

PROJETO BARRIGA CHEIA, PRATO VAZIO: PROMOVENDO HÁBITOS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS.

Alvaro Souza Nantes, Antonio Thalles G. Candia, Camila C. Mascarello, Rita de Cassia Oliveira; Sandra Lopes de Almeida Benites.

¹Escola Municipal Valério Carlos da Costa – Sidrolândia-MS

ritaoliveira.edfisica@gmail.com,sandralife12@hotmail.com

Área/Subárea: MDIS: Multidisciplinar

Tipo de Pesquisa: Científica

Palavras-chave: educação alimentar nutricional, sustentabilidade.

Introdução

A EAN (educação alimentar nutricional) contribui para a valorização das diferentes expressões da cultura alimentar, o fortalecimento de hábitos regionais, a redução do desperdício de alimentos e a promoção do consumo sustentável e da alimentação saudável (Brasil, 2012). Devido à inadequação das práticas alimentares de crianças em idade escolar, devem ser adotadas estratégias educativas que enfatizem os benefícios da adoção de uma dieta equilibrada através da merenda escolar. A escola é considerada um espaço privilegiado para desenvolvimento de diversos saberes, incluindo programas voltados para a educação alimentar e nutricional. A formação de preferências alimentares na infância faz parte do processo aprendizagem, onde ela tende a imitar o que os outros fazem, sejam integrantes de sua família ou outras pessoas, incluindo amigos, professores e diretores. Assim o papel do professor se torna muito importante, pois, seus conhecimentos influem decisivamente sobre os alunos (Caroba, 2002). A necessidade do projeto surgiu da observação da alimentação e do descarte da merenda escolar das crianças na escola. Se por um lado é possível perceber alunos que exageram na alimentação, comendo porções maiores do que sua necessidade diária, por outro lado é notável que alguns alunos apresentem dificuldade em se alimentar e rejeitam uma variedade enorme de alimentos, ambos notamos que desperdiçam a merenda escolar. Com isso o objetivo deste projeto piloto é promover hábitos saudáveis e sustentáveis através da educação alimentar nutricional, controlando o desperdício da merenda escolar dos estudantes do ensino fundamental I da Escola Municipal Valério Carlos da Costa na cidade de Sidrolândia/MS, com intuito de levar as outras unidades escolares do município formando assim, cidadãos conscientes e sustentáveis.

Metodologia

Trata-se de um estudo de intervenção onde participaram da “amostra piloto” os estudantes do Ensino Fundamental I no período vespertino de fevereiro/2019 a julho/2019, da Escola Municipal Valério Carlos da Costa na cidade de Sidrolândia/MS. No primeiro momento, pesamos o descarte de alimento da merenda escolar diariamente sem o conhecimento dos estudantes. No segundo momento foi distribuído em cada sala um recipiente para o descarte da merenda escolar, logo recolhido e pesado diariamente.

Foi criado um *ranking*, através do mural (figura 2), onde cada “lixeirinha” numerada (de acordo com as salas), identificada com o valor (kg/dia) do descarte da merenda sinalizadas com *emoji* vermelho – ruim, precisa melhorar!; amarelo – atenção! e verde – está ótimo! Tivemos também uma oficina de “aprendendo a comer frutas” com a orientação da nutricionista da cozinha piloto (figura 3.)



Figura 1. Fila para merenda escolar.



Figura 2. Ranking do desperdício da merenda escolar.



Figura 3. Oficina “Aprendendo a comer frutas”

Resultados e Análise

No primeiro momento a pesagem foi às cegas, os estudantes não sabiam da intervenção, foram coletados 23,741kg/semana de alimento desperdiçados. Após algumas intervenções, foi pesado 12,870kg/semana, e terminamos o projeto com apenas 2,774kg/ semana (tabela1). Os alimentos descartados foram levados a compostagem, utilizada na horta (figura 4) aos fundos da unidade escolar e também para no jardim confeccionado pelos estudantes do 8º ano.

O resultado deste estudo é considerado favorável, entretanto, acredita-se que essas atividades compõem um pequeno início no aprendizado sobre alimentação saudável e sustentabilidade, pois ações efetivas e duradouras devem ser realizadas de forma contínua e permanente, desde a primeira infância.



Figura 4. Horta na escola

Tabela 1: Valores (kg) da coleta da merenda escolar descartada pelos estudantes do ensino fundamental I.

Meses	Valores (kg) /media semana
Fevereiro/2019	23,741 sem intervenção
Março/2019	12,870 com ações
Abril/2019	12,453 educativas
Maió/2019	8,759
Junho/2019	9,993
Julho/2019	2,345

Considerações Finais

A escola, como instituição formadora do jovem estudante, tem um papel estratégico no desenvolvimento de ações e na aplicação de programas educacionais capazes de melhorar as condições de saúde, desde que possua um enfoque crítico, participativo, interdisciplinar, transversal e que consistam em processos lúdicos e interativos, assim a adesão pelos estudantes será de grande êxito.

Este foi um projeto piloto, necessita de melhorias na execução para posteriormente ampliá-lo a outras unidades escolares como forma de conscientizar os estudantes ao consumo consciente do alimento.

Agradecimento

Aos professores que colaboraram levando a sua disciplina a importância do projeto, a direção e coordenação da unidade escolar pelo apoio.

Referencias

- BRITO A.K.A.; SILVA, F.I.C.; FRANÇA, N.M. • Programas de intervenção nas escolas brasileiras: uma contribuição da escola para a educação em saúde. *Saúde em Debate* • Rio de Janeiro, v. 36, n. 95, p. 624-632, out./dez. 2012.
- PRADO, Bárbara Grassi , 2011. Consumo alimentar de escolares antes e após ações de educação nutricional, em Cuiabá-MT .
- SILVA, Margareth Xavier da et al., Nutrição escolar consciente: estudo de caso sobre o uso de oficinas de culinária no ensino fundamental Ciências & Cognição 2014; Vol 19(2) 267-277 .

