



Educação Nutricional como disciplina pedagógica no âmbito escolar infantil

Nutritional Education as pedagogical discipline in childhood education

Raquel Peres de Oliveira¹, oliperes021@gmail.com
Rainara de Souza Oliveira¹, rainaraoliveira06@gmail.com
Sergio de Almeida Matos¹, sgalmeida0707@gmail.com
Luciene Peres Figueira¹, enneperes.nutri@gmail.com
Naiane Silva da Conceição¹, naianesc12@hotmail.com
Regina Coeli da Silva Vieira¹, reginacoeli@ufam.edu.br

Resumo:

O objetivo deste trabalho foi demonstrar a importância da educação nutricional no ambiente escolar infantil como disciplina pedagógica do ensino. Foi delineada por meio da vivência no estágio da Unidade de Alimentação e Nutrição I (UAN) em uma escola pública do interior do Amazonas com 141 crianças de 6 a 12 anos, cursando do 1º ao 5º Ano do Ensino Fundamental, no período de 23 de setembro a 25 de outubro de 2019. Os conteúdos alimentação e nutrição foram apresentados por meio de palestras lúdicas e de dinâmicas que possibilitaram a avaliação do aprendizado. Os resultados foram considerados satisfatórios, haja vista que houve boa assimilação dos conteúdos abordados, verificada pelas respostas dadas pelas crianças, tanto na dinâmica de perguntas e respostas, quanto na atividade de agrupamento dos alimentos considerando a regra do trânsito leve. Portanto, pode-se dizer que o nutricionista tem papel fundamental na educação nutricional. Além de profissional de saúde, exerce educacionalmente sua profissão para estimular a boa alimentação.

Palavras-chave: Educação nutricional. Educação infantil. Atividades lúdicas. Disciplina pedagógica de ensino. Bons hábitos alimentares.

Abstract:

The objective of this research was to demonstrate the importance of nutritional education in children's school environment as a pedagogical discipline in teaching. It was outlined through experience in the Food and Nutrition Unit I (FNU) internship at a public school in the interior of Amazonas with 141 children, aged from 6 to 12 years old, attending the 1st to 5th grades of elementary school, in the period from September 23rd to October 25th, 2019. Food and nutrition contents were presented through playful lectures and dynamic activities that allowed learning assessment. The results were considered satisfactory, given that there was good assimilation of the contents covered, verified by the answers given by the children both in the dynamics of questions and answers and in the activity of grouping food considering the light traffic rule. Therefore, we can say that the nutritionist has a fundamental role in nutritional education. In addition to being a health professional, he educationally exercises his profession to encourage health eating habits.

Keywords: Nutritional education. Child education. Playful activities. Teaching pedagogical discipline. Good eating habits.

¹ Universidade Federal do Amazonas, Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB/UFAM) – Amazonas/Brasil.

Citação ABNT: OLIVEIRA, R.P.; OLIVEIRA, R.S.; MATOS, S.A.; FIGUEIRA, L.P.; CONCEIÇÃO, N.S.; VIEIRA, R.C.S. A Educação Nutricional como disciplina pedagógica na educação infantil. *Rev. Ens. Sa. Biotec. Amaz.*, v. 2, n.2, p. 35-49, 2020.

1 INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma estratégia necessária que potencializa a formação de hábitos alimentares, pois trata-se de um campo intersetorial e multidisciplinar amplo que pode envolver outros profissionais da área pedagógica, como os professores, para que se envolvam nas ações de EAN, objetivando uma educação continuada e permanente (RAMOS *et al.*, 2019). A estratégia da Educação Nutricional visa o alcance da Segurança Alimentar e Nutricional e a garantia do Direito Humano à Alimentação de qualidade (DHA) a fim de promover e proteger a saúde, por meio da alimentação saudável, atuando ativamente no crescimento e desenvolvimento infantil assim como preconizado pelas políticas públicas em alimentação e nutrição (BRASIL, 2018; BRASIL, 2012).

A abordagem do tema é justificada pela necessidade de inserir a educação nutricional como disciplina pedagógica, com inserção do nutricionista na equipe multidisciplinar, haja vista que a formação de coordenadores pedagógicos e demais professores do ensino infantil e médio é insuficiente nos conhecimentos de alimentação e nutrição para subsidiar as suas práticas pedagógicas. Assim, a integração desses profissionais no planejamento de ações educativas pode ser positiva (SANTOS *et al.*, 2013).

Ações educativas nessa área costumam ser realizadas em ambiente escolar utilizando como ferramenta materiais ilustrativos, peças infantis, jogos e similares para uma abordagem adequada ao perfil do público-alvo (KOPS; ZYS; RAMOS, 2013; PRADO *et al.*, 2016; LIMA *et al.*, 2017). O que também contribui para o preparo de graduandos de Nutrição deixando-os aptos a solucionarem imprevistos e a lidarem com ações educativas (KOPS; ZYS; RAMOS, 2013).

A alimentação é fundamental no desenvolvimento da criança. Assim, ela deve ser ensinada desde a infância para que

ela possa aprender sobre a alimentação saudável e equilibrada, auxiliando-a na formação de bons hábitos alimentares e assim prevenir as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) na idade adulta (ALMEIDA; BORGES, 2019). A prevalência de DCNT na atualidade tem apresentado um aumento significativo, isso se deve às mudanças nos estilos de vida e alimentares, por consequência, do aumento de urbanização e dos alimentos industrializados. A orientação nutricional influencia diretamente nas escolhas alimentares, pois possibilita discernimentos e conhecimentos dos grupos alimentares saudáveis. Neste sentido, a educação nutricional atua também no processo de ensino e de aprendizagem, porém salienta a questão alimentar contribuindo de maneira significativa na prevenção de doenças crônicas não transmitidas (DCNT's), causadas pela má alimentação (NISHIMURA *et al.*, 2011).

Abordar tais assuntos, desde a infância, auxiliará na formação de indivíduos adultos e mais críticos e conscientes quanto às escolhas alimentares. Neste sentido, o trabalho foi delimitado dentro de tais assuntos: disciplina pedagógica de ensino na educação infantil, o ensino e aprendizagem de criança em idade de 06 a 12 anos e educação nutricional como disciplina pedagógica.

Dessa forma, o trabalho objetivou-se, no geral, corroborar com a relevância da educação nutricional no âmbito escolar infantil como disciplina pedagógica. Quanto aos objetivos específicos foram: levar didaticamente informações sobre a importância da alimentação saudável desde a infância, fornecer conhecimentos referentes à nutrição infantil correlacionando com a influência na saúde, aquisição de autonomia e discernimentos em suas escolhas e hábitos alimentares ainda na infância.

1.1 Disciplina Pedagógica de Ensino na Educação Infantil

A educação infantil é o primeiro passo para o ingresso da criança na escolarização. É a fase de conhecimento do mundo em que vive e do desenvolvimento intelectual, por isso torna-se básico.

No Brasil, os primeiros 14 anos de escolaridade compulsória, compreendidos entre o Ensino Fundamental e Médio, são denominados de “Educação Básica”. O termo é inovador no direito da educação brasileira. Introduzido pela Lei nº 9.394 de 20/12/1996, a lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), designa os 14 anos de Educação compulsória e gratuita dos 4 aos 17 anos estabelecidos pela Constituição Federal. A educação básica, se inicia com a pré-escola, seguida pelo Ensino Fundamental (a partir de seis anos de idade, com duração de nove anos) e Ensino Médio (duração de três anos), visando desenvolver o educando, assegurar-lhe a formação comum indispensável para o exercício da cidadania e fornecer-lhe meios para progredir no trabalho e em estudos posteriores (RANIERI; ALVES, 2018 p.15)

Dessa forma, a escola necessita procurar novas táticas para que as crianças possam implementar os exercícios de infâncias, ou seja, proporcionar atividades criativas semelhante ao dia a dia da criança, de modo que a aprendizagem torne-se mais prazeroso e produtivo, tanto para o educador quanto para o aprendiz. Assim, a preocupação com a infância, e mais ainda, com a educação oferecida a esta fase, deve ter um lugar central, porque criança tem a capacidade de idealizar de acordo com suas vivências (PASINI; MARTIN, 2011).

1.2 Ensino e Aprendizagem de Crianças em Idade de 06-12 anos.

O acesso da criança o quanto antes na educação básica, bem como no Ensino Fundamental contribui positivamente para a sua aprendizagem e desempenho escolar (PASINI; MARTIN, 2011). De acordo com Vale (2017), a aquisição de informação no ambiente escolar forma cidadãos críticos,

conscientes e incentivados. Além disso, relata também sobre a transição epidemiológica que se trata do avanço da obesidade no Brasil, tanto em crianças, quanto em adolescentes. Dessa maneira, a promoção de trabalhos e programas voltadas para a educação nutricional, de modo ainda no ensino de base, ou seja, no ambiente escolar, torna-se bastante relevante. As informações devem ser repassadas com planejamentos, reflexões e discutidas para que se torne expressivo e grandioso e, assim, promover a aproximação direta do educador com o público-alvo aprendiz (PÁDUA; CARVALHO, 2019).

1.3 Educação Nutricional como Disciplina Pedagógica

A educação nutricional traz consigo a ideia de promover a alimentação saudável, quando trabalhada no meio escolar. Leva, em si, as questões de saúde e da qualidade de vida e isso se torna essencial e propicia ao ensino sê-lo mais significativo (VALE, 2017). No que se refere à alimentação saudável, trata-se de uma das principais bases para a saúde podendo ser uma ferramenta de suma importância para o crescimento e desenvolvimento de criança e adolescentes (ORTIZ; LUCAS, 2014). A disposição da alimentação escolar é atendida aos alunos da educação básica por meio do Programa Nacional de Alimentação e Nutrição Escolar (PNAE), o qual enfoca não somente o crescimento e desenvolvimento da criança, como também colabora no desempenho escolar, na formação de boas práticas alimentares e manutenção das necessidades nutricionais durante o tempo na sala de aula, segundo a Resolução/CD/FNDE nº 38, de 16 de julho de 2009 do artigo 4º II (FNDE, 2009).

A educação nutricional atua no meio escolar indiretamente, pois não possui contato direto com seu público-alvo. Vale salientar que a educação nutricional é essencial na reeducação alimentar, pois ajuda a compreender que a ação de se

alimentar é muito mais além do que adquirir ou restringir os alimentos da refeição (ORTIZ; LUCAS, 2014). Dessa forma, a ideia de incluir a educação nutricional como tema transversal nos Parâmetros Curriculares Nacionais, além das disciplinas tradicionais é relevante para a aquisição da saúde, uma vez que a escola é um ambiente de obtenção de conhecimento (VALE, 2017).

2 MATERIAL E MÉTODO

Este trabalho é de caráter observacional do tipo relato de experiência. Foi formado a partir do que foi trabalhado na disciplina de Estágio Supervisionado Unidade de Alimentação e Nutrição, do Curso de Nutrição, do Instituto de Saúde e Biotecnologia, da Universidade Federal do Amazonas e aplicado numa escola pública do interior do Amazonas, durante o período de 23 de setembro de 2019 a 25 de outubro do referido ano. Durante o período citado, diferentes atividades foram desenvolvidas por duas estagiárias supervisionadas, dentre elas a classificação dos perfis e educação nutricionais, na qual contou com a participação de 141 alunos do turno matutino, sendo crianças do 1º ao 5º Ano do Ensino Fundamental, na faixa etária de 06 a 12 anos, do gênero masculino e feminino.

Inicialmente, foram realizados convites nas salas de aula para explicação às crianças e aos professores sobre os procedimentos que iriam ser realizados. Após as orientações, uma triagem nutricional foi realizada para obtenção de dados como: gênero, idade(I), peso(P), estatura(E) e índice de massa corporal (IMC). Os materiais utilizados foram: balança digital, estadiômetro portátil, fita antropométrica e fichas padronizadas. A partir das informações coletadas, a análise do estado nutricional foi baseada nos indicadores: estatura para idade (E/I); índice de massa corpórea para idade (IMC/I) e peso para idade (P/I), sendo este último somente para crianças na faixa etária de 5-12 anos de idade, através das curvas de

crescimento pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN, 2004; SISVAN, 2008), as quais propiciam a classificação por pontos de cortes escore-z, como proposto pela Organização Mundial da Saúde – OMS (WHO, 2006; WHO, 2007). A análise dos dados promoveu uma melhor intervenção e educação nutricional. Na educação nutricional foram abordados os temas de acordo com os resultados das coletas analisadas. Dessa forma, as temáticas programadas foram: 1) promoção da alimentação saudável, 2) semáforo da alimentação e 3) criança feliz é criança bem nutrida. Para finalizar as atividades, foram aplicadas dinâmicas para verificar a aprendizagem dos conteúdos abordados, tais como: NutriQuiz, identificando as cores do semáforo e o tesouro pedido. Vale salientar que os desenvolvimentos das dinâmicas foram planejados a partir de ideias próprias; e as ditas atividades foram desenvolvidas em três momentos alternados.

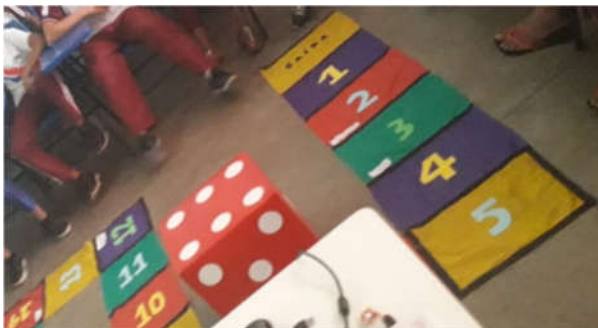
2.1 Promoção da Alimentação Saudável

Esta atividade foi realizada e executada por meio de palestra e dinâmica, usando suporte audiovisual, multimídia (slide colorido com imagem de super-herói, computador, *datashow* e microfone) e cartazes com figuras de alimentos maléficos quando consumimos em exageros (refrigerantes, sucos de pacotes e preparações ricas em açúcares, sal e/ou gorduras) e de alimentos benéficos para a saúde como os alimentos naturais e fontes de micronutrientes (frutas, verduras e legumes). Para enfatizar a temática acerca dos bons hábitos alimentares, foram expostos os dez passos da alimentação saudável (BRASIL, 2014) por meio de recursos didáticos (multimídia e audiovisual) e, em seguida, a realização da dinâmica, denominada “NutriQuiz”.

A dinâmica “NutriQuiz” envolveu a resposta de um questionário com seis perguntas referentes aos conteúdos da palestra intitulada “Promoção da

Alimentação Saudável”. A dinâmica iniciou-se com a formação de duas equipes designadas como equipe 1 e equipe 2. Em seguida, no jogo de trilha colorida feita de Tecido não Tecido (TNT), um de cada equipe lançou o dado para o alto; o primeiro a responder à pergunta foi a equipe que obteve a maior pontuação no lançamento do dado. Ao responder à pergunta, avançava-se de casa no jogo da trilha, sendo que, na mesma possuía as seguintes alternativas: saída, prosseguir, volte uma casa, passou a vez, pule três casas e chegada. Para cada pergunta realizada, o dado era lançado para o alto, começando sempre pelo que estava com pontuação maior. O participante ganhador da dinâmica foi o participante que alcançou maior número de acertos de perguntas e conseqüentemente chegou primeiro na casa de chegada da trilha. Foram entregues como premiação lápis personalizados com figura de abacaxi.

Figura 1 – Jogo da Trilha e dado utilizado na “Dinâmica do NutriQuiz”.



Fonte: Os autores (2020).

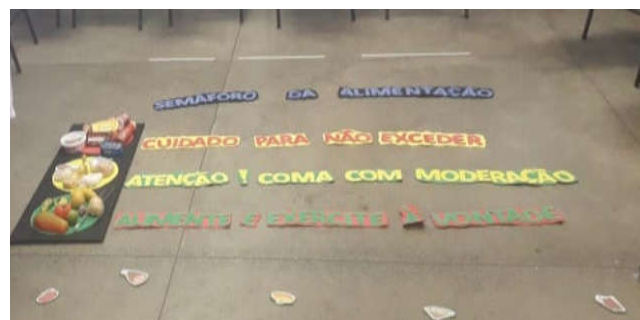
2.2 Semáforo da alimentação

Esta atividade foi realizada por meio de uma palestra com o tema “Semáforo da Alimentação” e com uso da representação dos sinais do semáforo. Assim, para indicar os alimentos que devem ser consumidos com moderação (usou-se a cor amarela), os que devem ser evitados (a cor vermelha) e os preferidos (a cor verde), utilizando, como recurso visual, um suporte de semáforo gigante com os alimentos em suas respectivas cores.

Desse modo, a cor vermelha foi indicada para os alimentos que devem ser evitados como: salsicha, calabresas, carnes enlatadas, ketchups, goiabada. A cor amarela para os alimentos que devem ser consumidos com moderação e cuidado, tais como farinha, manteiga, ovos etc. E, por fim, a cor verde para os alimentos que devem ser consumidos com maior frequência como, por exemplo, frutas (laranja, limão, banana e abacate), legumes (tomates e cenoura) e verduras (principalmente, folhas com cor verde escuro; usando como imagem de exemplo a da cebolinha). Ao final da atividade, foram realizadas dinâmicas para facilitar a compreensão do conteúdo apresentado.

A dinâmica de “Identificando as Cores do Semáforo” foi abordada como atividade lúdica, favorecendo uma comparação entre as regras dos sinais de trânsito, com as orientações nutricionais adequadas para o crescimento e desenvolvimento do organismo sem qualquer desenvolvimento de doenças. Assim como funciona na faixa de pedestre e no sinal de trânsito, onde o vermelho indica que o condutor deve parar e o pedestre passar, o amarelo indica atenção e/ou cuidado e o verde escuro recomenda seguir livremente, tal dinâmica foi desenvolvida, levando o sentido para o lado da alimentação. Neste caso, acerca das cores do semáforo, obtiveram os mesmos objetivos, porém com a utilização dos alimentos para comporem as cores do semáforo.

Figura 2 – Semáforo Gigante utilizado na Palestra “Semáforo da Alimentação”.



Fonte: Os autores (2020)

Para realização da dinâmica “Identificando as Cores do Semáforo” foram formadas três equipes compostas de três alunos, assim as equipes representaram suas respectivas turmas; Primeiro, Segundo e Terceiro Ano do Ensino Fundamental. Cada equipe tinha sua função na brincadeira; um membro de cada equipe vestiu-se de avental de semáforo, o outro membro encheu-se o balão com ar dos pulmões até estourar; nele havia o nome de um alimento abordado na palestra, e o outro membro da equipe pegou a figura do referido alimento e a encaminhou até o participante vestido de avental de semáforo para fixá-la na cor respondente ao alimento. Tal dinâmica foi repetida por três vezes. A equipe que mais fixou as figuras de alimentos corretamente foi considerada ganhadora. Dessa forma, foram premiadas com medalha de super-herói e lápis personalizado com figura de abacaxi.

2.3 Criança Feliz É Criança Bem Nutrida

Esta atividade foi realizada com uso de fantoches para informar os benefícios de frutas e legumes para a saúde. No final de cada atividade, buscou-se verificar o conhecimento adquirido envolvendo os conteúdos apresentados. Neste sentido, foi utilizada uma dinâmica denominada “O tesouro perdido” como ferramenta de análise.

A dinâmica “O tesouro perdido” teve como objetivo incentivar as crianças pela busca por alimentos saudáveis. Para a realização da dinâmica, foram formadas aleatoriamente cinco equipes compostas por dois alunos de cada Ano de Ensino Fundamental. Foram distribuídos no meio do saguão da escola várias figuras de alimentos com intuito de fazer as crianças buscarem os alimentos abordados no teatro de fantoche (batata, cenoura, melancia e banana). Ao encontrar esses alimentos, as crianças citaram sobre as suas funções no organismo e propriedades nutricionais, de acordo com que foi abordado no teatro. A equipe que buscou os alimentos

corretamente foi considerada a vencedora e premiada com lanches saudáveis (banana e maçã).

Figura 3 – Apresentação dos personagens do Teatro de Fantoche.



Fonte: Os autores (2020).

Aspectos éticos:

Por se tratar de um relato de experiência, tal trabalho é dispensado de avaliação do Comitê de Ética e Pesquisa - CEP, haja vista que se enquadra no disposto na Resolução nº510 do Conselho Nacional de Saúde, 07 de abril de 2016, do Artigo 1º VIII, atividade realizada com intuito exclusivo de educação, ensino e treinamento sem finalidade de estudo científico (CNS, 2016). Além disso, neste relato, não é possível a identificação dos participantes. Com relação à temática da educação alimentar e nutricional, tal assunto já está incluso entre os temas transversais nos currículos escolares do infantil ao médio - Lei nº 13.666/2018, de 16 de maio de 2018 (PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA, 2018), tendo sido as atividades ocorridas na escola com a concordância dos professores responsáveis.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Desde o início das atividades realizadas com os alunos na escola, todas as atividades partiram de planejamentos, discussões e observações durante o estágio. Sendo assim, para a realização da educação nutricional, foi necessário

desenvolver uma triagem nutricional através da avaliação nutricional de modo identificar a faixa etária, conhecer o público-alvo e, principalmente, o seu estado nutricional para, assim, traçar o objetivo preciso da intervenção. Ainda em relação às discussões levantadas para realização da tal atividade, elas foram embasadas em torno das necessidades e problemas grupais recorrentes, levando em consideração sempre as questões regionais, culturais, sociais, ambientais e psicológicas relacionadas à alimentação das pessoas.

O diagnóstico do estado nutricional dos alunos foi feito com base nos indicadores recomendados pelo SISVAN, sob responsabilidade total pelas duas estagiárias de Nutrição. Quanto aos resultados obtidos, estes mostraram-se como prevalecido o perfil nutricional eutrófico. A eutrofia é definida como o equilíbrio entre consumo de alimentos e as necessidades nutricionais (SISVAN, 2004).

A figura 4, a seguir, mostra o perfil nutricional encontrado. Como demonstrado nesta figura, a maioria dos alunos foram classificados com o diagnóstico nutricional de eutrofia, como esperado numa população. Entretanto, durante o estágio na escola, foi observado as más escolhas alimentares e a maioria dos alunos não consumia a refeição escolar, passando assim, a consumir alimentos processados e ultra processados.

Figura 4 - Perfil nutricional dos discentes de uma escola pública do interior do Amazonas.



Fonte: Os autores (2020).

O real motivo da criança não lanchar na escola se justifica devido ao seu estranhamento das preparações ofertadas, por serem alimentos habitualmente consumidos durante o almoço ou jantar; e as crianças, por sua vez, associarem a refeição escolar com lanches simples e brincadeiras (PEDRAZA *et al.*, 2017).

Vale salientar também que os alimentos processados e ultraprocessados, corroboram para a má alimentação e cooperam para a desnutrição, prevalência de sobrepeso e doenças não transmissíveis como o diabetes *mellitus* e hipertensão arterial (SOUZA *et al.*, 2019).

Pensando nisso, foi criado e sancionada no dia 16 de maio de 2018 a Lei nº13.666/2018, que prevê a inclusão da educação alimentar e nutricional entre os temas transversais nos currículos escolares do ensino infantil ao médio (PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA, 2018). O professor de ciências possibilita a construção de conhecimentos sobre a composição nutricional dos alimentos, desde que haja instrumentos necessários como: cartilha e materiais didáticos para, assim, criar meios para melhorar seus hábitos alimentares, fazendo incentivo de escolhas alimentares adequadas (ORTIZ; LUCAS, 2014). No entanto, esta prática educativa é assegurada com exclusividade aos nutricionistas pela lei que regulamenta a profissão. A Lei nº 8.234/1991 (BRASIL, 1991) destaca as inúmeras atividades privativas do nutricionista envolvendo a nutrição humana e, entre as atividades, está a Educação Nutricional. E mais ainda:

A resolução do Conselho Federal de Nutrição (CFN) nº 600, de 25 de fevereiro de 2018, diz que considerando que o marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas, editado em parceria pelo ministério do desenvolvimento social e combate à fome, Ministério da Saúde e Ministério da Educação, trata da execução da prática de ações de educação alimentar e nutricional e contempla a responsabilidade do nutricionista na aplicação destas ações

enquanto recurso terapêutico em indivíduos ou grupos sadios ou com algum agravo ou doença (CFN, 2018).

Desta forma, observamos que a educação nutricional como disciplina pedagógica deveria ser ministrada exclusivamente pelo profissional nutricionista, visto que é o profissional capacitado para tratar dos conhecimentos da nutrição humana. O nutricionista inserido nas ações pedagógicas da escola tratará a educação nutricional de modo adequado e eficaz.

Com base nesses critérios, a primeira palestra “Acerca da promoção da alimentação saudável”, com o público-alvo do 5º Ano do Ensino Fundamental, em idade de 11 a 12 anos, foi utilizada a metodologia interativa e lúdica. Lanes *et al.*, (2015) explica que a construção do conhecimento pode partir do próprio indivíduo, de suas experiências culturais e hábitos de vida. Envolver as culturas na educação da criança fornece trocas de conhecimentos e experiências, fazendo com que a aprendizagem torne mais interessante e espontânea. Sendo assim, a metodologia aplicada deve ser de forma ativa e de acordo com nível de ensino e a aprendizagem esperada por cada aluno (OLIVEIRA *et al.*, 2018). As crianças criam suas capacidades intelectuais maiores quando há troca de conhecimentos com os outros, sendo que este processo de construção se inicia na infância e permanece até a adolescência (PIASETZKI; BOFF, 2018).

Desse modo, foram pautados sobre os assuntos principais: o que vem a ser alimentação e nutrição; qual a sua importância para a saúde e sua faixa etária. E no decorrer da apresentação, foram abordados os tipos de nutrientes importantes para o organismo humano, bem como os alimentos construtores, reguladores e energéticos. Os assuntos foram mostrados por meio do Guia Alimentar Amazônico em formato de barco proposto por Verde *et al.* (2016). Para complementar a apresentação, foram mostrados macronutrientes como os

carboidratos, proteínas e lipídeos. Além disso, foi explanado sobre a importância das frutas e legumes, de forma geral, inclusive as de origem regional com propriedades de regular a função do organismo, de acordo com a recomendação do Guia Alimentar da População Brasileira (BRASIL, 2014).

Segundo Oliveira *et al.* (2018), as metodologias ativas podem ser aplicadas nas dinâmicas, em aulas dialogadas, grupos de verbalização e observação, oficinas, painéis, jogos lúdicos, histórias com fantoches, jogos eletrônicos, palestras, encontros, apresentações e em recursos audiovisuais como rádio e vídeo. Tudo isso com o objetivo de levar o conhecimento aos alunos. Então, no decorrer das palestras, foram direcionadas perguntas aleatórias para as crianças de modo a levá-las à interação e envolvimento durante as atividades, contribuindo, assim, com seus conhecimentos. Essa estratégia tornou-se muito interessante, pois percebeu-se motivações nas dinâmicas, trocas de conhecimentos dos alunos com os colegas e a interação com os conteúdos. A natureza brota os alimentos, mas a cultura e a acessibilidade de um povo é quem traz várias características que diversifica as formas do consumo dos alimentos, transformando assim os hábitos alimentares das pessoas, que deixa de consumir os alimentos mais naturais, para consumir alimentos práticos e acessível como os processados e industrializados. A alimentação infantil sofre influência desses fatores, pois as crianças atualmente preferem alimentos prontos e rápidos e não mais aqueles extraídos diretamente da natureza (LIMA; NETO; FARIAS, 2015). As preparações alimentares produzidas tanto em refeitórios da escola como até mesmo nas famosas banquinhas de vendas necessitam ser modificados, mas as crianças procuram por alimentos disponíveis e habitualmente que podem ser encontrados com facilidades nestes locais, contudo, na maioria das vezes, estão presentes os alimentos consequentemente com alta densidade calórica, gorduras e

açúcares (MAGALHÃES; CAVALCANTE, 2019).

A mídia e os meios de comunicação, por sua vez, também têm uma parcela de contribuição no incentivo à aquisição desses alimentos; uma vez que o processo midiático impacta principalmente o público infantil, pois usam meios estratégicos e convencedores para estimularem-no à aquisição e ao consumo de produtos, sendo esse o público considerado mais propenso à influência devido a sua ingenuidade e capacidade de credulidade em tudo. As propagandas buscam a intensa atenção das crianças, bem como dos pais, já que são eles os reais responsáveis por levar os alimentos para a família (GRAVATÁ; ALVES; FERNANDES, 2019). Pensando assim, os pais devem procurar sempre estar informados sobre os bons hábitos alimentares e a influência por meio da mídia, pois essas condutas alimentares são iniciadas ainda no ciclo familiar.

No que diz respeito às demonstrações por meio de cartaz sobre os alimentos maléficos e benéficos à saúde, foi explicado aos alunos sobre esses termos e os orientados sobre os possíveis riscos do consumo em excesso dos alimentos processados e ultraprocessados tais como o sorvete, picolé, biscoito recheado, bolos e pudins. Além disso, sobre os tipos de doenças que podem ser adquiridas por meio desses consumos, bem como sobre o tipo de alimento que não contém todos os nutrientes necessários para o corpo humano. Isso foi interessante abordar, porque esses alimentos fazem parte da vida diária dos alunos, pois durante distribuição das refeições, percebeu-se que houve o consumo desses alimentos, ao invés da própria alimentação produzida na escola. Alexandre *et al.* (2018) diz que a escola, por ser ambiente de aprendizagem, é um local para garantir a segurança alimentar e nutricional das crianças e proporcionar bases que fortaleçam a formação de hábitos alimentares saudáveis, entretanto, em algumas escolas, existem a oferta de alimentos com alto valor calórico, com

prevalência de açúcares e pobre em nutrientes. Influenciando assim negativamente nas escolhas alimentares das crianças.

A apresentação dos “dez passos para alimentação saudável” proporcionou importantes informações a respeito da qualidade na alimentação através dos alimentos *in natura*, enfatizando a importância para o crescimento e desenvolvimento infantil e os comportamentos alimentares, bem como sobre o consumo dos alimentos processados e ultraprocessados, sobre o qual deve-se evitar.

Dando prosseguimento às atividades, foi aplicada a dinâmica denominada “NutriQuiz”, que envolveu respostas de um questionário com seis perguntas referentes aos conteúdos abordados na palestra intitulada “Promoção da Alimentação Saudável”. Os resultados obtidos foram satisfatórios, tendo em vista que houve boa assimilação da temática discutida, verificada na avaliação de aprendizagem mediante às respostas cedidas pelas crianças tanto na dinâmica de pergunta e resposta quanto na palestra.

O método de ensino e aprendizagem precisa ser defendido por meio de ferramenta que possibilite a compreensão pretendida do mediador do conhecimento. Para que ocorra a mudança ou transformação em seu meio, deve-se utilizar todos os recursos metodológicos necessários para facilitar tal aprendizagem. Essa iniciativa de fazer o diferente é principalmente do educador para assim obter resultados positivos das atividades praticadas (BRIGHENTI; BIAVATTI; SOUZA, 2015). O uso de estratégias como atividades lúdicas e dinâmicas na realização de ações voltadas para educação alimentar e nutricional na escola são favoráveis para ampliar o conhecimento de crianças e adolescentes, pois associam o valor da educação alimentar com a importância das disciplinas tradicionais, com vista à promoção da saúde e hábitos alimentares

saudáveis (MAGALHÃES; CAVALCANTE, 2019).

Na segunda palestra, abordou-se a temática “Semáforo da Alimentação”. Esta atividade foi realizada com criança em idade 6 a 9 anos, do 1º ao 3º Ano do Ensino Fundamental, que é uma fase em que se associa a alimentação à brincadeira. Para a criança, a brincadeira é importante para o seu desenvolvimento social e intelectual, pois institui ocasiões de reprodução de problemas e sentimentos originadas de seu dia a dia. A excitação do brincar e das brincadeiras deve ser contínua e estimulada para que crianças possam inventar os seus espaços dinamizados (SIQUEIRA, 2017).

A educação nutricional se torna mais eficaz quando se procura utilizar métodos educacionais mais associados ao mundo infantil, pois o desenvolvimento de atividades lúdicas facilita o processo de ensino e de aprendizagem (NASCIMENTO, 2018). Além disso, o saber repassado de forma dinâmica favorece o desenvolvimento do pensamento, da vida social, da iniciativa e da autoestima, fazendo com que o indivíduo esteja apto a encarar suas dificuldades e construir uma vida melhor. Com isso, o ato de brincar da criança possibilita melhora na aptidão física e emocional e desperta a intelectualidade do indivíduo aprendiz (LANES, 2015).

Neste sentido, considerando a metodologia de ensinar brincando, a palestra semáforo da alimentação levou em destaque as cores dos alimentos, correlacionando-os com as cores do semáforo de trânsito, uma vez que tais cores possuem o objetivo de informar a parada, quando ter atenção, e quando seguir livremente, sendo que isso possui bastante relevância para o bom equilíbrio no trânsito e para a vida das pessoas. Sabe-se o quanto a cor vermelha do semáforo significa: que os condutores devem parar para os pedestres passar; a cor amarela indica a atenção e os cuidados ao dirigir no trânsito e a cor verde significa poder passar livremente. Levando isso para a alimentação, não é diferente. Dessa

maneira, foram apresentados o semáforo gigante da alimentação, que tinha o objetivo de informar sobre o que deve ser evitado, sobre o que deve ser consumido com moderação e sobre o que pode ser consumido à vontade. Após estas orientações, foi realizada pelas crianças a identificação das cores dos alimentos como avaliação de aprendizagem, com resultados positivos, pois elas deveriam agrupar os alimentos nas cores do semáforo, mostrando se haviam compreendido o conteúdo repassado, sendo que conseguiram encontrar e fixar os alimentos corretamente nas cores determinadas. Dessa forma os resultados foram satisfatórios.

As crianças menores interpretam as linguagens por meios de cheiro, sabor e cor, que determina história, preferência, escolha e suas identidades. Desta forma, os usos das cores juntamente com as orientações nutricionais foram transmitidos de forma lúdica o que facilitou a compreensão relacionada com a alimentação saudável (GAIO *et al.*, 2010).

Desse modo, foi notável que o ato de brincar propicia a aprendizagem, pois quando as crianças estão brincando elas adquirem conceitos, valores e responsabilidades. Através das informações repassadas conseguem distinguir sobre o que podem e o que não podem fazer. E mais ainda, o simples ato de brincar também permite que as crianças explorem o mundo em que vive, encontrem seu lugar; e esse processo contribui bastante para o seu ensino e aprendizagem (SIQUEIRA, 2017).

No tocante das atividades, enfatizou-se sobre como a boa alimentação contribui para o crescimento e o desenvolvimento das crianças e igualmente favorece o estado de ânimo, desempenho escolar e motivação para a realização de suas atividades. Os alimentos quando consumidos de forma consciente e adequada, trazem benefícios, de forma geral, ao corpo humano. Pautada nesses argumentos, foi realizada a atividade intitulada como “Criança feliz é Criança Bem Nutrida”, desenvolvida por meio de

personagens de fantoches, com todas as crianças da escola, em que foi abordado sobre os benefícios das frutas e legumes para a saúde.

Para compor os fantoches, foram utilizados os personagens “o senhor Batata”, “o senhor Cenoura”, “a senhora Melancia” e “a senhora Banana”. Cada personagem discorreu de suas propriedades nutricionais e os benefícios para a saúde, sendo estas apresentadas de forma simples e lúdica. Ao final da atividade, foi realizada uma dinâmica nomeada de “o caça ao tesouro” para verificar a assimilação do conteúdo apresentado. Os resultados foram positivos, demonstrando que as crianças participaram ativamente tanto do Teatro de Fantoche, quanto da dinâmica de buscar os alimentos ditos no teatro, seguido do falar das funções do alimento no organismo humano e as propriedades nutricionais.

A informação sobre a alimentação e a nutrição busca esclarecer sobre os hábitos alimentares não saudáveis e ajuda a contribuir para a formação de comportamento alimentar adequado, por isso, a importância de utilizar uma metodologia que favoreça a aprendizagem e a assimilação de conteúdo repassado para crianças e adolescente (SANTOS *et al.*, 2019).

Para Nascimento (2018), a escola quando acrescenta informação sobre a alimentação e nutrição em suas bases de ensino, por ser um ambiente reflexivo, cumpre o seu papel de formar indivíduos críticos, conscientes e com qualidade de vida. Quando a escola toma a liberdade de se organizar adotando os meios de promover a saúde através de discussões e debates durante a educação nutricional, ela pode gerar grandes experiências de incorporação do hábito alimentar saudável da infância para a vida adulta.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O relato propôs corroborar a relevância da educação nutricional como

disciplina pedagógica implementada por nutricionistas, incorporada às ações pedagógicas da escola. Os resultados obtidos foram satisfatórios, pois as atividades realizadas contribuíram bastante para a boa assimilação dos conteúdos. Evidencia-se que a educação nutricional possibilita informações que auxiliam as pessoas na busca por alimentos de qualidade, com autonomia e discernimentos, para proporcionar hábitos alimentares saudáveis e assim evitar doenças causadas pela má alimentação.

As crianças usufruindo desde cedo do conhecimento de alimentação e nutrição, desenvolverão o senso crítico para discernir as escolhas alimentares com embasamentos seguros, de modo que cresçam de forma saudável e que carreguem o ensino consigo para vida toda. O profissional nutricionista, por sua vez, participará diretamente na educação infantil não só como educador, mas também como um profissional da área da saúde.

Portanto, é imprescindível unir o professor de ciências aos conhecimentos dotados pelo nutricionista para compor a disciplina de Educação Nutricional, ambos transformarão e criarão boas estratégias de ensino, nutrição e saúde para que no futuro as próximas gerações desfrutem conscientemente de uma melhor qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. P. N.; BORGES, E. L. EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E O APRENDER NA ESCOLA. **Revista Científica**, União das Faculdades dos Grandes Lagos- UNILAGO [S. I.]: v. 1, n. 1, 2019.

ALEXANDRE, D. R. *et al.* Correlação da segurança alimentar com o estado nutricional de crianças escolares. **Motricidade**, v. 14, n. 1, p. 164-169, 2018. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/mot/v14n1/v1>

4n1a22.pdf>. Acesso em: dia 26 de Maio de 2020.

BRASIL. **Lei N° 8.234, de 17 de setembro de 1991**. Regulamenta a profissão de Nutricionista e determina outras providências. (DOU 18/09/1991).

Disponível em:

<<https://www.cfn.org.br/index.php/legislacao/leis/>>. Acesso em: dia 07 de Junho de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde**. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de atenção Básica. Brasília - DF. 2. ed., 1. reimpr. –Ministério da saúde, 2014. 156 p.: il. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>. Acesso em: dia 20 de Maio de 2020.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Departamento de Estruturação e Integração dos Sistemas Públicos Agroalimentares. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**/Ministério do desenvolvimento social. Departamento de Estruturação e Integração dos Sistemas Públicos Agroalimentares. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social, 2018. 10p.:il. Disponível em: <http://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/seguranca_alimentar/caisan/Publicacao/Educacao_Alimentar_Nutricional/21_Principios_Praticas_para_EAN.pdf>. Acesso em: 03 de junho de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde**. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília-DF. Ministério da Saúde, 2012. 84 p.: il.

BRIGHENTI, Josiane; BIAVATTI, Vania Tanira; DE SOUZA, Taciana Rodrigues. Metodologias de ensino-aprendizagem: uma abordagem sob a percepção dos alunos. **Revista Gestão Universitária na América Latina-GUAL**, v. 8, n. 3, p. 281-304, 2015. DOI:

[https://doi.org/10.5007/1983-](https://doi.org/10.5007/1983-4535.2015v8n3p281)

[4535.2015v8n3p281](https://doi.org/10.5007/1983-4535.2015v8n3p281). Disponível em:

<<https://periodicos.ufsc.br/index.php/gual/article/view/1983-4535.2015v8n3p281>>.

Acesso em: 01 de Junho de 2020.

CFN - Conselho Federal de Nutricionista. Resolução CFN nº 600, de 25 de fevereiro de 2018. **Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, indica parâmetros numéricos mínimos de referência, por área de atuação, para a efetividade dos serviços prestados à sociedade e dá outras providências. Diário Oficial da União**, v. 23, p. 1-55, 2018. Disponível em: <<http://www.ntr.crp.ufv.br/?noticias=conselho-federal-de-nutricionistas-resolucao-cfn-no-6002018>>. Acesso em: dia 07 de Junho de 2020.

CNS - Conselho Nacional de Saúde. **Resolução no 510, de 07 de abril de 2016**. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. 2016. Disponível em: <<http://www.conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>>. Acesso em: dia 07 de Junho de 2020.

FNDE - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução/CD/FNDE N° 38 de 16 de Julho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no programa nacional de alimentação escolar (PNAE). **DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO**, 2009. Disponível em: <<https://www.fnde.gov.br/aceso-a-informacao/institucional/legislacao/item/3341-resolucao-cd-fnde-n-38-de-16-de-julho-de-2009>>. Acesso: dia 07 de junho de 2020.

GAIO, JORGE *et al.* (coord. ed.) Cores em composição na educação infantil. **As linguagens**. 1. ed. São Paulo: FTD, 2010. p. 5-99. E-BOOK. Disponível em: <http://www.crianca.mppr.mp.br/arquivos/File/publi/marista/cores_participacao_rms.pdf>. Acesso em: dia 07 de Junho de 2020.

GRAVATÁ, R. C. F.; ALVES, S. C. S.; FERNANDES, S. C. S. A Influência da Mídia no Consumismo Infantil: Uma Revisão de Literatura. **Revista Brasileira de Iniciação Científica**, v. 6, n. 7, p. 41-56, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.itp.ifsp.edu.br/index.php/IC/article/view/1326>>. Acesso em: dia 03 de Junho de 2020.

KOPS, Natália Luiza; ZYS, Júlia; RAMOS, Maurem. Educação alimentar e nutricional da teoria à prática: um relato de experiência. **Revista Ciênc Saúde**, v. 6, n. 2, p. 135-40, 2013.

LANES, Karoline Goulart. **Educação Nutricional através do processo de ensino aprendizagem baseado na Metodologia da Problematização**. 2015. Tese de Doutorado (em Educação em Ciência). Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria RS/Brasil, 2015.

LIMA, Catarina Francisca Morais *et al.* Relato de experiência de educação nutricional para o incentivo do consumo do pescado entre escolares do ensino fundamental em Palmas, Tocantins. **Revista Em Extensão**, v. 16, n. 1, p. 140-149, 2017.

LIMA, R. S.; NETO, J. A. F.; FARIAS, R. C. P. Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 10, n. 3, p. 507-522, 2015. DOI: 10.12957/demetra.2015.16072. Disponível em: <<https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/>

<[demetra/article/viewFile/16072/13748](https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/viewFile/16072/13748)>. Acesso em: dia 05 de Maio de 2020.

MAGALHÃES, Q. V. B.; CAVALCANTE, J. L. P. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO INTERVENÇÃO EM HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS NO AMBIENTE ESCOLAR. **SANARE-Revista de Políticas Públicas**, v. 18, n. 1, 2019. Disponível em: <<https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1306>>. Acesso em: dia 04 de Junho de 2020.

NASCIMENTO, Fernanda Malta Leite. **Educação alimentar e nutricional e a promoção da qualidade de vida em escolares da Educação Infantil: percepção da função desempenhada neste processo**. 2018. Dissertação de Mestrado (em Docência e Gestão da Educação) - Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2018.

NISHIMURA, R. Y. *et al.* Grupos de alimentos para investigação de risco para diabetes tipo 2 e doenças associadas. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 14, p. 531-536, 2011. <<https://doi.org/10.1590/S1415-790X2011000300017>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2011000300017>. Acesso dia: 01 de junho de 2020.

OLIVEIRA, A. M. *et al.* Metodologias ativas de ensino e aprendizagem na educação alimentar e nutricional para crianças: uma visão nacional. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 12, n. 73, p. 607-614, 2018. Disponível em: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6986075>>. Acesso em: dia 06 de Junho de 2020.

ORTIZ, F.; LUCAS, L. B. Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE. Sequência didática

sobre alimentação saudável e educação nutricional na disciplina de Ciências – Ensino Fundamental. **Caderno online.**

Paraná, v. 1, p. 4-5, 2014. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2014/2014_uenp_cien_pdp_marina_fantinelii.pdf>. Acesso em: dia 01 de janeiro de 2020

PÁDUA, C. A. L. O.; CARVALHO, A. D. F. A aula de fundamentos da educação infantil: possibilidades metodológicas. **Epistemologia e Práxis Educativa**, PIAUÍ, v. 2, n. 2, 2019.

Disponível em: <revista.ufpi.br/epeduc/article/download>. Acesso em: dia 17 de Maio de 2020.

PASINI, F.; MARTIN, A. P., 2011. O ingresso de crianças de 6 anos no ensino fundamental: uma pesquisa em Rondônia. **Educação e Pesquisa**, v. 37, n. 1, p. 87-103, 2011. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/ep/v37n1/v37n1a06.pdf>>. Acesso em: dia 01 de junho de 2020.

PEDRAZA, D. F. *et al.* Estado nutricional e hábitos alimentares de escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil. **Ciência & saúde coletiva**, v. 22, p. 469-477, 2017. DOI: 10.1590/1413-81232017222.26252015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/csc/v22n2/1413-8123-csc-22-02-0469.pdf>>. Acesso em: dia 16 de maio de 2020.

PIASETZKI, C. T. R.; BOFF, E. T. O. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL E A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA INFÂNCIA. **Revista Contexto & Educação**, v. 33, n. 106, p. 318-338, 2018. DOI: <https://doi.org/10.21527/2179-1309.2018.106.318-338>.

PRADO, Bárbara Grassi *et al.* Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência.

Demetra: alimentação, nutrição & saúde, v. 11, n. 2, p. 369-382, 2016.

PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA. Secretaria Geral. Subchefia para Assuntos Jurídicos. **LEI Nº 13.666, de 16 de maio de 2018**. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/L13666.htm>. Acesso em 30 de setembro de 2020.

RAMOS, B. C. V. *et al.* Educação alimentar e nutricional com professores de uma escola privada da zona sul de São Paulo. **Saúde (Santa Maria)**, v. 45, n. 2, p. 12, 2019. DOI: 10.5902/2236583438317.

RANIERE, N. B. S.; ALVES, ANGELA, L. A. *et al.* Direito à educação e direitos na educação em perspectiva interdisciplinar. **São Paulo: Cátedra UNESCO de Direito à Educação/Universidade de São Paulo (USP)**, 2018. p.11-499.

Disponível em: <http://www.livrosabertos.sibi.usp.br/portalde livrosUSP/catalog/view/462/416/1623-1>. Acesso em: dia 01 de junho de 2020.

SANTOS, Ligia Amparo da Silva *et al.* Formação de coordenadores pedagógicos em alimentação escolar: um relato de experiência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 993-1000, 2013.

SANTOS, P. S. *et al.* Educação Alimentar e Nutricional sob uma ótica da promoção de práticas alimentares saudáveis com adolescentes: um relato de experiência. **Revista de Saúde Coletiva da UEFES**, v. 9, p. 101-106, 2019. Disponível em: <<http://periodicos.uefs.br/ojs/index.php/sau decoletiva>>. Acesso em: dia 30 de Maio de 2020.

SOUZA, L. C. A *et al.* Perfil nutricional de pré-escolares do programa mais educação na cidade de Goiânia-GO. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 8, n. 1, p. 36-48, 2019. Disponível em: <<http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/345>>. Acesso em: dia 20 de Maio de 2020.

SIQUEIRA, Mariana Carla. **A importância do brincar para crianças de 6 e 7 anos no projeto habilidade de estudo**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso-TCC (Pedagogia) - Universidade Federal de Juiz de Fora, São Paulo, 2017.

SISVAN. Vigilância Alimentar e Nutricional SISVAN. Norma Técnica: Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde. **Ministério da Saúde, Brasília-DF**, 2008. Disponível em: <https://www.sonutricao.com.br/downloads/sisvan_norma_tecnica_preliminar_crianças.pdf>. Acesso em: 18 de maio de 2020.

SISVAN. Vigilância Alimentar e Nutricional SISVAN. Norma Técnica: Orientações básicas para a coleta, processamento, análise de dados e informação em serviços de saúde. **Ministério da Saúde, Brasília-DF**, 2004. 120 p.: il.

VALE, Lucimar Ramos do. **Elaboração de um guia pedagógico para o ensino de nutrição no ensino fundamental**. 2017. Dissertação (Mestrado em ensino de ciências da saúde e do meio ambiente) - Fundação Oswaldo Aranha - UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, 2017. Disponível em: <http://sites.unifoa.edu.br/portal_ensino/mestrado/mecmsa/arquivos/2017/lucimar-ramos.pdf>. Acesso em: 01 de Junho de 2020.

VERDE, D. C. *et al.* Guia Alimentar Amazônico: Um instrumento de Educação Alimentar e Nutricional. *In*: XXIV CONGRESSO BRASILEIRO DE

NUTRIÇÃO- CONBRAN, 2016. São Paulo. **Resumos**[...]. São Paulo: Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBAM, 2016.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHO Child Growth Standards. length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and Development. **Ginebra: WHO**, 2006. Disponível em: <<https://www.who.int/childgrowth/standards/en/>>. Acesso em: dia 20 de Maio de 2020.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. de Onis M, Onyango AW, Borghi E, Siyam A, Nishida C, Siekmann J. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Bulletin of the World Health Organization* 2007; 85: 660-667. Disponível em: <<http://200.17.213.49/lib/exe/fetch.php/projetos:obesidade:referenceomsimc.pdf>>. Acesso em: dia 20 de Maio de 2020.