

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO

FERNANDA M. B. FERREIRA



1290003188



FE

TCC/UNICAMP F413e

**EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA CRECHE: UMA
REALIDADE POSSÍVEL.**

2007/2603

CAMPINAS

2006

UNICAMP - FE - BIBLIOTECA

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO

FERNANDA M. B. FERREIRA

**EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA CRECHE: UMA
REALIDADE POSSÍVEL.**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Pedagogia-
Programa de Formação de Professores em
Exercício da Faculdade de Educação da
Universidade Estadual de Campinas, como
pré-requisito para conclusão da Licenciatura
em Pedagogia.

Orientador: Professora Elizabeth Barolli

CAMPINAS

2006

UNIDADE: F.E.
Nº CHAMADA: 1000000000
V: EX:
TOMBO: 3188
PROC: 145107
C: D: X
PREÇO:
DATA: 28/03/07
Nº CPD: 1000000000

**Ficha catalográfica elaborada pela biblioteca
da Faculdade de Educação/UNICAMP**

F413e Ferreira, Fernanda M. Bestetti.
Educação nutricional na creche: uma realidade possível / Fernanda M. Bestetti. -- Campinas, SP : [s.n.], 2006.

Orientadores : Elizabeth Barolli.
Trabalho de conclusão de curso (graduação) – Universidade Estadual de
Campinas, Faculdade de Educação.

1. Projetos educacionais. 2. Creches. 3. Saúde. 4. Creches. 5. Nutrição. I. Barolli Elizabeth Theodoro da. II. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação. III. Título.

06-817-BFE

SUMÁRIO

1- INTRODUÇÃO.....	7
2- MARCOS TEÓRICOS:.....	13
3- INTERVENÇÃO EDUCATIVA E CONSTRUÇÃO.....	29
DE VALORES, HÁBITOS E POSTURAS.	
4- CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	35
5-REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	40
6- ANEXOS	

RESUMO

Esta pesquisa tem como temática a educação nutricional na creche. Traz uma reflexão sobre a importância da educação alimentar na Educação Infantil a partir do desenvolvimento de projetos e trabalhos educacionais desenvolvidos no ambiente de ensino. Propõe pensar, a partir de uma experiência prática de trabalho, o desenvolvimento de posturas que possam colaborar nos hábitos alimentares de crianças entre 2 e 3 anos de idade.

Palavras-chave: projetos educacionais; educação; saúde e nutrição.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradeço à minha família pelo incentivo, cooperação e compreensão durante a formação no curso de Pedagogia e no desenvolvimento desta pesquisa.

À minha orientadora professora Elizabete Baroli, deixo muito mais que obrigado, por sua dedicação e incentivo na orientação de minha pesquisa.

Aos alunos agradeço pela alegria, pela vontade de descobrir e conhecer o mundo.

"Todas as coisas podem ser ensinadas por meio de projetos, basta que se tenha uma dúvida inicial e que se comece a pesquisar e buscar evidências sobre o assunto."
(Hernandez, 1998)

SUMÁRIO

- 1- INTRODUÇÃO 7
- 2- MARCOS TEÓRICOS: Os ~~trabalhos com projetos e a~~
importância da educação ~~nutricional~~. 13
- 3- ~~METODOLOGIA~~: Intervenção educativa e construção de valores,
hábitos e posturas. 29
- 4- CONSIDERAÇÕES FINAIS 35
- 5-REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS 40
- 6- ANEXOS

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradeço à minha família pelo incentivo, cooperação e compreensão durante a formação no curso de Pedagogia e no desenvolvimento desta pesquisa.

À minha orientadora professora Elizabeth Barolli, deixo muito mais que obrigado, por sua dedicação e incentivo na orientação de minha pesquisa.

Aos alunos agradeço pela alegria, pela vontade de descobrir e conhecer o mundo.

INTRODUÇÃO

O tratamento oferecido por uma sociedade para questões relacionadas à alimentação e à saúde, constitui-se em importante indicador para avaliar tanto o grau de desenvolvimento social, como para subsidiar a elaboração de políticas públicas que atendam às demandas das população nesses setores. Dessa forma entendemos que o tratamento dado a problemas pertencentes a esses âmbitos serve como reflexo das concepções que caracterizam uma determinada sociedade.

Atualmente, vemos com constância, em nível mundial, a divulgação de programas sociais que têm como objetivo reverter a situação de pobreza e da má qualidade de alimentação, de vida e de saúde de diferentes sociedades. Este trabalho não tem o propósito de avaliar esses programas, mas compreendemos que eles refletem e representam a responsabilidade que cabe aos governantes em garantir necessidades básicas dos sujeitos.

A qualidade da alimentação ou a inadequação alimentar está relacionada ao desenvolvimento de várias doenças, pois sabemos que em relação ao acesso ao alimento, ao consumo inadequado, ao conhecimento a respeito da seleção e da quantificação dos alimentos a serem consumidos, faz-se necessária uma intervenção educativa. Nesse sentido, compreendemos que é possível pela via da educação oferecer ferramentas para que as populações reconheçam o papel que hábitos e posturas alimentares desempenham para uma qualidade de vida satisfatória.

Muitas vezes a premissa de que comer bem é sinônimo de comer muito ou mesmo de comer carne é aquela que orienta a rotina de muitos sujeitos. No entanto, essas

crenças não têm sustentação teórica, indicando a relevância de se desenvolver ações educativas que forneçam parâmetros que possam nos auxiliar a praticar uma nutrição saudável, bem como a exigir políticas e programas que promovam a boa alimentação dos sujeitos.

A questão da Nutrição, por exemplo, pode ser discutida tanto em relação aos aspectos nutricionais propriamente, quanto sob a ótica de uma vida saudável, levando-se em conta os aspectos humanos relacionados ao crescimento e desenvolvimento.

Este tema pode ser abordado, também, a partir de aspectos culturais, das formas alternativas de alimentação ou, ainda, enfocando a interface entre nutrição e pobreza, o uso do agrotóxico e a distribuição e comercialização dos alimentos, entre outras.

O grande conflito é que talvez por falta de conhecimento, a respeito do tema ou pelo não envolvimento e compromisso com o mesmo, as informações e ações desenvolvidas pela educação formal são superficiais.

Se a escola, assim como os educadores, entender que a educação alimentar deve ser de responsabilidade dos pais e esses entenderem que a responsabilidade somente é da escola, nenhuma ação educativa eficaz poderá ser realizada. A educação nutricional e alimentar para promover a formação e a manutenção de hábitos alimentares corretos devem ser de ambos, escolas e pais.

A mídia tem reforçado hábitos inadequados de alimentação ao estimular o consumo de alimentos ricos em gordura e açúcar. Esses alimentos têm sido consumidos pelas crianças atualmente, ocasionando uma série de doenças como a obesidade, dislipidemias, doenças do coração entre outras.

Sem dúvida, as famílias devem ser responsáveis na educação nutricional de seus filhos. No entanto os espaços de educação formal e não formal também podem tomar para si uma parcela dessa responsabilidade, tendo em vista a carga horária e o tempo que as crianças permanecem nestes espaços, os quais se constituem como meios de socialização e de promoção de hábitos, valores e práticas.

O crescimento e o desenvolvimento saudáveis de crianças e adolescentes dependem em grande medida do acesso à ambientes socioculturais e afetivos que estimulem e possibilitem o desenvolvimento de suas habilidades e o alcance de seus potenciais biológicos, psicológicos e sociais.

Nesse sentido, ambientes educacionais se apresentam como espaços privilegiados para promover a saúde, por serem locais onde muitas pessoas passam grande parte do seu tempo, vivem, aprendem e trabalham.

Nesses espaços é possível articular e ampliar os saberes produzidos pelos profissionais docentes e não docentes, pelos educandos e pela comunidade escolar e desenvolver atividades que possam conscientizar a todos para a promoção de hábitos saudáveis e de qualidade de vida. Em outras palavras, estamos considerando, simplesmente, que pessoas bem informadas têm mais possibilidades de participar ativamente na promoção do seu bem-estar.

A informação sobre os riscos de uma nutrição inadequada pode ser a via para o desenvolvimento de atitudes pessoais que promovam a saúde. Assim, defendemos que a implementação de um conjunto de ações educativas, isto é o desenvolvimento da Educação Nutricional, em qualquer ambiente educativo, pode ser vista como promotora de saúde, de longevidade, de vida e de conhecimento.

Na realização deste trabalho consideramos como objetivos: a reflexão sobre a importância da educação nutricional no âmbito da Educação Infantil, a partir do desenvolvimento de projetos de trabalhos educacionais desenvolvidos no ambiente de ensino; a implementação de um conjunto de ações educativas que contribua para a mudança de hábitos alimentares e a observação de mudanças nos hábitos alimentares decorrentes de ações e intervenções educativas.

Nessa perspectiva, a partir de uma experiência educacional realizado em uma creche no Município de Hortolândia e conduzida com base num projeto de educação nutricional para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, em crianças de 02 a 03 anos de idade, este trabalho se propôs a pensar nas possibilidades efetivas de aquisição de posturas e hábitos alimentares saudáveis por parte dessa população tão jovem. A justificativa pela escolha deste campo de trabalho está no fato de que a infância é o momento ideal para a aprendizagem de bons hábitos e o momento no qual a criança está conhecendo o mundo em sua volta, construindo conceitos e noções e criando a sua personalidade. Para tanto, o referido projeto pretendeu realizar um conjunto de ações que promovesse o conhecimento sobre o valor nutricional dos alimentos junto à comunidade escolar. Foram consideradas e pontuadas no desenvolvimento das atividades aplicadas, a influência dos nutrientes no desenvolvimento humano, bem como, a reflexão sobre os problemas de saúde ocasionados por hábitos alimentares incorretos.

Para o desenvolvimento das ações e intervenções educativas partimos do pressuposto de que práticas alimentares e hábitos saudáveis são produtos de uma educação processual. Além disso, o projeto educativo foi conduzido por meio de

questões que vêm nortear minha prática docente, tais como: o que eu ensino contribui para a vida dos meus alunos? A maneira como eu ensino é significativa? De que formas o conhecimento chega até os alunos? Na minha visão, é fundamental que o educador esteja comprometido com seu ofício para que seus objetivos sejam alcançados, para que repense sua prática, para que vise as necessidades de aprendizagem dos alunos e para que tenha o gosto pela pesquisa. Profissionalmente este trabalho trouxe a possibilidade de articular minha prática docente com minha formação como nutricionista. Tanto a prática docente como a formação em nutrição despertaram meu interesse em promover o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis e a educação nutricional.

Na infância e adolescência, além da família, que é o núcleo privilegiado para a estruturação do comportamento, o ambiente educativo é um espaço extremamente significativo de socialização e, portanto, de promoção de práticas alimentares saudáveis. Muitas vezes os saberes produzidos a respeito da nutrição estão fundamentados em conhecimentos superficiais, o que não lhes garante o necessário conhecimento sobre os riscos à saúde quando a pessoa alimenta-se de forma inadequada. Acreditamos que o desenvolvimento de projetos, ações e intervenções educativas possam ampliar o quadro conceitual de visão das pessoas sobre o tema da nutrição.

A relevância do presente trabalho está, assim, relacionada com o desenvolvimento de projetos educacionais que possam construir valores e hábitos direcionados à nutrição e com a intervenção educativa possibilitando a ampliação dos saberes

produzidos pelas crianças, profissionais docentes e não docentes e pela comunidade escolar.

Esperamos que este trabalho possa abrir espaços para o levantamento de questões a respeito da educação nutricional e ampliar o campo conceitual dos pais e responsáveis por crianças que freqüentam os espaços de Educação Infantil, bem como por profissionais da saúde, ou mesmo por todos aqueles que se interessam por esta temática.

MARCOS TEÓRICOS

Reunimos nesta parte do trabalho as contribuições de diversos autores que discutem a importância da educação nutricional, dos projetos realizados nas escolas que abordam essa temática e as consequências que a nutrição poderá trazer para a saúde dos sujeitos.

Utilizaremos a terminologia criança e aluno para mencionar o trabalho realizado com a nutrição na educação infantil respeitando a visão dos teóricos aqui focalizados.

Na visão de Bacega (2001), a escola é o espaço responsável por capacitar o aluno a não apenas mover-se na sociedade, mas, sobretudo, a ter condições de modificar seu ambiente social. E essas condições que serão dadas para que o ambiente, em que os sujeitos vivem, seja modificado, se tornam possíveis mediante ações educativas desenvolvidas pela e na escola.

Concordamos com Bacega (2001), sobre a possibilidade de a escola oportunizar a construção de ferramentas para que o ambiente social seja modificado e re-constituído.

Essa possibilidade que é dada pela escola, promove o elo entre os saberes produzidos na vida e os saberes produzidos na escola. Nesse sentido voltamos à introdução deste trabalho, quando mencionamos sobre a importância de dividir a responsabilidade entre escola e comunidade, efetivando-se assim uma relação de parceria.

Diante do contexto atual a escola deve repensar o seu papel na formação dos alunos, principalmente em relação à leitura de mundo. Como educadores precisamos ter claro que os valores implícitos e explícitos que permeiam as relações entre os

membros da escola são fatores determinantes da qualidade de ensino e podem chegar a influir de maneira significativa sobre o que e como os alunos aprendem e apreendem a realidade em que vivem.

A apreensão da realidade é um fator de importância a ser considerado pela escola, pois revela toda a formação do sujeito.

As crianças refletem e gradativamente tomam consciência do mundo de diferentes maneiras em cada etapa do seu desenvolvimento. As transformações que ocorrem em seu pensamento se dão simultaneamente ao desenvolvimento da linguagem e de suas capacidades de expressão. À medida que crescem, se deparam com fenômenos, fatos e objetos do mundo; perguntam, reúnem informações, organizam explicações e arriscam respostas; ocorrem mudanças fundamentais no seu modo de conceber a natureza e a cultura. (Referencial curricular nacional para a educação infantil, 1998, p.169)

Dependendo de como o processo de formação for encaminhado e construído teremos alunos críticos, questionadores e transformadores ou passivos e submissos.

Para Freire (1997), o processo de formação dos sujeitos está relacionado com a postura do educador; o autor faz críticas ao ensino bancário o qual deposita os conteúdos nos alunos, criando uma relação de submissão perante o conhecimento. Em contraposição a prática do ensino bancário Freire (1997), propõe uma educação que promova o estímulo e a criatividade.

A escola e os professores de acordo com Freire (1997) precisam respeitar os saberes dos educandos e sempre que possível, trabalhar seu conhecimento empírico, sua experiência anterior. Aconselha-se a discussão sobre os problemas sociais que as comunidades carentes enfrentam e a desigualdade que as cercam.

Os autores aqui citados defendem a escola como espaço de promoção da transformação da realidade social e como espaço destinado para a formação de sujeitos críticos que possam intervir na realidade posta em sua sociedade.

No entanto sabemos que não é fácil para a escola assumir essa tarefa, pois as funções por ela desempenhadas, na sociedade capitalista, estão em preparar o aluno para a força de trabalho, para o mercado de trabalho, legitimar a ordem social e transmitir o conhecimento cultural e científico.

A ação educativa, numa perspectiva emancipadora, buscaria transformar as estruturas sociais, os processos escolares e a função social da escola. Enquanto educadores a nossa responsabilidade social é complexa; somente a reflexão sobre a prática docente e a sociedade, é que possibilitaria a transformação social.

Para Freinet (1969), a proposta pedagógica se constrói a partir da materialidade da prática docente ("materialismo escolar"). As ferramentas de trabalho são elaboradas a partir do enfrentamento material da prática educativa e das contradições presentes na prática.

Mesmo na escola capitalista, a prática docente pode se fazer valer das contradições sociais, para que a escola seja um espaço de reflexão sobre as condições da realidade.

Tratamos de ensinar, não o que está previsto pela burguesia, incluído nos métodos, consignado nos manuais, mas o que, sendo fruto do desejo das crianças, pode contribuir para sua elevação no quadro concreto da sua própria classe e da sua própria vida... Não formamos a criança, colocamos à sua disposição o máximo de elementos, o máximo de possibilidades para que, partindo do que ela é, do seu meio, alcance todo o desenvolvimento social e individual de que ela é capaz. (FREINET, 1969, p115)

A visão de educação para Freinet (1969), não é só a transmissão dos conhecimentos históricos e sociais e nem tão pouco a preparação para o trabalho. A educação freiniana contribui para a elevação e consciência de classe e o desenvolvimento social e individual.

Transpondo esses princípios para a escola contemporânea, a mesma deveria se preocupar com a formação dos alunos no sentido de que estes tivessem consciência de sua classe social, de seus papéis sociais e de suas possibilidades de transformar a realidade. O que vemos, via de regra, na educação capitalista é um sujeito formado sem a consciência de si e reproduzidor da ideologia capitalista.

Para Araújo (2003), o caminho construtivista fornece a chave que permite articular os conhecimentos científicos e os saberes populares e cotidianos. As temáticas transversais são vistas como o eixo vertebrado do sistema educacional uma vez que levam em consideração os conhecimentos, necessidades e expectativas dos sujeitos que aprendem.

A discussão sobre a introdução dos temas transversais no currículo revela a necessidade de atividades pontuais, fundamentação teórica sobre o tema, oferecimento de projetos interdisciplinares sobre os temas transversais, incorporação da transversalidade nas disciplinas, bem como um trabalho em que a transversalidade se insere como currículo oculto.

O que se coloca diante deste novo paradigma é a busca da organização curricular, através da pedagogia de projetos assumindo desta forma uma nova compreensão da realidade. Esta estratégia de acordo com Araújo (2003), é um caminho promissor para a transformação dos tempos, dos espaços e das relações interpessoais.

A transversalidade se propõe a transgredir a visão da educação escolar baseada nos conteúdos. Essa mesma transgressão, tendo os projetos como ponto de partida, reconhece o papel de autoria dos alunos e reforça a intencionalidade do trabalho docente para a instrução e formação ética.

Quando os educadores aceitam ser viável compartilhar com seus alunos os saberes, acabam promovendo o desenvolvimento do discernimento e da autonomia. Assim como os alunos os educadores estão sujeitos a ampliar, modificar, reestruturar os seus conhecimentos e os seus pontos de vista.

Utilizando as palavras de Perrenoud (2000), e abordando a questão do compromisso de acordo com as exigências atuais de nossa sociedade, o ofício de professor sofre transformações. Percebemos, portanto, a necessidade de que os paradigmas sejam repensados e que o trabalho em equipe e por projetos, a autonomia e as responsabilidades crescentes e as pedagogias diferenciadas, tomem o espaço no cenário escolar.

Reforçamos a importância dos trabalhos realizados mediante os projetos escolares com o objetivo de desenvolver a educação nutricional ou alimentar.

Com relação ao trabalho realizado com as crianças da educação infantil é preciso considerar que:

Contudo, o professor precisa ter claro que esses domínios e conhecimentos não se consolidam nesta etapa educacional. São construídos, gradativamente, na medida em que as crianças desenvolvem atitudes de curiosidade, de crítica, de refutação e de reformulação de explicações para a pluralidade e diversidade de fenômenos e acontecimentos do mundo social e natural. (Referencial curricular nacional para a educação infantil, 1998, p.173)

Na perspectiva do trabalho com os projetos o docente abandona o papel de transmissor de conteúdos, para se transformar num pesquisador juntamente com seus alunos; os alunos passam de receptores passivos para sujeitos do processo; desenvolvem a consciência sobre o processo de aprendizagem, sobre si e sobre a vida e a cultura escolar adquire a função de refazer e re-nomear o mundo.

De acordo com Hernandez (1998), no trabalho com projetos a escola é geradora de cultura, assumindo uma posição relativista com relação aos saberes e conhecimentos.

Nos projetos existem várias formas de aprender. A relação em aula não é unidirecional e unívoca, pois ocorre a re-interpretação de cada aluno, levando em conta que cada aluno deve e pode aprender.

É preciso reconhecer a multiplicidade de relações que se estabelecem e dimensioná-las, sem reduzi-las ou simplificá-las, de forma a promover o avanço na aprendizagem das crianças. É preciso também considerar que a complexidade dos diversos fenômenos do mundo social e natural nem sempre pode ser captada de forma imediata. Muitas relações só se tornam evidentes na medida em que novos fatos são conhecidos, permitindo que novas idéias surjam. Por meio de algumas perguntas e da colocação de algumas dúvidas pelo professor, as crianças poderão aprender a observar seu entorno de forma mais intencional e a descrever os elementos que o caracterizam, percebendo múltiplas relações que se estabelecem e que podem, igualmente, ser estabelecidas com outros lugares e tempos. (Referencial curricular nacional para a educação infantil, 1998, p.172)

Segundo Morin (2001), cabe à educação trabalhar com a noção de que compreender o humano é compreender sua unidade na diversidade, sua diversidade na unidade. É preciso conceber a unidade no múltiplo, a multiplicidade no uno. Não há espaço para pensamento compartimentado, que não percebe a visão de indivíduo/sociedade/espécie.

Devemos pensar educação de forma complexa, como construção conjunta, como global. A complexidade, neste enfoque surge para questionar a fragmentação e o esfacelamento do conhecimento, propondo uma educação emancipadora que favoreça a reflexão do cotidiano, o questionamento e a transformação social bem ao contrário da concepção reducionista, que revestida de pensamentos lineares e fragmentados, valorizam o consenso de uma pedagogia que, visando a harmonia e a unidade, acaba por estimular a domesticação e a acomodação.

No que respeita a educação para a saúde escolar, Brito Bastos (1979), argumenta que ela não deve se limitar a simples informações de assuntos de saúde. A educação para saúde só pode ser efetiva se promover mudança no comportamento da criança, tornando-a consciente do que é necessário à conservação da saúde.

Para Carvalho (2005), a aprendizagem real e verdadeira acontece quando os aprendizes estão diante de um problema a resolver. Neste tipo de aprendizagem é criada uma situação na qual o sujeito que aprende é reconhecido em sua capacidade de refletir, inferir, estabelecer relações, processar e compreender informações transformando-as em conhecimento.

Desta forma os objetivos a serem atingidos não estão somente no sentido de contribuir para que os alunos adquiram conhecimentos relacionados com saúde, mas, principalmente, no sentido de que eles sejam auxiliados a adquirirem, ou reforçarem hábitos, atitudes e conhecimentos relacionados com a prática específica de saúde.

A motivação dos alunos em relação ao tema educação nutricional está positivamente relacionada à capacidade do professor (a) de inovar no aspecto de estratégias de ensino. Experiências de implantação de uma horta didática, lanches comunitários e feiras educativas são exemplos de experiências de boa integração dos escolares com os temas de

nutrição e alimentação (PIPITONE, 2003 p.80).

Os alunos devem ser envolvidos nas atividades de alimentação e nutrição, de maneira que se possibilite a discussão e o questionamento sobre seus hábitos de consumo, com o objetivo da conscientização sobre a importância da nutrição.

É importante fazê-los perceber que a expansão dos pontos de *fast food* é "capaz de introduzir novos hábitos de consumo, fazendo o indivíduo sonhar, imaginar e agir concretamente, sem perceber que vai sendo conquistado com sutileza. A publicidade faz tudo parecer normal, livre e somente através de profundo trabalho de observação, podemos perceber e avaliar o grau dessa manipulação do cotidiano via consumo (ORTIGOZA 1997, p. 23).

O papel do professor seria o de mediador para que a conscientização seja adquirida e que as necessidades e os interesses de aprendizagens de seus alunos sejam respeitados.

Estas recomendações podem ser auxiliares na construção de um modelo de ensino e aprendizagem em educação nutricional, no qual o professor atue como agente facilitador do processo capaz de selecionar atividades compatíveis com o desenvolvimento dos alunos e capazes de levá-los ao acesso das informações necessárias à concepção da nutrição/alimentação como um processo científico, intrinsecamente ligado às condições de saúde, tanto no âmbito individual como no âmbito da coletividade" (PIPITONE, et al, 2004 - p. 14).

Destacamos a importância da figura do professor no processo de aprendizagem, compreendendo a mediação como possibilidade de construção do conhecimento e aprendizagem.

O professor é o principal mediador, aquele que com sua ação poderá tornar ou não significativa a aprendizagem de seus alunos.

Na escola, o professor é o principal mediador na interação sujeito-objeto. As ações, tanto do professor como do aluno, não são as ações isoladas, mas convergentes entre si, em que as discussões e trocas colaboram (ou não) para que se alcancem os objetivos desejados (BARROS, 2006, p.148).

Neste sentido Freire (1997), defende a concepção de uma educação que está na intimidade das consciências, transformando e sendo a alavanca para as mudanças sociais. A transformação social é percebida como um processo histórico, sendo que antes era entendida de forma simplista, fazendo-se com a mudança, primeiro das consciências, como se fosse a consciência de fato. Nesse sentido, o papel do professor está em não se colocar como mero espectador, justamente pelo fato de que os conhecimentos e saberes produzidos pelo aluno devem considerados.

Cabe ao professor o papel de organizar as situações de aprendizagens, as intervenções pedagógicas que auxiliem os alunos em suas próprias construções, que considere seus conhecimentos e os mecanismos envolvidos nessa construção, além das questões relacionadas à didática do objeto a ser ensinado e aprendido.

Bosley (1976), defende que o objetivo da educação nutricional é ajudar os sujeitos a estabelecer práticas e hábitos alimentares adequados às necessidades do organismo. Seguindo as idéias desse autor cabe ao professor criar o desejo do aluno e mudar a sua forma de alimentação.

Nossos hábitos alimentares formam-se nas primeiras fases da vida, na fase de socialização primária e, por isso, têm raízes profundas. Certamente conhecemos pessoas que comiam carne e, de um dia para o outro, tornaram-se vegetarianas. Conseguiram mudar, porque mudaram a filosofia de vida. Quando a forma de pensar a vida modifica-se, então o hábito alimentar também se altera (BOOG, 2005, p.12).

Collares e Moisés (1989), defendem que saúde tem que ser entendida como resultado das condições de vida, determinadas pela inserção do indivíduo nos meios de produção, desta forma, saúde não se ensina, se discute; discute-se a relação entre saúde e condição de vida, discute-se o direito de toda a população viver em condições adequadas.

Na visão de Loureiro (1996), a educação em saúde tem por função tornar o cidadão capaz de alterar seus hábitos e comportamentos e de estar em condições de reivindicar seus direitos. A prática educativa em saúde ajuda a construir um cidadão consciente de seu papel enquanto agente social.

A educação para a saúde tem grandes possibilidades de ser introduzida no currículo de todos os graus, através do ensino incidental, quando surgem situações com implicações de saúde durante a rotina e rituais de vida diária da criança. Não é pressuposto da educação para a saúde a existência de um professor especialista, o que se pretende é um trabalho pedagógico cujo enfoque principal esteja na saúde e não na doença (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E DO DESPORTO, 1987).

Brito e Bastos (1979), ao concordarem com a inclusão da educação para saúde no currículo defendem que a mesma deverá ser aceita como parte integrante do processo educacional, devendo ter início praticamente na fase pré-escolar com um limitado número dos mais importantes assuntos e ser continuada através dos estágios da vida escolar reforçada na vida adulta de maneira acidental ou mesmo formal.

Loureiro (1996), destaca a necessidade do professor ser preparado no curso de formação, considerando extremamente preocupante a ausência de disciplinas que abordem a dimensão Saúde, ou ainda, a tentativa de algumas instituições de ensino

superior de abordar toda a diversidade temática contida na área em algumas poucas disciplinas.

Com relação ao material didático, as noções de higiene, de sexualidade, do corpo humano, dos primeiros socorros e da preservação do ambiente, Loureiro (1996), argumenta que tais aspetos são tratados de modo fragmentado, descontextualizado e, não raramente, preconceituoso; isto é visto de modo acrítico e reproduzido indevidamente pelo professorado em geral. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a definição de saúde adotada em 1948 declara a saúde como estado de completo bem estar físico, mental e social e não apenas como a ausência de doenças (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E DO DESPORTO, 1987).

Minayo (1992), acrescenta que saúde é o resultante das condições de alimentação, habitação, educação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse da terra e acesso aos serviços de saúde. Assim, a saúde da criança está relacionada à qualidade de vida que sua comunidade e família possuem.

Loureiro (1996), considera a qualidade de vida como um somatório dos fatores que interferem na vida do indivíduo, em suas múltiplas dimensões (física, mental, social, entre outras).

Na leitura da legislação brasileira encontramos a declaração de que saúde é um direito de todos e um dever do estado garantido mediante políticas sociais e econômicas. Tais medidas visam a redução do risco de doença e de outros agravos e o acesso universal e igualitário às ações e serviços, para sua promoção, proteção e recuperação da saúde. (ART. 196 DA CONSTITUIÇÃO BRASILEIRA, 1988).

Para Amaral et. al (1996), no período da infância, a nutrição adequada é fundamental para garantir o crescimento e desenvolvimento normal da criança e a manutenção da saúde, e isto é particularmente verdade para os pré-escolares, os quais, além de serem biologicamente vulneráveis, constituem um dos grupos populacionais que mais necessitam de atendimento.

Nos primeiros anos de vida, é essencial para o crescimento e desenvolvimento da criança uma alimentação qualitativa e quantitativamente adequada, pois ela proporciona ao organismo a energia e os nutrientes necessários para o bom desempenho de suas funções e para a manutenção de um bom estado de saúde.

De acordo com Philippi (2003), as práticas alimentares são adquiridas durante toda a vida, destacando-se os primeiros anos como um período muito importante para o estabelecimento de hábitos que promovam a saúde do indivíduo, evitando patologias como anemias, diabetes tipo 11, cardiopatias, síndromes metabólicas e outras comorbidades associadas com os altos e crescentes índices de obesidade observados entre as crianças .

Autores como Carvalhaes, (2002), e Leão (2005), consideram que os profissionais que cuidam de crianças devem se preocupar em fornecer orientações que possam trazer maior saúde e conforto na idade adulta.

De acordo com Desvincenzi (2004), a alimentação é importante não somente para satisfazer as necessidades nutricionais da criança, mas deve ser vista também como um fator educacional na promoção da mastigação, da deglutição e do contato com novos sabores.

Phillipi (2003), recomenda para as crianças entre dois e três anos de idade, que a alimentação deve ser capaz de suprir as demandas de macro e micronutrientes. A necessidade de maior cuidado em relação à alimentação dessa faixa etária decorre principalmente do fato de nesse período do desenvolvimento ocorrer a incorporação de novos hábitos alimentares, implicando o conhecimento de novos sabores, texturas e cores, experiências sensoriais que influenciarão diretamente o padrão alimentar a ser adotado.

Durante este período, a alimentação da criança pode ser a mesma da família, com algumas adaptações em relação à forma de preparo e apresentação dos alimentos de acordo com a idade.

Leão (2005), argumenta que as crianças com dois e três anos de idade apresentam maior estabilidade no crescimento, devido à diminuição da velocidade de ganho de peso e estatura, o que condiciona diminuição do apetite. Por isso, as demandas de energia e de proteínas por quilo de peso diminuem em comparação com as necessidades durante o primeiro ano de vida.

É importante considerarmos que na fase entre dois e três anos de idade a criança está desenvolvendo sua coordenação motora, com destaque à aquisição da capacidade de se alimentar sozinho. O estabelecimento de horários regulares para as refeições e a seleção de utensílios (copos, pratos e talheres) adequados para cada idade apresentam-se como condição importante para a aceitação e experimentação dos alimentos. Para Philipi (2003), os lanches, como refeições intermediárias, devem ser saudáveis, pois nesta idade os hábitos alimentares estão em formação. É recomendável fazer a introdução de novos alimentos e preparações de forma gradual,

respeitando-se os interesses da criança e auxiliando no aprendizado do consumo de uma dieta equilibrada.

Ainda de acordo com as idéias de Philipi (2003), o ato de conduzir de forma apropriada a alimentação da criança requer cuidados relacionados aos aspectos sensoriais (apresentação visual, cores, formatos atrativos), à forma de preparo dos alimentos (temperos suaves, preparações simples e alimentos básicos), às porções adequadas à capacidade gástrica restrita e ao ambiente onde serão realizadas as refeições, que são fatores a serem considerados. Essas considerações visam a satisfação de necessidades nutricionais, emocionais e sociais, para a promoção de uma qualidade de vida saudável.

Carvalhaes (2002), pondera que algumas práticas podem facilitar a aceitação de novos alimentos pela criança, como a interação da mesma no momento da alimentação, em contraste com uma apresentação passiva do alimento.

Deve-se selecionar alimentos que sejam apropriados à capacidade motora da criança, garantir um ambiente tranquilo e sem distrações no momento da refeição, proporcionar intervalos entre as refeições para que a criança sinta fome, oferecer estrutura familiar adequada.

A criança, ao experimentar e aceitar o alimento, apresenta uma grande chance de aprová-lo e incluí-lo em seus hábitos alimentares. Devincenzi (2004), diz que a aceitabilidade de novos alimentos é influenciada por vários fatores, entre eles o número de vezes a que a criança foi exposta ao alimento e o tipo de aleitamento. O leite materno facilita a aceitação, uma vez que a variação da dieta materna provoca

mudanças sensoriais no leite. É importante que a criança acostume-se a comer alimentos variados, evitando a monotonia da dieta.

Sobre a apresentação dos alimentos Devinscenzi (2004), recomenda que os alimentos não devem ser apresentados misturados uns aos outros, pois é fundamental que a criança identifique o sabor, a cor e a textura de cada um deles. É comum a aceitação de certos alimentos após rejeição nas primeiras tentativas: é o processo natural da criança em conhecer novos sabores e texturas e da própria evolução da maturação dos reflexos da criança, que é gradativa e depende de aprendizagem. Nesse contexto, Briley et. al (1993), destaca que vários estudos têm demonstrado deficiências de cálcio, ferro e energia na alimentação de crianças menores de sete anos, apesar do consumo protéico adequado.

O Programa de Alimentação para as Creches, de acordo com as diretrizes estabelecidas, deveria atender 100% das recomendações nutricionais para as crianças que permanecem nas creches no período de 12 horas diárias, não havendo definição para aquelas com permanência em período menor (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 1995).

Nos dias atuais, a questão da desnutrição causa preocupação no meio científico. Caroba (2002), diz que a situação epidemiológica-nutricional no mundo e também no Brasil vem se modificando ao longo dos anos. A desnutrição energético-proteica vem diminuindo gradualmente e os níveis de obesidade aumentando.

Para Caroba (2002), essa transição nutricional reflete os padrões de mudanças nas dietas de indivíduos e populações, com elevado consumo de alimentos de origem animal, de açúcares e farinhas refinadas, baixo consumo de cereais integrais e fibras,

associados à diminuição da atividade física, favorecendo o aumento da prevalência da obesidade em crianças e adultos

No delineamento do quadro teórico que fundamenta este trabalho consideramos aqueles autores que discutem a importância da educação nutricional como uma construção interna dos sujeitos, com o devido envolvimento e compromisso dos educadores e como uma possibilidade de aquisição de novos hábitos e condutas.

INTERVENÇÃO EDUCATIVA E CONSTRUÇÃO DE VALORES, HÁBITOS E POSTURAS

Ao considerarmos que o estado nutricional é importante para a aprendizagem, a educação nutricional deve ser ministrada em tempo, quando ainda são possíveis as modificações na conduta e práticas alimentares. Muitos educadores acreditam que mudanças nos hábitos alimentares de crianças de idade escolar são mais facilmente influenciáveis nos primeiros anos de escola.

Entendemos também que a educação alimentar ou nutricional não deve ser ensinada apenas na teoria; a aquisição de uma alimentação saudável é um processo educacional e se adquire com a prática.

Com base nesse entendimento, realizamos um projeto sobre educação nutricional e alimentar na educação infantil, na perspectiva de criar condições favoráveis para que crianças da educação infantil construíssem hábitos alimentares saudáveis.

Em termos de objetivos secundários priorizamos:

- ✓ elaborar o cardápio alimentar praticado na família;
- ✓ conhecer os conceitos básicos da nutrição e saúde;
- ✓ identificar os nutrientes e sua função no organismo;
- ✓ selecionar e caracterizar uma dieta adequada a nossa alimentação;
- ✓ valorizar os hábitos alimentares da região compatíveis com os fundamentos da nutrição e

- ✓ reconhecer a importância da participação comunitária como meio de garantir o acesso a uma dieta adequada.

Os sujeitos que participaram desta pesquisa foram 30 crianças que possuem entre dois e três anos de idade, regularmente matriculadas, no maternal, na escola de educação infantil Residencial São Sebastião II, no município de Hortolândia, em São Paulo. Tais crianças já haviam sido examinadas e analisadas quanto ao crescimento e ao desenvolvimento e nenhuma alteração importante foi encontrada. Também foram sujeitos desta pesquisa os pais das 30 crianças mencionadas acima.

Em primeiro lugar buscamos fundamentação teórica a respeito da alimentação saudável para crianças com idades entre dois e três anos, com o objetivo de nortear o desenvolvimento do trabalho acerca da qualidade da nutrição.

Inicialmente os nossos objetivos estavam em: proporcionar às crianças um primeiro contato com verduras, frutas e legumes, através de gravuras e de réplicas plásticas que imitam tais alimentos; discutir a importância da alimentação saudável com os funcionários da creche, crianças e com seus pais e responsáveis; despertar nas crianças o interesse por uma alimentação mais saudável, bem como estender os bons hábitos alimentares à família da criança.

A ação educativa foi realizada por meio de diversos momentos, como descrito a seguir. Inicialmente enviamos uma circular para os pais das crianças informando sobre o desenvolvimento do projeto e da sua importância; convidamos os pais para uma reunião, na escola, com o objetivo de apresentar mais detalhes sobre o projeto e aplicar um questionário referente aos hábitos alimentares da família e da criança fora do ambiente escolar.

Ao mesmo tempo, apresentamos às crianças fotografias, figuras e réplicas plásticas de frutas, verduras e legumes. Esses materiais foram utilizados em sala de aula durante o decorrer do ano, para que as crianças tivessem contato constante, ainda que superficial, com as frutas, verduras e legumes mais comuns.

No decorrer dessas atividades, utilizando a fotografia, a figura e a réplica, exploramos o nome, a importância que tais alimentos tinham em nossa alimentação, ilustrando a pirâmide dos alimentos e começamos a desenvolver o gosto e prazer pelo consumo destes alimentos.

Algumas crianças trouxeram de casa revistas, enciclopédias e folhetos com as informações nutricionais dos alimentos estudados. Esta iniciativa partiu das crianças e dos pais que queriam contribuir com as nossas atividades.

A partir do material e das informações que eram trazidas pelas crianças, sistematizamos as informações mais importantes e produzimos uma revista sobre nutrição. Esse material foi produzido pelas crianças, as quais ilustraram as informações e pela professora que editou as informações em forma de texto.

Para possibilitar o contato direto com os legumes e verduras, construímos uma horta com a ajuda das crianças, dos pais e dos profissionais docentes e não docentes da escola. Essa estratégia foi pensada para equilibrar a dieta de crianças e para desenvolver o gosto pelo consumo, uma vez que o plantio foi feito com a ajuda das crianças.

Enquanto as verduras (alface, chicória, almeirão, etc) e os legumes (cenoura, rabanete, etc) estavam crescendo, fomos conhecer uma feira livre que era montada às terças-feiras, no bairro onde a escola fica localizada. Essa atividade proporcionou o

conhecimento sobre os preços, a variedade, o valor nutricional, os produtos mais consumidos e a maneira como as frutas, legumes e verduras são vendidas (unidade, peso etc.).

Posteriormente, o que foi produzido na horta foi levado à sala de aula para que as crianças pudessem visualizar os alimentos já prontos para iniciar o preparo ao consumo. Convidamos a mãe de uma criança e a profissional que cuida da merenda para conversar com as crianças sobre a maneira e os cuidados que devemos ter no preparo dos alimentos.

Após esse momento as crianças registraram através de desenhos as informações coletadas pela explicação da mãe e da profissional da escola. Levaram para casa seus registros que, no dia seguinte, foram fixados em um mural da escola.

Outra atividade desenvolvida foi a degustação de algumas frutas, fornecidas pela escola e pelos pais das crianças. As frutas, com o auxílio das crianças foram lavadas e descascadas e cortadas pelos adultos. As crianças utilizaram a revista produzida para resgatarem as informações nutricionais sobre as frutas. Realizamos uma pesquisa a respeito das frutas preferidas e das consumidas pelas crianças.

Fizemos uma salada de frutas para que as crianças pudessem degustar a combinação de várias frutas e que pudessem valorizar seu valor nutricional. Redigimos a receita da salada de frutas, as crianças ilustraram através de desenhos e a professora acrescentou informações nutricionais sobre cada uma das frutas. Decidimos que as receitas deveriam ser entregues para a comunidade e então saímos pelas ruas do bairro, entregando de casa em casa as receitas.

A nossa última atividade foi uma reunião com os pais e com as crianças para realizarmos as seguintes ações: apresentar as atividades do projeto, dar uma devolutiva do questionário colhido inicialmente e conscientizá-los sobre a importância da aquisição de hábitos alimentares saudáveis. Foram transmitidas noções da importância de uma dieta balanceada, assim como fornecidas receitas de alimentos nutritivos e de fácil preparo.

Neste momento aproveitamos para que as crianças apresentassem um teatro sobre a educação nutricional de acordo com as informações registradas e sistematizadas pelas crianças.

Produzimos um jornal a respeito descrevendo as atividades realizadas durante o projeto e acrescentamos as informações que foram colhidas através de pesquisas em revistas científicas, enciclopédias, livros didáticos e para-didáticos.

A necessidade de realizarmos este Projeto fundamentou-se na intenção do desenvolvimento da educação para a construção de valores, no âmbito da Educação Infantil. Através das atividades aplicadas com as crianças e com os pais, foi possível refletirmos sobre a importância e a necessidade da educação nutricional e a eficácia do trabalho com projetos.

Acreditamos que o trabalho com projetos não é produto somente da intenção dos educadores, mas também dos educandos e da comunidade escolar, em vista de suas necessidades e interesses. Entendemos que o grande desafio, hoje, é a construção e concepção de uma escola que atenda as necessidades do homem multidimensional, que é ao mesmo tempo biológico, psíquico, social afetivo e racional.

Nessa concepção de educação deve se levar em conta na aprendizagem dos conteúdos a relevância social e sua contribuição para o desenvolvimento intelectual do aluno. O estudo deve ser significativo para os alunos e não justificado apenas pela sua qualidade de pré-requisito para o estudo de outro conteúdo. Como parte do sistema cultural de uma sociedade, a escola transmite, reproduz e contribui para a construção de valores. Nesse prisma é importante que se trabalhe conteúdos conceituais (conceitos), procedimentais (o “saber fazer”) e atitudinais (valores).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Não seria possível idealizarmos a escola que queremos, ou ao menos discutir sobre o seu funcionamento, sem que refletíssemos nas condições postas em nossa realidade.

A educação nutricional ou alimentar é uma das necessidades emergentes em nossa sociedade. Os danos relacionados à saúde e à qualidade de vida seriam o preço que pagaríamos por ignorar a dimensão da boa alimentação em relação à nossa condição de vida e de existência.

Se a escola realmente estiver atenta e preocupada com as condições e questões sociais de seu entorno e realidade, deverá ponderar que a transformação social se efetiva na medida em que é capaz de influenciar as práticas sociais. E diante de tal preocupação a escola deve rever as práticas escolares, questionando se elas saem do âmbito da sala de aula, levando em conta a realidade do aluno e levando esse para a sua realidade.

Partindo da escola que temos, a educação deveria trabalhar com os motivadores naturais, os quais estão na vida dos alunos, indo ao encontro da realidade para gerar conhecimento. Diante das reflexões realizadas no decorrer do exercício docente reconhecemos a importância de dar voz e vez aos alunos, com o objetivo de que suas angústias, suas inquietações, suas expectativas e questionamentos sejam valorizados.

É importante considerarmos o que realmente o aluno necessita aprender e o que ele tem para nos ensinar. Não adianta o professor selecionar conteúdos que não

estejam de acordo com as expectativas e interesses de seus alunos, pois neste caso a aprendizagem não ocorre de forma significativa ou muitas vezes não ocorre.

Sabemos e acreditamos que o compromisso com a qualidade da atuação pedagógica está relacionado com a valorização do processo do trabalho e não apenas de seus resultados. O trabalho com projetos envolve tempo, disposição, energia e compromisso, mas também possibilita a satisfação de vivenciar a realização dos propósitos e dos objetivos educacionais.

A questão da alimentação e por conseguinte da educação alimentar ou nutricional deve ser analisada em seu cunho político. Não há como negarmos a natureza política do processo educativo ou negar o caráter educativo do ato político. Essas esferas caminham lado a lado e a conscientização a respeito de uma boa alimentação atravessa a elaboração das políticas públicas em nossa sociedade.

Ao passo que ganhamos esta clareza através da prática, é fácil percebemos a impossibilidade de separar a educação da política e do poder. As contradições que caracterizam a sociedade, acabam penetrando na intimidade das instituições pedagógica e alterando o seu papel ou o seu esforço reprodutor da ideologia dominante.

Como educadores devemos assumir a nossa opção que é política e sermos coerentes com ela na prática. Essa questão da coerência entre a opção proclamada e a prática é uma das exigências que educadores críticos se fazem a si mesmos. Quando achamos que estamos neutros diante da educação, acabamos ajudando na preservação das estruturas autoritárias.

Através da realização deste trabalho foi possível constatar que a relação que se estabelece com a alimentação torna-se responsabilidade dos ambientes educativos e familiares. A escola tem o privilégio de se destacar como um espaço promotor da saúde e da construção de posturas e hábitos adequados com relação à alimentação.

Se considerarmos o tempo diário vivido pelas crianças, profissionais docentes e profissionais não docentes no ambiente educativo, podemos observar que as relações estabelecidas nos rituais de alimentação é de troca de vivências e de aprendizado. As atitudes dos adultos têm grande influência nas atitudes das crianças, contribuindo para que no ambiente educativo ocorra a aprendizagem entre as crianças e entre adultos e crianças.

Ainda com relação às crianças devemos considerar que elas estão permanentemente produzindo cultura e alargando seus saberes. Não poderíamos defender a idéia de que somente o adulto produz cultura. As escolas e os ambientes educativos devem planejar suas atividades de maneira a contemplar seus diferentes grupos e espaços – salas de aula, refeitório etc. –, bem como o fortalecimento de suas relações com a rede de saúde e demais instituições e organizações sociais presentes na região e que contribuem para promoção da saúde.

Ao desenvolver este projeto, transversalizado pelo eixo saúde, percebemos sua potencialidade no sentido de oportunizar a realização de atividades multidisciplinares, com olhar multirreferencial sobre a realidade e com maior articulação entre os profissionais do ambiente educativo.

Concluimos que a maneira pela qual o projeto foi conduzido permitiu que crianças de tenra idade se sentissem estimuladas a conhecer e até a participar de algumas

ações de saúde em seu bairro ou no município. Esse resultado mostra a eficácia de um projeto que pode ensinar a todos serem cidadãos, dentro da perspectiva da transformação social.

Destacamos na realização deste trabalho a importância da valorização dos questionamentos e dos saberes prévios dos alunos. Os questionamentos foram surgindo no decorrer do cotidiano escolar e foi através da vontade e do desejo de se obter respostas que o compromisso e o vínculo com a qualidade e o desenvolvimento da aprendizagem foram se solidificando. Durante as atividades realizadas percebemos, ainda, que as situações problema ou os questionamentos a respeito de nossa temática (educação nutricional ou alimentar) surgiram a partir da realidade vivenciada.

Uma escola que se propõe a promover e discutir sobre saúde deve estar assentada nos seguintes princípios: a promoção da saúde é um processo de desenvolvimento permanente; o processo educativo e a promoção da saúde contribuem para o desenvolvimento de capacidades e aquisição de competências de cada indivíduo para confrontar-se positivamente consigo próprio e com o meio, construir um projeto de vida, desenvolver hábitos saudáveis e exercer plenamente a cidadania; o envolvimento dos diversos segmentos da comunidade educativa, valorizando a participação ativa dos adultos de referência.

Consideramos também que é de extrema importância para as crianças que o ato de conhecer esteja relacionado com as possibilidades de aplicabilidade e de interação com as situações cotidianas. Se o conhecimento não estiver atrelado com as necessidades que temos em resolver diversas situações e desafios que nos são

propostos, dentro e fora do ambiente escolar, não haverá muito significado em aprender.

Em todos os momentos, desenvolvendo atividades ou participando das discussões realizadas entre as crianças, entre as crianças e os adultos, ou mesmo entre os adultos, partimos do princípio de que era necessário mobilizarmos os conhecimentos sobre o que seria aprendido, em segundo lugar as experiências perante os desafios e por último a construção e sistematização da aprendizagem. Observamos na rotina da creche que hábitos e posturas relativas ao assunto trabalhado foram sendo processualmente construídas pelas crianças. As crianças mostraram-se representadas quando puderam opinar e discutir sobre temas que lhes agradavam ou que eram de seu interesse.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABREU, M. Alimentação escolar: combate à desnutrição e ao fracasso escolar ou direito da criança e ato pedagógico? *Em Aberto*, Brasília, v.15, n.67, p.5-20, 1995.
- AMARAL, M.F. M, MORELLI V, PANTONI, R.W, ROSSETI, F. U.C. Alimentação de bebês e crianças pequenas em contextos coletivos: mediadores, interações e programas em educação infantil. *Rev. Bras. Cresc. Desenv. Hum.* 1996.
- ARAÚJO, U. *Temas transversais e as estratégias de projetos*. 1ª ed. São Paulo: Editora Moderna, 2003.
- BACEGA, M. A. Da comunicação à comunicação/ educação. *Comunicação e Educação*. São Paulo, v. 7, n.21, p7-16, maio/set, 2001.
- BARROS, F. R. A. Mediação e afetividade: histórias de mudanças na relação sujeito objeto. In: LEITE, S. A. S. (org) *Afetividade e práticas pedagógicas*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.
- BOOG, M. C. Aspectos simbólicos da alimentação. In: *Revista Avisa Lá*, Novembro, 2005.
- BOSLEY, B. Nutrition education. In: BEATON, G.R.; BENGGOA, J.M. *Nutrition in preventive medicine: the major deficiency syndromes, epidemiology and approaches to control*. Geneva: World Health Organization, 1976. p.276-296 (Monograph Series, 62) .
- BRASIL. Ministério da Educação. *Constituição da República Federativa do Brasil -1988*. Brasília, 1989.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Lei Federal 4024/61- *Diretrizes e Bases da Educação Nacional*. Rio de Janeiro: Secretaria da Educação, 1961.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Lei Federal 5692/71 - *Diretrizes e Bases da Educação Nacional*. Brasília: Secretaria da Educação, 1971.

BRILEY, M.E, Roberts-Gray C, Rowe S. What can children learn from the menu at the child care center? *J Community Health* 1993;18:363-77.

BRITO BASTOS, N. C. "Educação para a Saúde na Escola". *Revista da FSESP*, vol. XXIV, nº 2, 1979.

CAROBA, D.C.R. A escola e o consumo alimentar de adolescentes matriculados na rede pública de ensino. Piracicaba, 2002. 162 p. *Dissertação (Mestrado)* - Escola Superior de Agricultura "Luiz de Queiroz", Universidade de São Paulo.

CARVALHAES, Maria Antonieta de BL e BENICIO, Maria Helena D'Aquino. Capacidade materna de cuidar e desnutrição infantil. *Rev. Saúde Pública*, abr. 2002, vol.36, no.2, p.188-197.

CARVALHO, S. P. As delicadas relações entre construção de hábitos e aprendizagem. In: *Revista Avisa lá*, Novembro, 2005.

COLLARES, C. A. L. & MOISÉS M. A. A. "Educação , Saúde e Formação da Cidadania", *Educação e Sociedade*, 10 (32), Abr. 1989.

DEVINCENZI, M. U. et al. *Nutrição e alimentação nos dois primeiros anos de vida*. Com Dacta Nutrição. São Paulo. v. 5. n. 1. 2004.

FREINET, Celéstin. *Para Uma Escola do Povo*. Santa Maria de Lema: Editorial Presença, 1969

FREIRE, Paulo. *A Importância do Ato de Ler: em três artigos que se completam*. São Paulo: Cortez, 1988.

_____. *Pedagogia da autonomia. Saberes necessários à prática educativa*. São Paulo, Rio de Janeiro: Paz e Terra 1997.

HERNANDEZ, F. *Transgressão e Mudança na Educação*. Rio de Janeiro: Ed. Artmed, 1998.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Tabela de Composição de Alimentos. Estudo Nacional da Despesa Familiar*. Rio de Janeiro; 1995.

LEÃO, E. *Pediatria ambulatorial*. Belo Horizonte: COOPMED, 2005. INSTITUTO DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS. *Promoção de saúde na escola: alimentação e cultura*. Rio de Janeiro: Secretaria Municipal de Saúde, 2000.

LOUREIRO, C. F. B. A Educação em Saúde na Formação do Educador. *Revista Brasileira de Saúde Escolar*, vol. 4, nº 3/4, 1996.

_____. A Problemática de Saúde da Criança no Brasil: Desafios p/ uma Prática Educativa. *Revista Brasileira de Saúde na Escola*, 4 (1/2) 1996.

MINAYO, M.C.S. *A Saúde em Estado de Choque*. Rio de Janeiro: FASE, 1992.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E DO DESPORTO. *Parâmetros Curriculares Nacionais*. Brasília: MEC/SEF, vol.9, 1998.

MORIN, E. Morin, Edgar - *Os sete Saberes Necessários à Educação do Futuro*. São Paulo: UNESCO, 2001.

MOYSES, M.A.A., COLLARES, C.A.L. Aprofundando a discussão das relações entre desnutrição, fracasso escolar e merenda. *Em Aberto*, Brasília, v.15, n.67, p.33-56, 1995.

ORTIGOZA, S. A.G. O fast food e a mundialização do gosto. *Cadernos de Debate*, v.5, p. 21-45, 1997.

PERRENOUD, P. *Dez novas competências para ensinar*. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

PHILIPPI, S.T. *Tabela de composição de alimentos: suporte para decisão nutricional*. Brasília; 2001.

PHILIPPI, S. T.; CRUZI, A. T. R.; COLUCCI, A. C. A. Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 16, n. 1, jan./mar. 2003.

PIPITONE, M. A.P. *Educação nutricional no ensino de ciências e no livro didático*. Piracicaba: ESALQ/USP, 2003.

PIPITONE, M.A.P.; SILVA, M.V.; STURION, G.L.; CAROBA, D.C.R. *A educação nutricional nos livros didáticos de ciências utilizados no ensino fundamental*. Piracicaba: ESALQ/USP, 2004.

PIPITONE, M.A.P. A relação saúde e educação na escola de 1º Grau. *Alimentação e Nutrição*, São Paulo, n.65, p.48-52, 1995.

Secretaria Municipal de Abastecimento. *Programas de Alimentação do Município de São Paulo*. São Paulo; 1996.

PHILIPPI, S. T.; CRUZI, A. T. R.; COLUCCI, A. C. A. Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. *Revista de Nutrição, Campinas*, v. 16, n. 1, jan./mar.2003.

ANEXOS

RELATÓRIO DO PROJETO:

“MEIO AMBIENTE COMEÇA DENTRO DA GENTE”

ESCOLA: EMEI RESIDENCIAL SÃO SEBASTIÃO II

TURMA: MATERNAL – CLASSEMISTA – MINI-GRUPO.

DIRETORA: Aparecida D. J. C. Gomes

COORDENADORA: Sirlene M. S. Del – Bem

PROFESSORAS: Fernanda Bestetti

Edilene Teixeira de Camargo Souza

Eslen F. M. Fernandes

INTRODUÇÃO

Tendo em vista a importância do projeto educacional na rede municipal de Hortolândia, sobre o “Meio Ambiente”; a equipe de educadoras da Emei decidiu de acordo com a realidade vivida, nortear o trabalho visando como objetivo primordial à “Educação Nutricional”, aproveitando assim, informações importantes sobre o assunto, fornecidas por uma das docentes da Emei, formada em Nutrição.

Compreendemos que diante dos problemas sociais é possível por via da educação, oferecer ferramentas, para que a sociedade não só consiga ter uma qualidade de vida satisfatória, como também reconhecer que a introdução de hábitos e posturas, podem comprometer de auxiliar na vida, na saúde, na alimentação e no meio em que vivemos.

A união entre equipe escolar, crianças e familiares foi o tempero certo, para que nosso projeto tivesse uma boa repercussão e um grande interesse, por todas as partes.

OBJETIVOS

O objetivo do trabalho desenvolvido, foi ampliar o conhecimento de mundo das crianças partindo do “EU”; onde elas pudessem perceber as necessidades saudáveis para o desenvolvimento de seu corpo, com qualidade e cuidados em diferentes aspectos, enfatizando sempre a “boa alimentação”.

Sempre pensando na parceria “Escola – Família”, priorizamos também a participação ativa da comunidade neste projeto.

JUSTIFICATIVA

Sabendo da importância de uma boa alimentação na infância e tendo este aspecto como um dos prioritários para garantir o adequado crescimento e a prevenção das carências nutricionais, caminhamos no sentido de buscar alternativas e soluções para combater a fome, desnutrição ou desvios alimentares, capazes de causar moléstias nesta fase tão importante do desenvolvimento da criança, os primeiros anos da infância.

Além disso, a infância é o momento ideal para a aprendizagem de bons hábitos (não só alimentares, mas de toda espécie). É neste momento que a criança está conhecendo o mundo em sua volta e criando sua personalidade, sendo assim, é a oportunidade ideal de ensaiar – la e propiciar situações, para que ela vivencie e explore tudo ao seu redor.

“Em Jaboatão experimentei o que é a fome e compreendi a fome dos demais”.

(FREIRE, Paulo. Conscientização: teoria e prática da libertação.).

Dentre todos os problemas de nosso país, a fome é um, que nos preocupa muito, pois ao nosso redor muitas pessoas vivenciam esta experiência.

Foi pensando neste dilema, que tentamos em nossa pequena comunidade, colaborar com um trabalho singelo, na esperança de que seja disseminado a todos que tenham consciência desta problemática.

DESENVOLVIMENTO DAS ATIVIDADES

Aproveitando a riqueza de nossa terra, o clima favorável que nos privilegia e o solo fértil que podemos preparar; juntamente com as crianças fizemos uma pequena horta.

Apesar do pequeno canteiro de que dispúnhamos, o projeto acabou sendo abraçado por todos, crianças, educadoras e funcionárias da creche.

“MÃOS A OBRA”

O primeiro passo, foi a limpeza do canteiro, arrancando os matos e preparando a terra.

Estando bem fofinha, fizemos as canaletas, onde as crianças lançariam as sementes ou colocariam as mudas adquiridas pela direção.



Em nossa pequena horta, pudemos plantar alface, couve, chicória, salsinha, hortelã, erva cidreira e almeirão.





Até nosso pé de mexerica, já existente na escola, foi explorado e seus frutos aproveitados.



Todos os dias havia uma criança encarregada de irrigar a horta.
A satisfação era muito grande por parte de todos.



Como nossa horta era pequena, resolvemos organizar um “Estudo do meio”, para ampliarmos nossas vivencias e nossos conhecimentos.

Num bairro próximo, uma das professoras tinha ao lado de sua casa, um pomar e outros tipos de plantações. Tivemos contato com abacaxizeiros, limoeiros, maracujazeiros, bananeiras, laranjeiras e cajueiros. Ganhamos ainda abacaxis que já estavam maduros, para serem saboreados ao chegar na escola.





Todas as crianças fizeram questão de experimentar e a grande maioria adorou e quis repetir.

Neste, momento, nós professoras, conversamos sobre a importância das frutas para o nosso corpo e os prejuízos, quando estas são trocadas por doces, balas e guloseimas de todas as espécies.

“É lógico, que estas guloseimas fazem parte da infância, mas devem ser controladas a ponto de não serem nocivas à saúde da criança”.



A roda foi um momento muito importante, para grandes descobertas e explorações.

Cada dia era apresentado às crianças dois tipos de alimentos, geralmente um legume ou verdura e uma fruta.

Trabalhamos diferentes formas, cores, tamanhos, pesos, texturas, sabores e conceitos de “dentro e fora”.

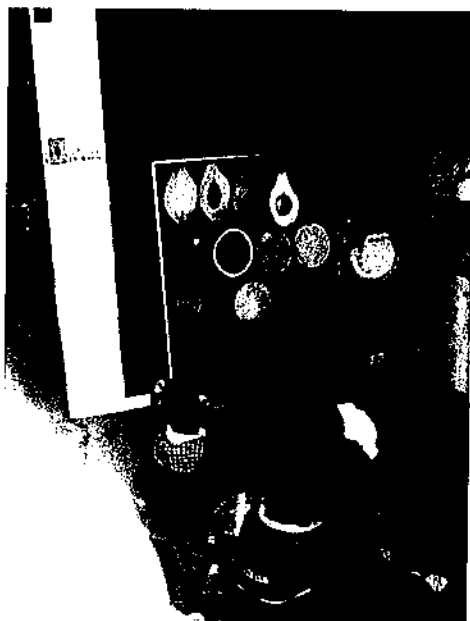








Utilizamos também flanelógrafos para aumentar nossos instrumentos pedagógicos. As crianças adoraram e participaram ativamente.





MOTIVAÇÃO E PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS

Utilizando o livro “Amanda no país das vitaminas”, lemos a histórias e conversamos sobre alimentos que “podem comer muito” e “alimentos” que “podem comer só às vezes”.

A cada refeição, incentivos eram oferecidos às crianças, de maneira que elas desenvolvessem uma relação saudável com os alimentos oferecidos na creche.





Mais satisfeitos ficaram quando degustaram as verduras, provenientes de seu próprio cultivo.



Conheceram também as “vilãs” de nossa horta, as lagartas.

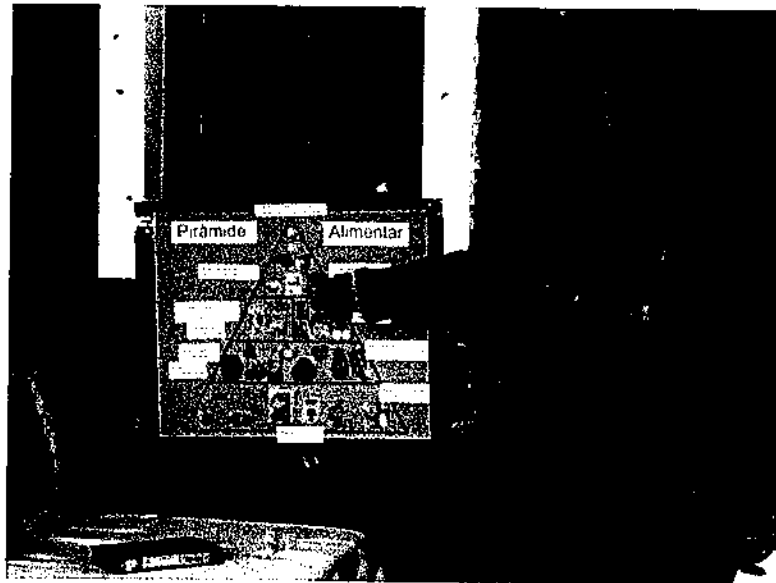
Viram que estas, também queriam se alimentar de nossas verduras.

“Coitadas! Desta vez não foi possível! Tiramos todas...”.



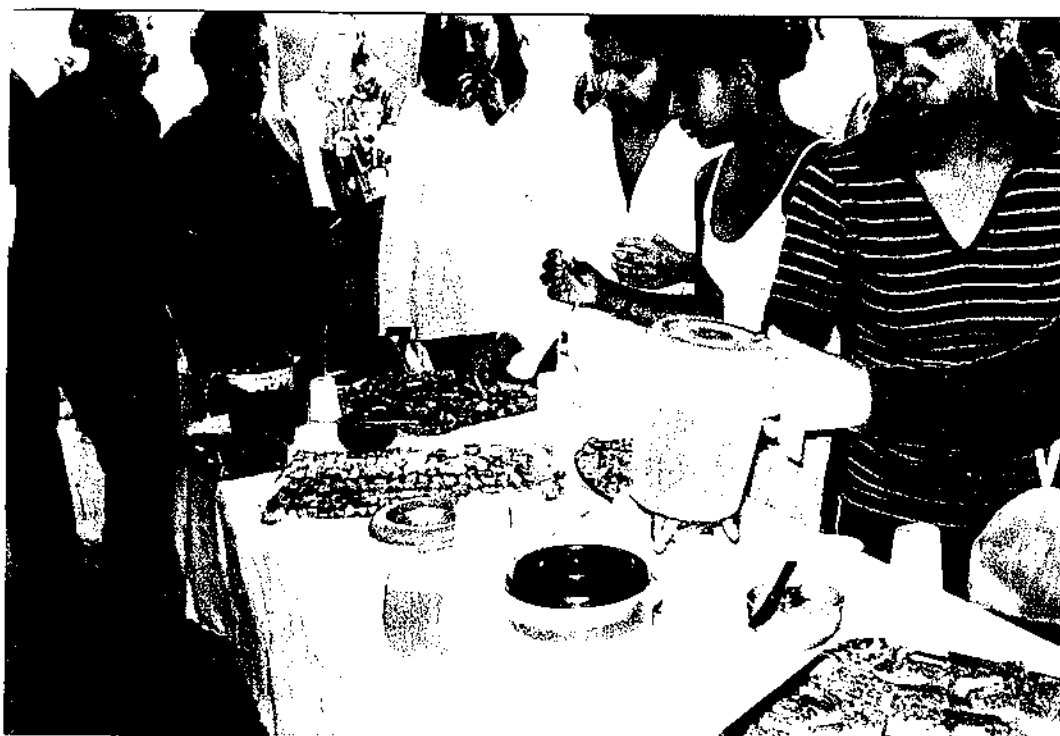
baixo custo e aproveitamento integral de vários alimentos (em anexo).

Durante a palestra vários assuntos foram abordados e devido ao grande interesse da comunidade, abrimos para um debate, onde houve troca de experiências, esclarecimento de dúvidas e sugestões para casos específicos.





Para finalizar oferecemos um lanche com receitas alternativas: cuscuz com talos de verduras, torta de chicória (colhida da própria horta), patê de abacate, bolo de casca de banana, chá de erva cidreira e suco de mexerica – do próprio pé da escola.



Os pais saíram muito satisfeitos e com muitas informações que ainda não conheciam.

TRABALHO EM EQUIPE

O empenho, a união e a satisfação de toda a equipe escolar no preparo dos pratos servidos aos familiares, foi algo gratificante e de extrema solidariedade e profissionalismo.

A sintonia entre os educadores cria um ambiente seguro e confiável para a criança.



AVALIAÇÃO

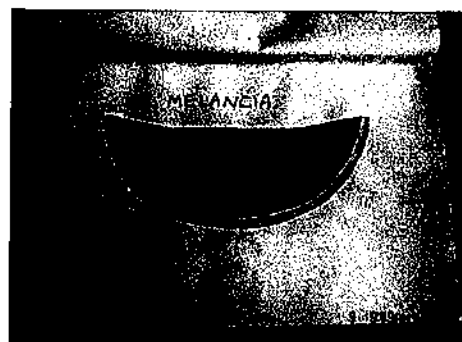
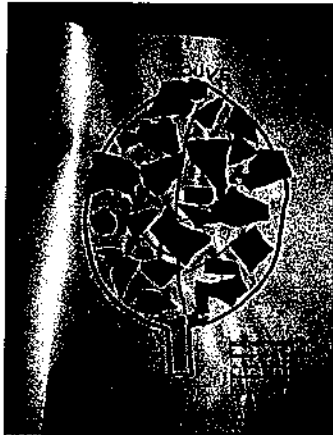
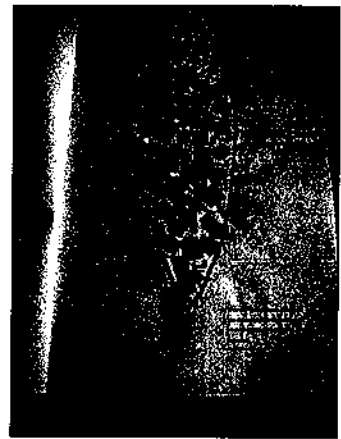
Avaliamos que o objetivo de integrar as questões da alimentação e as pedagógicas foi atingido. Conseguimos sensibilizar familiares e crianças para a importância de bons hábitos alimentares. Faremos uma (re) construção de um olhar sobre a organização dos tempos e espaços para a alimentação.

Tomamos consciência da importância de disseminar o grande desperdício de alimentos, que faz do lixo brasileiro um dos mais “ricos” do mundo.

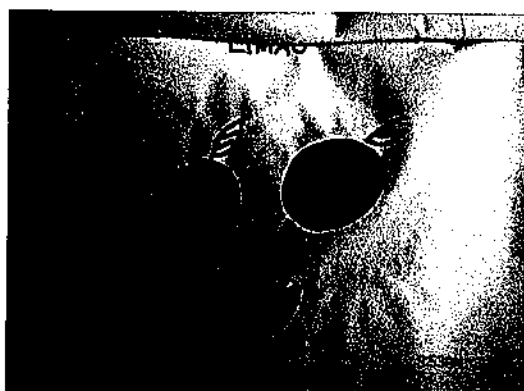
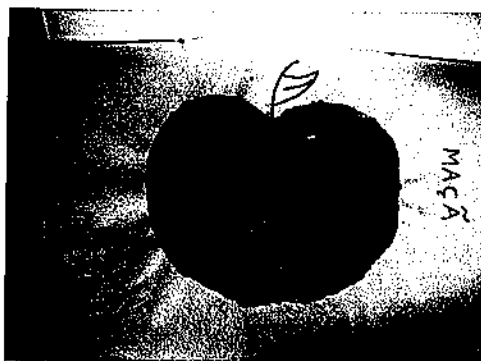
REGISTROS DAS CRIANÇAS

Toda esta vivência, não poderia deixar de ser registrada pelas crianças; com atividades de pintura, colagem, recortes e pesquisa cada uma com muito carinho, participou na montagem de seu caderno de atividades.

“Uma lembrança que servirá de registro, de uma pequenina parte de sua HISTÓRIA”.







RADAR

Informativo da prefeitura de Hortolândia SEC (Secretaria de Educação e Cultura).

No mês de Julho, colocamos uma pequena nota, sobre o trabalho desenvolvido em nossa Emei.

Acreditamos que através da troca de experiências entre os educadores, caminhamos juntos em busca de ideais, favorecendo sempre o bem estar de nossas crianças.

* Errata: No lugar de professora Aparecida é diretora Aparecida.

