrais, por exemplo – não são digeridas. Elas passam pelo intestino "capturando" substâncias tóxicas e cancerígenas, excesso de colesterol e outras que fazem mal à saúde. As fibras estimulam o funcionamento do intestino, combatem a prisão de ventre e ainda auxiliam no controle do peso, das gorduras e do açúcar no sangue.

- O trevo, a vinagreira, o jambu, o bredo e a serralha, que muita gente considera "matinhos", são ricos em minerais e são ótimas fontes de fibras. Eles podem ser usados de várias formas, inclusive em saladas, sanduíches, refogados ou cozidos com outros alimentos.



Peça à merendeira que prepare as receitas a seguir e sirva aos alunos. Peça que eles provejam. Depois de comerem, pergunte se gostaram, qual o sabor que sentiram e se podem dizer do que é feita cada preparação. Anote tudo que os alunos falarem e depois convide a merendeira para contar como preparou e os ingredientes usados. Todos vão gostar de aprender que devem estar preparados a experimentar novos sabores. Você pode também usar outras receitas, aproveitando os produtos de sua região ou adaptar essas, usando a sua criatividade.

Pizza de Talos de Brócolis

Ingredientes

Massa

- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 colheres (sobremesa) de sal
- 1 colher (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de óleo
- ½ tablete de fermento biológico
- ¼ xícara (chá) de água morna

Molho de Tomate

- 1 colher (sopa) de extrato de tomate
- sal a gosto
- orégano a gosto

Cobertura

- 6 xícaras (chá) de talos de brócolis
- água para cozinhar os brócolis
- 6 dentes de alho picado
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 ovo cozido
- 50 g de mussarela ralada
- ½ tomate fatiado

Como preparar

Coloque em uma tigela a farinha, o sal, o açúcar e o óleo. Dissolva o fermento em água morna e, aos poucos, misture a água na farinha. Amasse bem com as mãos até formar uma massa homogênea. Caso seja preciso para atingir o ponto ideal, acrescente mais água morna ou farinha de trigo. Desgrudando das mãos, sove a massa por cerca de 5 minutos, até ficar bastante macia. Cubra e deixe descansar por cerca de 1 hora. Para o molho, misture a massa de tomate com o sal e o orégano. Reserve. Abra a massa com um rolo, na espessura desejada, coloque em forma untada e enfarinhada, espalhe o molho e leve para assar em forno preaquecido.

Para o recheio, lave e pique os talos dos brócolis. Alerte-os até que fiquem "al dente", ou seja, não cozinhar muito para que fiquem firmes. Depois escorra-os bem e reserve. À parte, doure o alho no óleo. Retire o alho e reserve. Refogue no óleo os talos de brócolis e reserve. Monte a pizza, espalhando pela massa pré-assada os talos, o alho frito, o ovo picado e a mussarela. Decore com as rodela de tomate e

leve para assar.

Carne Ensopada com Casca de Melancia

Ingredientes

- 2 colheres (sopa) de cebola picada
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 350 g de acém picado
- 1 xícara de tomate picado
- 1 xícara de pimentão picado
- 6 xícaras de casca de melancia picada (só a parte branca)
- 1 xícara de talos picados (podem ser de agrião, salsa, espinafre e/ou beterraba)
- 1 xícara de cenoura picada
- 1 dente de alho
- 6 xícaras de água
- louro e colorau a gosto.

Como preparar

Refogue a cebola no óleo até dourar. Acrescente a carne picada e frite mais um pouco, mexendo sempre. Junte os outros ingredientes e cozinhe até os legumes ficarem macios.

Suco de Casca de Abacaxi

Ingredientes

- casca de 1 abacaxi
- 1 litro de água

Como preparar

Antes de descascar um abacaxi, lave-o bem, com escova, em água corrente. Depois de descascar, corte a casca em pedaços de até 5 cm no máximo. Coloque em uma panela com um litro de água. Leve a panela ao fogo brando até ferver. Tampe a panela e abaixe o fogo. Deixe cozinhar por mais 5 minutos. Deixe o caldo esfriar naturalmente e depois leve à geladeira. Adoce a gosto.



Fonte: Cozinha Brasil – Alimentação Integrais (com adaptações).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CONSEA - CONSELHO NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL. *Princípios e Diretrizes de uma Política de Segurança Alimentar e Nutricional - textos de referência*. Brasília, 2004.
- IDEM. *Relatório Final da II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional*. 2 v. Brasília, 2004.
- CONSUMERS INTERNATIONAL; MINISTÉRIO DO MEIO AMBIENTE; INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. *Consumo Sustentável: Manual de Educação*. Brasília, 2002.
- COSTA, Christiane; TAKAHASHI, Ruth; MOREIRA, Tereza. *Segurança Alimentar e Inclusão Social*. São Paulo: Polis, 2002.
- DUTRA-DE-OLIVEIRA, J. E.; MARCHINI, J. Sérgio. *Ciências Nutricionais*. São Paulo: Sarvier, 1998.
- FUNDAÇÃO ROBERTO MARINHO e outros (FOME ZERO). *Educação à Mesa - Comer é um Direito Humano*, 2004.
- IDEM. *Educação à Mesa - Promoção da Alimentação Saudável*, 2004.
- IDEM. *Educação à Mesa - Segurança Alimentar e Nutricional*, 2004.
- IDEM. *Educação à Mesa - Caderno de Atividades Pedagógicas*, 2004.
- INSTITUTO AKATU. *A Nutrição e o Consumo Consciente*. São Paulo, 2003.
- MACIEL, Maria Eunice. *Cultura e Alimentação ou o Que Têm a Ver os Macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin?*. *Revista Horizontes Antropológicos*. Porto Alegre, v. 7, nº 16, dezembro de 2001.
- MAHAN, L. Kathleen; ESCOTT-STUMP, Sylvia. *Alimentos, Nutrição e Dietoterapia*, 10 ed. São Paulo: Roca, 2002.
- MALUF, Renato S.; COSTA, Christiane. *Diretrizes para uma Política Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional*. São Paulo: Polis, 2001.
- MEVASCHE, Renata. *Risco à Mesa: Alimentos Transgênicos, no Meu Prato Não?*. *Revista de Antropologia Social*. Paraná, v. 05, n. 1, 2004.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Alimentos Regionais Brasileiros*. Brasília, 2002.
- IDEM. *Estudo de Caso Brasil*. Brasília, 2005.
- IDEM. *Guia Alimentar para a População Brasileira - Promovendo a Alimentação Saudável*. Brasília, 2005.
- IDEM. *Obesidade e Desnutrição*
- IDEM. *Peso Saudável*. Brasília, 2001.
- IDEM. *Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus: Manual de Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus*. Brasília, 2002.
- IDEM. *Vitamina A Mais: Programa Nacional de Suplementação de Vitamina A: Condutas Gerais*. Brasília, 2004.
- IDEM. *A Iniciativa de Incentivo ao Consumo de Frutas, Legumes e Verduras (V,L&F) no Brasil: Documento Base*. Brasília, 2005.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE-ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. *Doenças Crônicas-Degenerativas e Obesidade; Estratégia Mundial Sobre Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde*. Brasília, 2003.
- SESI; CONSELHO NACIONAL DA INDÚSTRIA. *Cozinha Brasil - Alimentação Inteligente*. São Paulo, 2004.
- UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. *Educação Nutricional para Alunos do Ensino Fundamental*. Brasília, 2001.
- WHO FRUIT AND VEGETABLE PROMOTION INITIATIVE - Report of de Meeting. Geneva, 2003.
- WOORTMANN, Klaus. *A Comida, a Família e a Construção do Gênero Feminino*. *Revista de Ciências Sociais*. Rio de Janeiro, v. 29, n. 1, 1986.

Pesquisas

- FERREIRA, Taisa. *Educação Alimentar: uma Arma Poderosa Contra a Desperdiço*.
- PERES, Ângela Pimenta. *Conservação de Alimentos*.
- VALENTE, Flavio Luiz Schieck. *Alimentação e Nutrição e o Ciclo da Vida*. Ministério da Saúde, 2002.
- VALENTE, Flavio Luiz Schieck. *Direitos Humanos e a Produção da Alimentação e Modos de Vida Saudáveis: Realizando o Direito à Alimentação e Nutrição adequadas*.

MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO SOCIAL E COMBATE À FOME

Ministro
Fátima Azeiteiro de Sousa

Secretário Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
Osmar Nunes

Diretor de Apoio a Projetos Especiais
Mário Azeiteiro Lourenço

Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional
Ana Cláudia Cavalcanti Pereira de Vasconcelos

Equipe Técnica
Ana Cláudia Cavalcanti Pereira de Vasconcelos - Coordenadora
Alize Melo Nascimento - Nutricionista
Catherine Sousa Oliveira - Nutricionista
Marlene March Neto de Sá - Nutricionista
Tatiana Inácio de Oliveira - Nutricionista
Tatiana Mendes Barros - Nutricionista

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Ministro
José Sarney Filho

Secretário de Atenção à Saúde
José Gomes Temporão

Diretor do Departamento de Atenção Básica
Luiz Fernando Bellus Sampaio

Coordenação Geral de Política de Alimentação e Nutrição
Ana Beatriz Vasconcelos

Equipe Técnica
Patrícia Chaves Greff - Coordenadora da Proteção da Alimentação Saudável
Arlene Bizozzi de Oliveira Pereira - Nutricionista
Dilvan Adalberto da Silva Godard - Nutricionista
Rafaela Raima Rangel de Carvalho Aguiar - Nutricionista
Liliane Paula Guimarães de Oliveira - Consultora Técnica
Márcia Lemos Oliveira - Nutricionista

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Ministro
Fernando Haddad

Secretário de Educação Básica
Francisco das Chagas Fernandes

Diretor do Departamento de Políticas de Educação Infantil e Ensino Fundamental
Inês de Souza Camp

Coordenação Geral do Ensino Fundamental
Sandra Denise Pagli

Equipe Técnica
Sandra Denise Pagli - Coordenadora Geral
Aristida Ribeiro do Nascimento - Técnica em Assuntos Educacionais

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO/MEC

Presidente
José Henrique Figueiredo

Diretor Asses Educacionais
Daniel Silva Botelho

Coordenação Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar
Alfonso de Fátima

Coordenação Técnica de Alimentação e Nutrição
Rosana Lemos Ota

Equipe Técnica
Alfonso de Fátima - Coordenador-geral
Rosana Lemos Ota - Coordenadora Técnica
Lorena Chaves - Nutricionista
José Gomes - Nutricionista