



**Promover o consumo
de frutas, legumes e verduras**

Programa de Alimentação Escolar



Apresentação

O presente livreto é um material educativo destinado aos profissionais de educação de unidades escolares municipais do Rio de Janeiro, cujo objetivo é subsidiar ações para promover o consumo de frutas, legumes e verduras (FLV), apresentando informações sobre seus benefícios para a saúde, além de sugestões de atividades.

Este texto foi elaborado para fomentar o desenvolvimento dos projetos “Construção de uma estratégia de intervenção em nível local para promoção do consumo de frutas e hortaliças”, coordenado pela Embrapa, e “Desenvolvimento de métodos e instrumentos para formação de profissionais de educação para promoção do aumento do consumo de frutas, legumes e verduras em escolas públicas do Município do Rio de Janeiro”, coordenado pelo Instituto de Nutrição da UERJ.

O PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR E A PROMOÇÃO DA SAÚDE

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), mais conhecido como Merenda Escolar, é um dos programas de alimentação mais duradouros do Brasil. Inicialmente desenvolvido com um caráter assistencialista, atualmente constitui-se em uma política pública de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), que concebe a alimentação e nutrição como um direito humano.

Desde 1979, o Programa visa a garantir o acesso dos alunos à alimentação de boa qualidade, com o objetivo de atender, no mínimo, 15% das necessidades nutricionais dos alunos, além de promover hábitos alimentares saudáveis e prevenir a ocorrência de situações de risco nutricional. Nesta perspectiva, o PNAE tem sido considerado uma importante estratégia para a promoção da saúde e da alimentação saudável na escola.

A Promoção de Saúde consiste em proporcionar à população condições necessárias para que possa alcançar melhor qualidade de vida, além de possibilitar o desenvolvimento da capacidade do indivíduo ou grupo para exercer maior controle sobre sua saúde.

Os programas de promoção da saúde na escola favorecem a ampliação dos conhecimentos sobre saúde para as famílias e comunidade, previnem fatores de risco à saúde, reduzem os índices de abstenção escolar, aproximam a comunidade escolar dos serviços de saúde e estimulam os educadores para o trabalho. Nesta perspectiva, a alimentação no ambiente escolar pode e deve ter função pedagógica, devendo estar inserida no contexto curricular.

A DIMENSÃO PEDAGÓGICA DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Os Parâmetros Curriculares Nacionais orientam sobre a necessidade de que os conceitos sobre saúde ou sobre o que é saudável, além da valorização de hábitos e estilos de vida, sejam discutidos no ambiente escolar. Desta forma, existe um grande desafio de incorporar o tema da alimentação e nutrição no contexto escolar, com ênfase na alimentação saudável e na promoção da saúde, reconhecendo a escola como um espaço propício à formação de hábitos saudáveis e à construção da cidadania.

No município do Rio de Janeiro, o Programa de Alimentação Escolar (PAE) atende a todos os alunos matriculados na rede municipal de ensino, desde a educação infantil até o 9º ano, incluindo ainda creches e alguns programas especiais como a Educação de Jovens e Adultos. As ações relacionadas ao PAE seguem as orientações do FNDE, da Secretaria Municipal de Educação, como gestor executivo, e do Instituto de Nutrição Annes Dias/SMSDC, como responsável técnico. Além de fornecer refeições de qualidade, estimula-se que o PAE seja visto como instrumento pedagógico que favorece a abordagem das diversas dimensões da alimentação saudável: nutricional/sanitária, sócio-cultural, ecológica e do direito humano. Deve-se atentar para que a abordagem pedagógica esteja contextualizada no currículo escolar. Neste sentido, os diferentes temas relacionados à alimentação permitem uma abordagem transversal, favorecendo a multidisciplinaridade e a interdisciplinaridade.

Por exemplo, ao falar de obesidade, podem-se discutir os nutrientes que contribuem para o excesso de peso em Ciências; o discurso das propagandas de alimentos em Língua Portuguesa; o impacto ecológico das formas de produção adotadas na agricultura e o acesso à alimentação saudável em Estudos Sociais; além dos cálculos de pesos e volumes de receitas em Matemática.

Sobre o PAE especificamente, podem ser desenvolvidas atividades entre os professores, merendeiros e familiares com o objetivo de esclarecer sua importância, discutindo sua função na escola e contribuição como instrumento educativo em nutrição; identificar fatores condicionantes e determinantes de práticas alimentares e dietas mais equilibradas nutricionalmente; evidenciar fatores que influenciam na produção, na distribuição e no acesso aos alimentos; estimular cuidados com a higiene pessoal e ambiental no preparo e conservação de alimentos; entre outras.

PAPEL DOS GESTORES, PROFESSORES E MERENDEIROS NO DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

O gestor tem presença fundamental na administração dos serviços que envolvem o PAE desde a compra dos gêneros alimentícios até a distribuição da refeição para o aluno, passando pela organização da estrutura física do local, formação dos profissionais, logística do programa e o monitoramento das atividades para a promoção da alimentação saudável.

O professor possui um papel estratégico na formação do aluno, sendo fundamental sua atuação em ações educativas que promovam hábitos alimentares saudáveis e a valorização do PAE junto aos alunos, inclusive no momento da refeição.

O merendeiro, em suas atividades diárias, tem a oportunidade de estimular a aceitação de refeições saudáveis mediante o contato direto e pessoal com os alunos. O cheiro agradável da comida, a boa aparência do refeitório e a forma cuidadosa de servir são aspectos aos quais este profissional deve ficar atento, pois influenciam a adesão ao PAE.

DESDOBRAMENTOS DA PORTARIA 1010 JUNTO AO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

A Portaria Interministerial nº 1010, fruto de parceria dos Ministérios da Educação e da Saúde, institui as diretrizes para promoção da alimentação saudável nas escolas. De acordo com seus cinco eixos prioritários, podem-se desenvolver diferentes ações relacionadas ao PAE.

1. Ações de educação alimentar e nutricional, considerando os hábitos alimentares como expressão de manifestações culturais regionais e nacionais

- Incorporar o tema “alimentação saudável” no projeto político pedagógico da escola, perpassando todas as áreas de estudo e propiciando experiências no cotidiano das atividades escolares.
- Desenvolver oficinas de culinária para toda a comunidade escolar, incluindo, quando possível, os familiares.
- Estimular a participação dos profissionais do ambiente escolar em cursos e treinamentos de atualização que envolvam o tema alimentação saudável;
- Elaborar e publicar materiais educativos.

Ex: *no município do Rio de Janeiro, desde 2000, é desenvolvido o projeto Com Gosto de Saúde, integrante da iniciativa “Promoção de Saúde na Escola”. Este projeto consiste na produção e distribuição de vídeos destinados aos alunos e material impresso, que visa a subsidiar os professores na abordagem da alimentação saudável.*

2. Estímulo à produção de hortas escolares para a realização de atividades com os alunos e a utilização dos seus produtos na alimentação ofertada na escola

- Estimular práticas agrícolas ambientalmente sustentáveis, valorizando o cuidado com a terra e com a água, buscando impactos sociais e ambientais positivos e visando a preservação dos recursos naturais.
- Favorecer o desenvolvimento integral da educação e do ensino, mediante a vivência de práticas agrícolas, a oferta de alimentos frescos e o estímulo a uma alimentação equilibrada, colorida e saudável.

Ex: *em 2008, o tema escolhido para a Semana de Alimentação Escolar foi “Hortas escolares”. Este evento, comemorado na terceira semana de maio, visa mobilizar a comunidade escolar para discutir temas relativos à alimentação.*

3. Estímulo à implantação de boas práticas de manipulação de alimentos nos locais de produção e fornecimento de serviços alimentares para o ambiente escolar:

- Garantir condições adequadas e seguras de higiene dos alimentos, pessoal, das instalações, dos equipamentos e utensílios.
- Garantir um número adequado de funcionários para atender o Serviço de Alimentação e Nutrição, para a execução do PAE.
- Oferecer condições para treinamentos periódicos a fim de capacitar os funcionários envolvidos em todas as etapas do serviço de alimentação. Garantir área física apropriada e equipada satisfatoriamente (utensílios e equipamentos) de modo a atender a estocagem, pré-preparo e preparo dos alimentos e distribuição das refeições.
- Controlar a qualidade dos alimentos que serão utilizados.

Ex: em 2007 e 2008, os merendeiros recém-efetivados no município do Rio de Janeiro foram capacitados para o trabalho em um curso, cujo módulo de nutrição teve os seguintes objetivos: apontar o PAE como estratégia de promoção de saúde na escola; identificar as atribuições dos merendeiros nas unidades escolares; dominar conceitos básicos sobre alimentação saudável, condições higiênico-sanitárias da produção de refeições e segurança no trabalho.

4. Restrição ao comércio e à promoção comercial de alimentos e preparações com altos teores de gordura saturada, gordura trans, açúcar livre e sal e incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras em ambientes escolares:

– Criar instrumentos legais que regulamentem a venda, o consumo e a propaganda de alimentos no ambiente escolar.

– Oferecer refeições equilibradas nutricionalmente, priorizando alimentos “in natura”, principalmente as frutas, legumes e verduras.

Ex: em 2002, o Prefeito do Rio de Janeiro publicou o Decreto 21.217 (de 01/04/2002) que regulamenta a venda de produtos alimentícios nas “cantinas” das escolas municipais. Este decreto visa a atender a missão da prefeitura que é garantir a atenção integral à saúde do estudante e a valorização do PAE. Sendo assim, proíbe a venda, o consumo e propaganda dos seguintes alimentos: “doços e similares; chicletes; suco à base de pó industrializado; refrigerantes; alimentos com mais de 3g de gordura em 100 kcal do produto; com mais de 160 mg de sódio em 100 kcal do produto; alimentos manipulados na escola ou em local não autorizado para confecção de preparações alimentícias; alimentos que contenham corantes, conservantes ou antioxidantes artificiais e alimentos sem rótulo, composição nutricional ou prazo de validade”.

5. Monitoramento da situação nutricional dos alunos:

– Desenvolver pesquisas com alunos que contribuam para embasar o planejamento e a avaliação das intervenções que se façam necessárias.

Ex: No município do Rio de Janeiro, são desenvolvidas, periodicamente, pesquisas para o monitoramento do estado nutricional dos alunos (realizadas nos anos de 1999, 2003 e 2007) e para o monitoramento de fatores de risco e proteção à saúde dos adolescentes, incluindo a alimentação (realizadas nos anos de 2003 e 2007).

Referências bibliográficas

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE E MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Portaria interministerial nº1010 de 8 de maio de 2006.** Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas, de educação infantil, fundamental e nível médio, das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Brasília, 2008.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Escolas Promotoras de Saúde: Experiências no Brasil.** Série Promoção da Saúde nº6. Brasília, 2007.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção Básica. Departamento de Atenção Básica. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação. Promoção da alimentação saudável nas escolas.** Brasília, 2008.

CAMPOS, C. E. A. O desafio da integralidade segundo as perspectivas de vigilância da saúde e da saúde da família. **Ciência e Saúde Coletiva.** Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 569-584, 2003.

COSTA, E. Q.; RIBEIRO, V. M. B.; RIBEIRO, E. C. O. Programa de alimentação Escolar: Espaço de aprendizagem e produção de conhecimento. **Revista de Nutrição.** Campinas, v.14, n.3, p. 225-229, set/dez, 2001.

MACEDO, A. M. L.; CAMPOS, C. E. A. **A trajetória da alimentação escolar como instrumento da política de alimentação e nutrição no Brasil.** Universidade Federal do Rio de Janeiro. Núcleo de Estudos em Saúde Coletiva. Departamento de Medicina Preventiva. Mestrado em Saúde Coletiva. Rio de Janeiro, agosto de 2005.

RIO DE JANEIRO, Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro. Secretaria Municipal de Saúde e Secretaria Municipal de Educação. Instituto de Nutrição Annes Dias. **Projeto Com Gosto de Saúde – Alimentação Saudável.** Rio de Janeiro, maio de 2000.

MALDONADO, L. A.; AZEVEDO, A. M. F.; CANINÉ, E. S. Promoção da alimentação saudável na escola. **Saúde em Foco.** Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro. Secretaria Municipal de Saúde. Rio de Janeiro, no prelo.

RIO DE JANEIRO, Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro. Programa de Saúde Escolar da Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro. **Promoção de Saúde na Escola: Escola Promotora de Saúde.** Rio de Janeiro, 2º edição, maio 2001.

RIO DE JANEIRO, Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro. Secretaria Municipal de Saúde e Secretaria Municipal de Educação. Instituto de Nutrição Annes Dias. **Manual do Programa de Alimentação Escolar.** Rio de Janeiro, setembro de 2006.

EXPEDIENTE

Pesquisa, redação e revisão

Daniel Alves Oliveira – Nutricionista / Mestrando INU / UERJ
 Michelle Delboni dos Passos – Nutricionista / Mestranda INU / UERJ
 Luciana Azevedo Maldonado - INAD/SMSDC-RIO – INU/UERJ
 Emilia Santos Caniné - INAD/SMSDC-RIO
 Ana Maria Ferreira Azevedo - INAD/SMSDC-RIO
 Luciana Maria Cerqueira Castro - INU/UERJ
 Inês Rugani Ribeiro de Castro - INAD/SMSDC-RIO – INU/UERJ
 Virgínia Martins da Matta - EMBRAPA AGROINDÚSTRIA DE ALIMENTOS

Realização

Embrapa Agroindústria de Alimentos
 Instituto de Nutrição/ Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 Instituto de Nutrição Annes Dias/ Secr. Mun. de Saúde e Defesa Civil/ Pref. da Cidade do Rio de Janeiro
 Instituto Nacional de Câncer
 Fundação Xuxa Meneghel
 Assessoria e Serviços a Projetos em Agricultura Alternativa
 Universidade Federal Rural do Rio Janeiro

Apoio

Associação de Nutrição do Estado do Rio de Janeiro
 Universidade Federal Fluminense
 Conselho Regional de Nutricionista - 4a Região
 Centro Universitário Metodista Bennet
 Secretaria de Estado de Saúde e Defesa Civil / Governo do Estado do Rio de Janeiro

Apoio financeiro

Embrapa
 FAPERJ

Projeto gráfico

ERP/UERJ

Criação e arte: Igor Valentim/ Diagramação: Daniel Martins e Fausto Amaro / Revisão: Felipe Martins
 Rio de Janeiro, Abril 2009

Para mais informações, entrar em contato com:
 Embrapa Agroindústria de Alimentos
 Av das Américas n. 29501 – Guaratiba – Rio de Janeiro
 Tel: 3622 9745
 e-mail: projetoflv@gmail.com

Realização



Apoio

