II Congresso Internacional das **Ciências Agrárias** COINTER - PDVAgro 2017

ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA ESCOLARES DA REDE MUNICIPAL DA CIDADE DE PICOS

Apresentação: Comunicação Oral

Mateus da Conceição Araujo¹; Vanessa Holanda Lima²; Vitalina Alves Cavalcante³; Adolfo Pinheiro de Oliveira⁴; Nara Vanessa dos Anjos Barros⁵

Resumo

O estudo teve como objetivo desenvolver estratégias de promoção da alimentação saudável com escolares da rede municipal da cidade de Picos-Piauí, com a finalidade de despertar o interesse e sensibilizar a comunidade escolar da importância de uma alimentação saudável. A alimentação é um fator importante que está diretamente ligada ao crescimento e desenvolvimento infantil, portanto, a infância é um período que necessita de bastante atenção quando se fala de alimentação, pois é nessa fase que estão sendo formados os hábitos alimentares. Trata-se de um estudo descritivo, analítico, transversal e interventivo realizado com 186 escolares, sendo que a média de idade foi de 8,5 anos, com maior percentagem do sexo feminino (53,2%). Inicialmente foi aplicado um questionário estruturado para a realização do diagnóstico situacional. A intervenção educativa foi realizada no mês de junho de 2016, e compreendeu dois momentos sendo o primeiro a explicação da pirâmide através de uma apresentação teatral e dinâmica, no segundo momento foi reaplicado o questionário para a avaliação da efetividade da intervenção. Como diagnóstico situacional, observou-se que os escolares já tinham um conhecimento prévio sobre o tema que seria abordado e com a realização da intervenção, pode-se observar que houve uma melhora desse conhecimento, e quanto ao material utilizado na ação educativa, houve aceitação pela grande maioria. Com a realização da ação educativa pode-se verificar que os escolares avaliados já possuíam um conhecimento prévio sobre a temática de alimentação saudável, bem como a intervenção educativa realizada promoveu um aumento deste conhecimento, como também pode-se elucidar as dúvidas sobre as recomendações nutricionais diárias voltadas para a faixa etária trabalhada.

Palavras-Chave: Alimentação saudável, Pirâmide Alimentar, Escolares, Promoção de Hábitos Alimentares.

Introdução

É principalmente na infância que os hábitos alimentares são formados. Esses hábitos, que tendem a se manter ao longo da vida, são determinados principalmente por fatores

¹ Curso de Nutrição, Universidade Federal do Piauí, mateusca025@gmail.com

² Curso de Nutrição, Universidade Federal do Piauí, nara.vanessa@hotmail.com

³ Curso de Nutrição, Universidade Federal do Piauí, nara.vanessa@hotmail.com

⁴ Curso de Nutrição, Universidade Federal do Piauí, adolfopoliveira@gmail.com

⁵ Mestre, Universidade Federal do Piauí, nara.vanessa@hotmail.com

fisiológicos, socioculturais e psicológicos. No entanto, as práticas alimentares inadequadas nessa fase podem ocasionar problemas no crescimento e desenvolvimento e ainda comprometer o sistema imunológico (PESSA, 2008).

É necessária a atenção especial a esse grupo etário, para que sejam fornecidos alimentos em quantidade e qualidade em uma dieta balanceada, suficiente para satisfazer suas necessidades nutricionais, de forma que minimize os riscos à saúde. Os costumes alimentares saudáveis são estimulados por meio do ato de provar e degustar alimentos nutritivos, assim, a alimentação escolar exerce grande influência nesses hábitos, devido ao longo período de permanência dos alunos nesse ambiente (ABRANCHES et al., 2009)

Na fase escolar, as crianças passam a ter acesso e a conhecer os alimentos de baixo valor nutricional e que possuem calorias vazias, o que acarreta no desenvolvimento de uma série de patologias como: retardo no crescimento, anemias, desnutrição e obesidade, levando a um baixo rendimento escolar. Com base nisso, é de extrema importância à educação nutricional neste período (BATISTA; PEREIRA; COSTA; LANES, 2012).

A partir da década de 1990, pesquisas científicas apontaram que os aumentos de várias doenças crônicas não transmissíveis estariam relacionados aos hábitos alimentares da população. Com isso, abriram-se caminhos para a instalação de políticas públicas, que postularam a educação alimentar e nutricional (EAN) como medida necessária para a melhoria da saúde populacional (SILVA; SILVA; OLIVEIRA, 2015).

A EAN visa a formação de hábitos alimentares saudáveis, e uma boa forma para incentivar os escolares do ensino fundamental a ter uma alimentação saudável é a utilização de técnicas de educação nutricional em conjunto com atividades lúdicas. Segundo Lanes (2012), as atividades lúdicas proporcionam a criança descobrir, conhecer e valorizar hábitos alimentares saudáveis que podem permanecer ao longo da vida. Nesse tipo de ferramenta, o aprendizado se dá pela aproximação dos escolares com o conhecimento através de uma metodologia que consiste em um processo ativo e interativo, que contém atividades como dinâmicas e jogos educativos.

Diante do exposto, ao considerar que a fase da infância é importante para formação e posterior consolidação de hábitos alimentares saudáveis, bem como com a finalidade de despertar o interesse e sensibilizar a comunidade escolar da importância de uma alimentação saudável e nutricionalmente equilibrada, a presente pesquisa teve por objetivo desenvolver estratégias de promoção da alimentação saudável com escolares da rede municipal da cidade de Picos-Piauí.

Fundamentação Teórica

O conceito de infância construído historicamente tem caracterizado a criança em diferentes contextos históricos como um vir-a-ser, como um ser incompleto em relação ao adulto (ser completo). Esta ideia trabalha com o preceito de que a criança é imperfeita e precisa ser formada por modelos de ensino-aprendizagem e pelos conhecimentos determinados pelos adultos que representam o estágio mais evoluído de um ser humano (CASTRO, 2015).

A disponibilidade e o acesso ao alimento em casa, as práticas alimentares e o preparo do alimento, influenciam o consumo alimentar da criança. A população infantil é, do ponto de vista psicológico, socioeconômico e cultural, influenciada pelo ambiente onde vive, que, na maioria das vezes, é constituído pelo ambiente familiar.

A formação dos hábitos alimentares inicia com a bagagem genética e sofre influências do ambiente, como o tipo do aleitamento recebido nos primeiros seis meses de vida; a maneira como foram introduzidos os alimentos complementares no primeiro ano de vida; as experiências positivas e negativas quanto à alimentação ao longo da infância; os hábitos familiares; a condição socioeconômica, entre outros. Assim, as recomendações nutricionais e os hábitos alimentares devem convergir para o bem-estar emocional, social e físico da criança (VITOLLO, 2009).

Na idade escolar é importante dar atenção aos casos de deficiências nutricionais. Dentre as deficiências, destaca-se a anemia ferropriva (por deficiência de ingestão de ferro) e a hipovitaminose A, que podem comprometer o aprendizado do escolar. Tais deficiências tendem a apresentar maior prevalência nas populações com dificuldade de acesso aos alimentos, mas pode estar presente também em populações com ingestão alimentar inadequada. Casos de crianças obesas com deficiências em micronutrientes são cada vez mais comuns (BRASIL, 2012).

Tendo em vista o papel da escola na formação de crianças e adolescentes, bem como a possibilidade de ampliação de conhecimentos para as famílias e comunidades, o ambiente escolar traduz-se num espaço favorável à promoção da saúde e, mais especificamente, da promoção da alimentação saudável, na medida em que congrega grande número de indivíduos em que nele passam a maior parte do seu tempo trabalhando, estudando e aprendendo (BRASIL, 2008).

Para a alimentação infantil estar balanceada e fornecer todos os nutrientes necessários ao bom crescimento e desenvolvimento, ela precisa ser composta de alimentos de todos os grupos descritos na pirâmide alimentar utilizada como guia (grupo dos cereais, pães e

tubérculos, das frutas, verduras e legumes, leites, queijos e iogurtes, feijões, carnes e ovos, açúcares e dos óleos e gorduras). Com a ingestão de todos os grupos de alimentos, consegue-se atingir as recomendações nutricionais propostas pelas Dietary Reference Intakes (DRI's) que definem recomendações e requerimentos de vitaminas, minerais e macronutrientes para populações em todas as faixas etárias (ALVES, 2010).

É importante ressaltar que a faixa etária escolar caracteriza-se por maior atividade física, ritmo de crescimento constante, com ganho de peso mais acentuado próximo ao estirão de crescimento da adolescência. Com isso, nesse estágio de vida, a formação de hábitos alimentares saudáveis é crucial para a prevenção de doenças e agravos não transmissíveis. Entre essas, destaca-se a obesidade por sua elevada ocorrência e co-morbidades associadas. O excesso de peso tem aumentado na faixa etária pediátrica, corroborando a transição nutricional observada na população adulta brasileira (ZANIRATI et al., 2011).

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), é o mais antigo programa do governo brasileiro na área de alimentação escolar e de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), sendo considerado um dos maiores e mais abrangentes do mundo no que se refere ao atendimento universal aos escolares e de garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável (BRASIL, 2014).

Tem como fundamento o direito humano à alimentação adequada e constitui um importante parceiro no estímulo à adoção de práticas alimentares saudáveis no ambiente escolar, objetivando suprir as necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência na escola (BRASIL, 2008).

Educação Alimentar e Nutricional é a combinação de estratégias educacionais, seguida de ações que permite que o ambiente apoie o comportamento desejado, que promova a autonomia e facilite a adoção voluntária de escolhas alimentares e outras condutas relacionadas, com o objetivo de bem-estar e saúde (CONTENTO, 2007).

A importância da (EAN) nos campos da saúde, alimentação e nutrição, bem como o seu trajeto histórico, têm sido bastantes discutida. Destaca ainda que a crescente importância da educação alimentar e nutricional no contexto da promoção da saúde e da alimentação saudável, é vista como uma estratégia fundamental para enfrentar os novos desafios nos campos da saúde, alimentação e nutrição (SANTOS, 2005).

O ambiente escolar é considerado excelente para o desenvolvimento de ações voltadas à promoção de saúde, pois permite não só que tais ações sejam implementadas desde a educação infantil, de forma contínua e por longo período, mas também, por permitir a inclusão da comunidade familiar e escolar neste processo (JAIME; LOCK, 2008).

É necessário que sejam adotadas estratégias que captem o interesse das crianças, estimulando sua participação no desenvolvimento do conhecimento, ao mesmo tempo em que se deve considerar a capacidade cognitiva e a fase de desenvolvimento da criança (JUZWIAK, 2013).

Metodologia

Foi realizada uma pesquisa de campo do tipo descritiva, analítica, transversal e interventiva, em escolas municipais localizadas no município de Picos – PI, que foram escolhidas aleatoriamente. Esta teve duração de três semanas, no período de junho de 2016.

O cálculo amostral foi realizado com base no total de alunos matriculados no segundo e terceiro ano do ensino fundamental da rede municipal (n=540 alunos), adotando-se um intervalo de confiança de 95% ($\alpha = 0,05$) e utilizando o software estatístico *Raosoftt Sample Size Calculator*®. Assim, a população do estudo foi composta de escolares, de ambos os sexos, na faixa etária de 07 a 10 anos de idade (n = 186), todos devidamente matriculados nas séries citadas em três escolas municipais da cidade de Picos-PI.

Os escolares foram divididos por turma, em cada escola trabalhada. Após essa divisão, iniciou-se a intervenção aplicando um questionário estruturado para avaliação do conhecimento prévio dos escolares sobre alimentação saudável. Este questionário continha perguntas fechadas de fácil entendimento para o grupo estudado. E por seguinte, foi realizada uma apresentação dinâmica de fantoches, onde a pirâmide foi exposta por meio de data show, fazendo com que os alunos aprendessem e interagissem com os pesquisadores.

Após a atividade educativa, realizou-se a avaliação da efetividade da intervenção educativa por meio da reaplicação do questionário estruturado inicial e avaliação de desempenho dos alunos quanto a dinâmica, para verificação da assimilação das informações.

Para a análise dos dados utilizou-se o programa Microsoft® Excel, versão 2014. Estes foram apresentados na forma de média e percentagens, bem como estes foram dispostos em gráficos.

Quanto aos aspectos éticos, atenderam-se as recomendações da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) (BRASIL, 2012). Cada escolar e seu responsável receberam informações detalhadas sobre a pesquisa, sendo garantido anonimato e liberdade para participar do estudo ou dele desistir em qualquer momento. Os responsáveis pelas crianças assinaram o (TCLE), enquanto que os escolares assinaram o (TALE) para participação na pesquisa.

Resultados e Discussão

Os escolares que participaram da pesquisa tinham em média 8,5 anos de idade, sendo que 46,8% eram do sexo masculino e 53,2% do sexo feminino.

Com relação ao diagnóstico situacional, no qual se refere a percepção dos escolares sobre alimentação adequada, observou-se que os já tinham um conhecimento prévio sobre o tema que seria abordado, pois antes e após a realização desta o nível de conhecimento sobre a temática foi superior a 95%.

Antes da intervenção, demonstra-se que 95% dos escolares sabiam definir o que é uma alimentação saudável, e após a intervenção, esse número aumentou para 97%. Observaram-se resultados expressivos quando foram perguntados aos escolares quais alimentos eles deveriam consumir para ajudar no seu desenvolvimento e crescimento, sendo que no momento inicial, o índice de acertos foi de 90%, e após a intervenção esse percentual aumentou para aproximadamente 98%.

Quando os escolares foram questionados sobre qual era a diferença entre alimentos “bons” e “maus” e quais deveriam ser evitados, a percentagem de acertos antes da intervenção foi respectivamente de 65% e 73%. Após a intervenção, houve um aumento de ambos os valores, onde o número de estudantes que acertaram a diferença de alimentos “bons” e “maus” aumentou para 87,5% e aqueles que souberam quais alimentos evitar aumentou para 96,24%.

Esse número tão expressivo pode-se justificar por que as crianças atualmente tem uma maior facilidade na obtenção de informações, através da mídia, internet e outros meios de comunicação, já que temáticas relacionadas às áreas de Alimentação e Nutrição encontram-se em alta na atualidade, fazendo com que os pais e/ou responsáveis incentivem seus filhos a terem uma alimentação saudável. Segundo Davanco (2004), o comportamento alimentar pode modificar-se ao longo da vida devido mudanças do meio, escolaridade ou relacionadas às mudanças psicológicas do indivíduo. Sendo assim, é de fundamental importância a realização de atividades educativas voltadas para a educação nutricional deste público alvo, com o objetivo de os mesmos adquirirem hábitos alimentares mais saudáveis que perdurarão por toda a vida.

Quando questionados sobre o consumo de legumes e ou saladas para acompanhar as refeições, observou-se uma porcentagem de respostas satisfatórias, sendo que 87% dos escolares consumiam esses alimentos para acompanhar suas refeições. O consumo de frutas, legumes e verduras (FLV) tem sido estimulado, em vários países, em virtude de seus benefícios no combate às deficiências de vitaminas e sais minerais e na prevenção de doenças

cardiovasculares, câncer, diabetes e obesidade (WHO, 2003). Santana et.al (2015), em seu estudo sobre intervenções de educação alimentar e nutricional para crianças de uma fundação pública em Vitória da Conquista-BA, afirma que houve uma maior prevalência de boas escolhas alimentares, como por exemplo: frutas, legumes, verduras, entre outros, o que indica que as crianças estão absorvendo as informações sobre alimentação saudável e estão conseguindo aplicar na prática, ao escolher alimentos importantes para a manutenção da saúde.

Quanto ao consumo de frutas e sua frequência diária, este pode ser visualizado na Figura 1.

Figura 1: Quantidade média de frutas que os escolares consomem por dia, antes e depois da intervenção. Picos-PI, 2016. Fonte: Própria

Observou-se que também existe um número satisfatório de estudantes que consumiam tais alimentos, mas é importante incentivar ainda mais esse consumo para se atingir as recomendações diárias de acordo com a pirâmide alimentar infantil, visto que a maioria dos estudantes consomem em média apenas 1 a 2 unidades por dia (Figura 1).

É importante a participação dos pais, assim como também do educador no incentivo ao consumo de frutas no período escolar, através dos estímulos para ocorrer a devida ingestão e aceitação destes alimentos, o que confirma Pacheco (2008), que a participação efetiva dos pais, para proporcionar o aprendizado e determinação do padrão de consumo, desenvolve assim o comportamento alimentar infantil.

Para a alimentação infantil estar balanceada e fornecer todos os nutrientes necessários ao bom crescimento e desenvolvimento, ela precisa ser composta de alimentos de todos os grupos descritos na pirâmide alimentar utilizada como guia. Com a ingestão de todos os grupos de alimentos, consegue-se atingir as recomendações nutricionais propostas pelas

Dietary Reference Intakes (DRI's), que definem recomendações e requerimentos de vitaminas, minerais e macronutrientes para populações em todas as faixas etárias (ALVES, 2010).

Após a intervenção educativa, pode-se notar um discreto aumento no consumo de frutas relatado pelos escolares, como também uma diminuição naqueles que afirmavam que não consumiam frutas. Contudo, os resultados tem que ser observados com cautela, tendo em vista que o estudo não avaliou a mudança nos hábitos alimentares dos escolares.

Visando à promoção da saúde, por meio da aquisição de hábitos alimentares mais saudáveis, pesquisadores do Rio de Janeiro realizaram atividades de educação nutricional com escolares com a finalidade de ensinar a importância do consumo de frutas. Observou-se que através do programa aplicado houve aumento progressivo da presença de frutas no lanche dos escolares participantes do estudo. Antes da intervenção, 47 % dos escolares não levavam frutas na lancheira escolar em nenhum dia da semana, diferentemente do segundo questionário, onde 47% dos estudantes passaram a levar frutas cinco vezes por semana para a escola (CRUZ; SANTOS; CARDOZO, 2013).

Com relação ao consumo de lanches pelos escolares, durante o período de permanência destes nas escolas, antes da intervenção, observou-se uma porcentagem similar quanto aos que consumiam a alimentação que a escola ofereceu, sendo esse valor de 43%, com aqueles que consumiam a alimentação da escola, mas também traziam o lanche de casa (41%). Após a intervenção, a porcentagem de escolares que passaram a consumir apenas a alimentação que a escola ofereceu elevou-se para 48%. Este resultado foi positivo, tendo em vista que o cardápio da alimentação escolar é um instrumento que visa assegurar a oferta de uma alimentação saudável e adequada, que garanta o atendimento das necessidades nutricionais dos alunos durante o período letivo e atue como um elemento pedagógico, caracterizando uma importante ação de educação alimentar e nutricional (FNDE, 2016).

Diferentemente dos resultados positivos mostrados anteriormente, notou-se elevada frequência do consumo de refrigerantes dos alunos avaliados antes da intervenção, onde 67% dos alunos relataram consumir refrigerante de uma a três vezes por semana e 10% afirmaram que consomem todos os dias. Os alunos foram alertados dos malefícios e riscos que o consumo frequente de refrigerantes pode trazer para a saúde. Ressaltando-se que refrigerantes possuem grandes quantidades de açúcares, os quais elevam o risco de desenvolvimento de diabetes do tipo 2, além disso, o seu consumo excessivo leva a outros problemas como obesidade.

No Brasil, dados publicados na Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF's) de 2002-2003 evidenciaram que a disponibilidade domiciliar de refrigerantes aumentou em 400% quando comparado com a década de 70 (IBGE, 2004). A pesquisa mostrou que a disponibilidade da ingestão de refrigerantes cresceu conforme a renda, sendo cinco vezes maior nas classes de renda mais elevada, quando comparados as de menor renda. Dados recentes da POF (2008-2009), que analisou o consumo alimentar da população, evidenciaram que o aumento na ingestão de refrigerantes apresentou relação direta com a renda (IBGE, 2011).

Atualmente, não existem recomendações que limitem a ingestão de refrigerantes para o público infantil. O Guia Alimentar Brasileiro propõe o consumo de uma maior variedade de alimentos “*in natura*”, que incluam pães, cereais, frutas e hortaliças, utilizando-se sal e açúcar com moderação. Além disso, recomenda-se redução no consumo de bebidas processadas com alta concentração de açúcar, categoria de alimentos que inclui os refrigerantes (BRASIL, 2006).

Como já citado anteriormente, a pesquisa não pode avaliar a mudança nos hábitos alimentares, entretanto, demonstrou-se resultados satisfatórios quando comparado ao período anterior à intervenção, no qual o número de escolares que consumiam refrigerante todos os dias caiu para 5,38%.

Quando os alunos foram questionados se já conheciam a pirâmide alimentar, 49% dos estudantes relataram já ter tido um primeiro contato, segundo eles através de livros escolares (Figura 8). Isso mostra a importância dada pelo Governo, por meio da inserção desta temática nos livros didáticos, com vistas à promoção da alimentação saudável em escolas. Além disso, o Governo vem inserindo programas nacionais para melhorar a alimentação e educação nutricional dos escolares.

Um deles é o PNAE, que foi implantado em 1955, com a finalidade de contribuir para o crescimento, o desenvolvimento, a aprendizagem, o rendimento escolar dos estudantes e a formação de hábitos alimentares saudáveis, por meio da oferta da alimentação escolar e de ações de educação alimentar e nutricional. São atendidos pelo programa os alunos de toda a educação básica (educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos) matriculados em escolas públicas, filantrópicas e em entidades comunitárias (conveniadas com o poder público), por meio da transferência de recursos financeiros (FNDE, 2016).

Após a apresentação teatral com fantoches, onde foi abordado a pirâmide alimentar infantil, e aos alunos, foram repassados ensinamentos sobre a variedade, moderação e

equilíbrio, que são os princípios da alimentação saudável e a importância de se consumir alimentos de todos os grupos, os escolares tiveram que montar uma pirâmide alimentar colocando cada alimento em seu grupo. Com esta atividade, pode-se observar um bom resultado quanto a dinâmica, a empolgação dos alunos por aprenderem de uma maneira diferente e também se pôde tirar as dúvidas restantes com relação as recomendações de cada grupo e porções a serem consumidas.

Conclusões

Com esta pesquisa, concluiu-se que os escolares avaliados já possuíam um nível de conhecimento prévio sobre a temática da alimentação saudável, bem como a intervenção educativa realizada promoveu um aumento deste conhecimento, observando-se resultados satisfatórios em todas as perguntas realizadas através do questionário estruturado após a intervenção, como também pôde-se elucidar as dúvidas sobre as recomendações nutricionais diárias voltadas para a faixa etária trabalhada. Entretanto, apesar dos efeitos positivos deste estudo, não se pode afirmar sobre uma possível mudança nos hábitos alimentares, em virtude do curto período de tempo no qual ocorreu a intervenção e avaliação desta.

Referências

ABRANCHES, M. V.; PAULA, H. A. A; MATA, G. M. S. C.; SALVADOR, B. C.; MARINHO, M. S.; PRIORE, S. E. Avaliação da adequação alimentar de creches pública e privada no contexto do programa nacional de alimentação escolar. **Revista Nutrire**, v. 34, n. 2, p. 43-57, 2009.

ALVES, A. L. H. **Nutrição nos ciclos da vida**. Brasília: Ed. AVM Instituto, 2010.

BATISTA, P. R; SCAGLIUSI, F. B.; BATISTA, S. H. S. S. Educação nutricional nas escolas: um estudo de revisão sistêmica. **Nutrire**, São Paulo, v.36, n.3, p. 109-129, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Guia alimentar para a população brasileira**. Brasília: O Ministério; 2006.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas**. Brasília, DF, 2008.

_____. Ministério da educação. **Manual de orientação para a alimentação escolar na educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e na educação de jovens e adultos**. 2. ed. Brasília, DF, 2012.

_____. Ministério da educação. **Cartilha nacional da alimentação escolar**. Brasília, DF, 2014.

CASTRO, M. G. B. **A infância e a Cultura do Consumo na Contemporaneidade**. Movimento Revista de educação. Universidade Federal Fluminense, 2015.

CONTENTO, I. Linking research, theory and. practice. Jones and Bartlett Publishers. **Nutrition Education**. Boston, 2007.

COSTA, M. G. F. A. Conhecimento dos pais sobre alimentação: construção e validação de um questionário de alimentação infantil, **Revista de Enfermagem**, v.15, n 6, p. 39-49, 2012.

CRUZ, O. C.; SANTOS, M. J.; CARDOZO, T. S. F. Aplicação do programa de educação nutricional: sexta é dia de fruta? É sim senhor!. **Rede de Cuidados em Saúde**. Rio de Janeiro, 2013.

DAVANCO, G. M.; TADDEI, J. A. A. C.; GAGLIANONE C. P. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a Curso de Educação Nutricional. **Revista de Nutrição**. Campinas, 2004.

Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Alimentação e nutrição**. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-alimentacao-e-nutricao>> Acesso em: 12 out. 2017.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2002-2003**: primeiros resultados Brasil e grandes regiões. Rio de Janeiro: IBGE, 2004.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009**: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2011.

JAIME, P. C.; LOCK, K. Do school based food and nutrition policies improve diet and reduce obesity? **Preventive Medicine**, v. 48, n. 1, p. 45-53, 2008.

JUZWIAK, C. R. Era uma vez...um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional. **Interface (Botucatu)**, v. 17, n. 45, p. 473-484, 2013.

LANES, D. V. C. Estratégias Lúdicas para a construção de hábitos alimentares saudáveis na educação infantil. **Revista Ciências & Ideias**, Santa Maria, v. 4, n. 1, p.1-12, 2012.

PACHECO, T. L. Educação nutricional em pré-escolares de uma escola municipal de educação infantil (EMEI) de São Paulo. **Nutrição em pauta**, São Paulo, ano 16, n. 93, 2008.

PEREIRA, M. N; SARMENTO, C. T. M. Oficina de culinária: uma ferramenta da educação nutricional aplicada na escola, **Universitas: Ciências da Saúde**, Brasília, v. 10, n. 2, p.87-94, 2012.

PESSA, R. P. Seleção de uma alimentação adequada. In: DUTRA-DE-OLIVEIRA, J. E.; MARCHINI, J. S. **Ciências nutricionais**. São Paulo: Sarvier, p.19-40, 2008.

SANTANA, R. F.; OLIVEIRA, A. P.; ARAUJO, D. E.; MIRANDA, A. S.; SANTOS, R. N. Intervenções de Educação Alimentar e Nutricional para Crianças de uma Fundação Pública em Vitória da Conquistada: Construindo novos Hábitos Alimentares. **Revista Extendere**, v. 3, n.1, 2015.

SANTOS, L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição**, v.18, n. 5, p. 681-692, 2005.

SILVA, A. C. B.; SILVA, M. C. C. B.; OLIVEIRA, V. É. R. Educação alimentar e nutricional, cultura e subjetividades: a escola contribuindo para a formação de sujeitos críticos e criativos em torno da cultura alimentar. **Revista Demetra**, v. 10, n. 2, p. 247-257, 2015.

VITOLO, M. R. **Nutrição da Gestação ao Envelhecimento**. Rio de Janeiro: Rubio, 2009.

WHO/FAO. **Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases**: report of a joint WHO/FAO expert consultation, Geneva, 28 January - 1 February 2002. Geneva: WHO/FAO, 2003. (WHO Technical Report Series 916). Disponível em:< http://www.fao.org/documents/show_cdr.asp/en/> . Acesso em: 13 out. 2017.

ZANIRATI, V. F.; PAULA, D. V.; BOTELHO, L. P.; LOPES, A. A. S.; SANTOS, L. C. Impactos de oficinas de educação alimentar no perfil nutricional de crianças inseridas no programa de escola integrada. **Revista APS**, Minas Gerais, v. 14, n. 4, p. 408-416, 2011.