

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO DA UFMG
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM FORMAÇÃO DE EDUCADORES PARA
EDUCAÇÃO BÁSICA

Carolina Pedrosa Scotti

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Belo Horizonte

2025

Carolina Pedrosa Scotti

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para a obtenção do título de Especialista em Múltiplas Linguagens em Educação Infantil, pelo Curso de Especialização em Formação de Educadores para Educação Básica, da Faculdade de Educação/ Universidade Federal de Minas Gerais.

Orientador: Prof. Sandro Vinicius Sales dos Santos

Belo Horizonte

2025

S431a
TCC

Scotti, Carolina Pedrosa, 1982-
Alimentação saudável na educação infantil [manuscrito] / Carolina Pedrosa Scotti. -- Belo Horizonte, 2025.
47 p. : enc., il., color.

Monografia -- (Especialização) - Universidade Federal de Minas Gerais, Faculdade de Educação.
Orientador: Sandro Vinicius Sales dos Santos.
Bibliografia: f. 45-47.

1. Educação. 2. Educação de crianças. 3. Crianças -- Desenvolvimento. 4. Crianças -- Nutrição. 5. Crianças -- Hábitos alimentares. 6. Crianças -- Cuidados -- Aspectos educacionais. 7. Família e escola. 8. Promoção da saúde -- Aspectos educacionais. 9. Escolas maternas. 10. Promoção da saúde. 11. Itabirito (MG) -- Educação.
I. Título. II. Santos, Sandro Vinicius Sales dos, 1979-.
III. Universidade Federal de Minas Gerais, Faculdade de Educação.

CDD- 372.21

Catálogo da fonte: Biblioteca da FaE/UFMG (Setor de referência)
Bibliotecário: Ivanir Fernandes Leandro CRB: MG-002576/O



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
Curso de Especialização em Formação em Docência para
Educação Básica

**ATA DE DEFESA DO NONINGENTÉSIMO SEXAGÉSIMO NONO TRABALHO FINAL DO CURSO DE
ESPECIALIZAÇÃO EM FORMAÇÃO DE EDUCADORES PARA EDUCAÇÃO BÁSICA
ÁREA DE CONCENTRAÇÃO MÚLTIPLAS LINGUAGENS NA EDUCAÇÃO INFANTIL**

Aos doze dias do mês de julho do ano de dois mil e vinte e cinco, realizou-se, na Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais, a apresentação do trabalho final de conclusão do Curso de Especialização Formação em Docência para a Educação Básica – com o título " **Alimentação Saudável Na Educação Infantil**", do(a) aluno(a) **Carolina Pedrosa Scotti**. A banca examinadora foi composta pelos seguintes professores: Sandro Vinicius Sales dos Santos (orientador) e Maria Beatriz de Oliveira V. Silva. Os trabalhos iniciaram-se às 8h30, atendendo a uma escala de apresentações definida pelo(a) orientador(a). Após a apresentação oral do trabalho, a banca examinadora fez uma arguição ao aluno(a). A banca se reuniu, em seguida, sem a presença do(a) aluno(a) e do público, para fazer a avaliação final. Em conclusão, a banca examinadora considerou o trabalho aprovado. O resultado final do trabalho foi comunicado ao aluno(a), que deverá encaminhar à Secretaria do curso a versão final em meio digital para (laseb@fae.ufmg.br) e submeter o trabalho salvo em formato PDF de acordo com as orientações da Biblioteca universitária da UFMG, Repositório Institucional (www.repositorio.ufmg.br). Nada mais havendo a tratar, eu, Ana Maria de Castro Rocha, secretária do colegiado do curso, lavrei a presente ata que, depois de lida e aprovada, será por mim assinada e pelos demais membros presentes. Belo Horizonte 12 de julho de 2025.

Aluno(a) Carolina Pedrosa Scotti
Carolina Pedrosa Scotti

Registro na UFMG: 2024695765

Sandro Vinicius Sales dos Santos
Prof. Dr. Sandro Vinicius Sales dos Santos
Orientador

Maria Beatriz O. V. Silva
Profa. Dra. Maria Beatriz de Oliveira V. Silva
Professor(a) Convidado(a)/avaliador(a)

Ana Maria de Castro Rocha
Ana Maria de Castro Rocha
Secretária do Colegiado de Curso de Especialização
Em Formação em Docência para Educação Básica

Dedico este trabalho ao meu orientador, Prof. Sandro Vinícius Sales dos Santos, cuja confiança em mim desde o primeiro dia de aula foi fundamental para o meu crescimento acadêmico. Sua habilidade em transmitir um vasto conhecimento, sempre com generosidade e clareza, inspirou-me a buscar a excelência. Tenho imenso orgulho de ter tido a oportunidade de ser sua orientanda e sou eternamente grata por todo o apoio e ensinamentos recebidos ao longo dessa jornada.

AGRADECIMENTOS

Agradeço profundamente aos meus pais e à minha família, cujo amor e apoio incondicional foram fundamentais ao longo de toda essa jornada.

Agradeço também a todos os profissionais do LASEB, cuja dedicação e expertise contribuíram significativamente para o desenvolvimento deste trabalho.

Um agradecimento especial à Prefeitura de Itabirito e à Secretaria de Educação, em particular ao Joselio Oliveira, por gerir esta oportunidade junto aos órgãos competentes.

Sou grata à Diretora Vilma e à Vice Cris, que possibilitaram os avanços das pesquisas e compartilharam informações valiosas.

Às crianças que inspiraram este trabalho, e aos pais que confiaram em mim e responderam aos questionários, meu sincero agradecimento.

Por fim, agradeço às amigas que fiz durante este curso, cuja amizade e companheirismo tornaram essa experiência ainda mais especial.

RESUMO

Este trabalho de conclusão de curso explora a intersecção da educação infantil com a construção de hábitos alimentares, destacando a importância de construir vínculos com a família possibilitando o bem-estar das crianças. A docência na primeira etapa da educação básica requer uma reflexão cuidadosa sobre as orientações para a educação das crianças pequenas, incorporando hábitos alimentares saudáveis e considerando a pluralidade cultural das famílias, as particularidades das crianças e a gestão da educação infantil. Com foco na turma de 1-2 anos (maternal 1), desenvolvi um plano de ação para investigar quais ações podem ser compartilhadas entre as famílias e um Centro Municipal de Educação Infantil em Itabirito, MG, visando ampliar os hábitos alimentares das crianças até 2 anos. Questões centrais foram levantadas: I) Quais são os hábitos alimentares das crianças em seus lares? II) Quais as semelhanças e diferenças entre os hábitos alimentares na escola e em casa? III) Como pais e educadores podem colaborar para enriquecer esses hábitos? O objetivo geral é analisar as ações que podem ser compartilhadas entre famílias e a instituição de educação infantil, promovendo a ampliação dos hábitos alimentares saudáveis. Minha escolha por este tema foi influenciada pela minha trajetória pessoal e acadêmica, despertando meu interesse nas relações humanas. Minhas pós-graduações ampliaram minha compreensão sobre os primeiros anos de vida, e minha experiência como professora na Educação Infantil destacando a importância da alimentação no desenvolvimento das crianças. Este estudo justifica-se pela necessidade de facilitar a adaptação das crianças ao período integral da educação infantil, promovendo saúde e bem-estar. Assim, a pesquisa foi conduzida por meio de abordagens qualitativas, explorando práticas alimentares na relação entre escola e família. O trabalho está organizado em cinco capítulos: o primeiro apresenta a introdução; o segundo, o referencial teórico; o terceiro, o plano de ação e a intervenção; o quarto discute os resultados; e, por fim, o quinto traz considerações finais. Este estudo, portanto, não apenas contribui para a discussão acadêmica, mas também busca impactar positivamente o cotidiano das crianças, famílias e educadores envolvidos.

Palavras-chave: educação infantil; relações familiares; práticas pedagógicas; saúde e bem-estar; alimentação saudável.

ABSTRACT

This thesis explores the intersection between early childhood education and eating habits, highlighting the importance of understanding what it means to be a child and how the bond between family and educational institutions impacts children's well-being. Teaching in early childhood education requires careful reflection on guidelines for educating young children, incorporating healthy eating habits, and considering the cultural diversity of families, the particularities of children, and the management of early childhood education. Focusing on the 1-2 year old class (nursery 1), I developed an action plan to investigate what actions can be shared between families and a Municipal Center for Early Childhood Education in Itabirito, MG, aiming to enhance the eating habits of children up to 2 years old. Central questions were raised: I) What are the eating habits of children at home? II) What are the similarities and differences between eating habits at school and at home? III) How can parents and educators collaborate to enrich these habits? My choice of this topic is influenced by my personal and academic background, sparking my interest in human relationships. My postgraduate studies have broadened my understanding of the early years of life, and my experience as an early childhood teacher highlighted the importance of nutrition in children's development. This study is justified by the need to facilitate children's adaptation to full-time early childhood education, promoting health and well-being. Thus, the research was conducted through qualitative approaches, exploring eating practices in the relationship between school and family. The work is organized into five chapters: the first presents the introduction; the second, the theoretical framework; the third, the action plan and intervention; the fourth discusses the results; and finally, the fifth provides concluding remarks. The overall objective is to analyze the actions that can be shared between families and early childhood education institutions, promoting the enhancement of healthy eating habits. Therefore, this study not only contributes to academic discussion but also seeks to positively impact the daily lives of the children, families, and educators involved.

Keywords: early childhood education; eating habits; child development; family relationships; pedagogical practices; health and well-being; psychopedagogy; healthy eating.

LISTA DE FIGURAS, GRÁFICOS E QUADROS

Gráfico 1 - Alimentos ofertados para as crianças pelas famílias.....	p. 27
Gráfico 2 - Alimentos ofertados para as crianças.....	p. 28
Gráfico 3 - Alimentos disponibilizados na última semana.....	p.29
Gráfico 4 - Dos alimentos listados, o mais ofertado para a criança	p. 29
Gráfico 5 – Frequência da disponibilidade dos alimentos	p. 31
Gráfico 6 - Frequência de oferta do alimento principal.....	p. 31
Gráfico 7 - As refeições oferecidas para a criança durante o dia.....	p. 32
Gráfico 8 - Principais refeições.....	p. 33
Gráfico 9 - Alimentos comumente ofertados para as crianças nas refeições marcadas acima.....	p. 34
Gráfico 10 - Alimentos que não se costuma ofertar para a criança.....	p. 35
Gráfico 11 - O motivo para esses alimentos não serem ofertados como um costume....	p. 35
Gráfico 12 - Alimentos considerados saudáveis.....	p. 37
Gráfico 13 - O motivo que leva esses alimentos a serem ofertados.....	p. 37
Quadro 1 - Cardápio escolar na primeira semana de novembro/2024.....	p. 39
Quadro 2 - Cardápio escolar na segunda semana de novembro/2024.....	p. 40
Quadro 3 - Cardápio escolar na terceira semana de novembro/2024.....	p. 40
Quadro 4 - Cardápio escolar na quarta semana de novembro/2024.....	p. 41

LISTA DE SIGLAS

Art. - Artigo

CEB - Câmara de Educação Básica

CNE - Conselho Nacional de Educação

DCNEI - Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil

ECA - Estatuto da Criança e do Adolescente

FAE - Faculdade de Educação

LASEB - Laboratório de Subjetividade e Educação Básica

LDB - Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional

MEC - Ministério da Educação

MG - Minas Gerais

MS - Ministério da Saúde

PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar

RME - Rede Municipal de Ensino

SAEB - Sistema de Avaliação da Educação Básica

SAN - Segurança Alimentar e Nutricional

TCC - Trabalho de Conclusão de Curso

UEMG - Universidade do Estado de Minas Gerais

UFMG - Universidade Federal de Minas Gerais

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. REFERENCIAL TEÓRICO	14
2.1 Educação Infantil	14
2.2 Famílias e instituição de educação infantil	18
2.3 Alimentação Escolar	21
3. DESENVOLVIMENTO DO PLANO DE AÇÃO.....	24
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	26
4.1 Análise das respostas.....	26
4.2 Análise dos Cardápios.....	39
4.3 Proposta de Intervenção.....	42
5. CONCLUSÃO	44
6. REFERÊNCIAS	46

1. INTRODUÇÃO

Explorar sobre a Educação Infantil implica, acima de tudo, pensar o que é ser criança, em como é feito o vínculo da família com a instituição de cuidados e educação e, sobretudo, o que se concebe como as ações que podem ser compartilhadas por essas duas instituições para o bem-estar das crianças. A docência na creche e na pré-escola, pressupõe refletir sobre as orientações para a educação de crianças pequenas que podem ser somadas aos hábitos alimentares saudáveis, levando em conta a pluralidade da cultura familiar, as particularidades das crianças e a gestão da educação infantil.

Com foco em desenvolver estratégias úteis para ampliar as possibilidades de construção de hábitos alimentares saudáveis junto às crianças da turma de 1-2 anos (maternal 1), desenvolvi um plano de ação que, dentre outras questões, buscou responder à seguinte pergunta: Quais ações podem ser compartilhadas entre as famílias e um Centro Municipal de Educação Infantil de Itabirito, MG possibilitando a ampliação dos hábitos alimentares para crianças até de 2 anos de idade? Essa pergunta, se desdobra em outras: I) Quais são os hábitos alimentares das crianças em seus lares, na companhia de seus/suas familiares? II) Quais as aproximações e os distanciamentos relativos aos hábitos alimentares das crianças na escola e em casa? III) Como as professoras e as/os familiares podem juntos, ampliar os hábitos alimentares das crianças?

A escolha por este tema de investigação remete à minha trajetória pessoal, acadêmica e profissional. Minha primeira graduação foi em Comunicação Social com ênfase em Publicidade e Propaganda, o que me despertou o interesse em compreender as formas como as pessoas e a sociedade, suas culturas e crenças criam mecanismos de consumo. Ao longo desta graduação, fui criando oportunidades para aprender todas as áreas que o curso seria capaz de oferecer, criação, web, design, fotografia, rádio, psicologia, antropologia entre outras informações foram coletadas para minha capacitação.

Minha segunda graduação foi em Gestão de Tecnologia de Recursos Humanos pela Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG). Essa experiência foi incrível tendo como foco inicial a busca para conhecer como as empresas e os humanos se organizam e estabelecem as relações, a cultura organizacional, os sistemas e realidade da humanização das pessoas envolvidas me chamaram atenção. Também pude crescer muito na minha busca por informações fazendo projeto de extensão, nesse momento ficou bem claro as diferenças

acadêmicas entre o ensino particular e público entre as duas faculdades já cursadas até esse momento.

Meu caminho para entender o ser humano se ampliou muito com o curso de psicologia e psicanálise. Atuando e atendendo pacientes, pude ampliar meus conhecimentos sobre o ser humano de uma forma bem específica e empática. A partir desse momento, o entendimento da formação psíquica da mente me deu condições para entender a importância dos primeiros anos de vida de cada indivíduo. Nesse momento, diminui meus serviços com publicidade e aumentei meus esforços em trabalhar na formação de seres humanos, já trabalhando na Casa do Adolescente com crianças e jovens em situação de Vulnerabilidade. Por anos atuei nesse contexto dando aulas de informática e proporcionando para os envolvidos rodas de conversa para trabalhar questões da formação da mente. Tive a ideia de fazer mais uma graduação em pedagogia, e especialização em psicopedagogia clínica para conseguir contribuir de forma efetiva na formação das crianças.

Hoje, como Psicopedagoga, trabalho na Educação Básica, mais precisamente na Educação Infantil em Itabirito com crianças do maternal 1 (crianças de 1-2 anos), possibilitando assim a realização do meu objetivo de formar crianças cidadãs de direito com capacidade de se tornar adultos bem-sucedidos e com qualidade de vida. Esse momento foi especial e único na minha caminhada, que agora, trabalho em um setor público para formação cidadãos que fazem parte da nossa realidade e passam a construir o presente com capacidade de fazer o futuro ser pleno. É nesse contexto que, atuando como professora na educação infantil, que compreendo a importância da alimentação para o pleno desenvolvimento das crianças.

Justifico, assim, a importância deste trabalho, com vistas a facilitar a adaptação da criança no período integral da educação infantil proporcionando para ela mais saúde e bem-estar. Com a inserção da criança no período integral da educação infantil é importante o conhecimento das ações que podem ser compartilhadas entre as famílias e um Centro Municipal de Educação Infantil de Itabirito, MG que possibilitem a ampliação dos hábitos alimentares para crianças até de 2 anos de idade. Facilitando adaptação da criança proporcionando para ela mais saúde e bem-estar.

Para responder a questão central do estudo, foi desenvolvido um plano de intervenção que, basicamente, consistiu em, por meio de instrumentos de pesquisas em educação, sobretudo de inspiração participantes, busquei investigar na vida coletiva das crianças, entre a escola e suas famílias, práticas alimentares, por meio de abordagens qualitativas de investigação (Aguilar, 2003; Rocha, 1996, 2001).

Assim, o presente estudo tem como tema o compartilhamento das ações de cuidado e educação entre família e instituição de educação infantil, com vistas a possibilitar ampliações do processo de alimentação escolar (e saudável) das crianças da turma de 1-2 anos (maternal 1) da Escola Municipal, situada no Município de Itabirito, Minas Gerais.

Desse modo, o presente estudo tem como objetivo geral analisar as ações que podem ser compartilhadas entre as famílias e um Centro Municipal de Educação Infantil de Itabirito, MG possibilitando a ampliação dos hábitos alimentares para crianças até de 2 anos de idade. Do ponto de vista dos objetivos específicos, o estudo buscou: I) Identificar quais são os hábitos alimentares das crianças em seus lares, na companhia de seus/suas familiares; II) Analisar as aproximações e os distanciamentos relativos aos hábitos alimentares das crianças na escola e em casa; III) Verificar como as professoras e as/os familiares podem juntos, ampliar os hábitos alimentares das crianças.

Este trabalho de conclusão de curso está organizado em 05 capítulos. No capítulo I apresento a Introdução, no capítulo II o Referencial Teórico. No capítulo III, descrevo o plano de ação com a intervenção que, metodologicamente, permitiu compreender melhor as aproximações e distanciamentos das práticas alimentares das crianças na família e na escola. Já no capítulo IV discuto os resultados do plano de intervenção. Por último, apresento algumas considerações finais.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Este capítulo apresenta a fundamentação teórica do presente estudo. Nas seções seguintes, apresento os conceitos que me permitiram compreender as possibilidades de ampliar as experiências alimentares das crianças da turma de 1-2 anos da Escola Municipal, de modo compartilhado com as famílias.

Nas seções seguintes, são apresentados os conceitos de: Educação Infantil; A importância da articulação das famílias das crianças no trabalho pedagógico envolvendo alimentação saudável e, por último, alimentação escolar.

2.1 Educação Infantil

A educação infantil é um direito da criança e da família, é uma conquista legal ordenada na Lei Maior do Brasil. Escrita após o final da ditadura militar, a Constituição de 1988 ficou conhecida como Constituição Cidadã, pois nela é prevista a garantia de direitos, dentre eles, o direito a educação. Conforme assevera o Art. 227 da Constituição:

É dever da família, da sociedade e do Estado, assegurar à criança e ao adolescente, com absoluta prioridade, o direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária, além de colocá-los a salvo de toda forma de negligência, exploração, violência, crueldade e opressão (Brasil, 1988, p. 227).

Verifica-se, que a educação infantil, primeira etapa da educação escolar, é uma obrigação do Estado (responsável pela escola) e da família. Essa responsabilidade também foi confirmada no artigo 205 da Constituição Federal, no qual consta que: “A educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho” (Brasil, 1988, p. 227).

A Constituição de 1988 já garantia o direito de crianças de zero a cinco anos de idade à educação pública, gratuita e de qualidade em seu Art. 208, inciso IV. Esse preceito Constitucional é reafirmado pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) de 1990 (Brasil, 1990, p. 11). Nessa perspectiva, a educação infantil é uma etapa da educação básica importante para a formação e desenvolvimento integral da criança.

Do ponto de vista histórico, a trajetória da Educação Infantil foi longa e cheias de desafios, desaguando na promulgação da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira (LDB 9.394/96), que reafirma a importância da aprendizagem nos primeiros anos de vida. Para compreendermos o processo de democratização da educação básica, faz-se necessário entender como ela garante o direito à educação ao povo brasileiro desde a mais tenra idade. Na visão de Cury:

A educação básica é um conceito mais do que inovador para um país que, por séculos negou, de modo elitista e seletivo aos seus cidadãos, o direito ao conhecimento pela ação sistemática da organização escolar. Resulta daí que a educação infantil é a raiz da educação básica, o ensino fundamental é o seu tronco e o ensino médio é seu acabamento (Cury, 2008, p. 294-295).

A elaboração da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB 9.394/96), foi marcada por inúmeras lutas e disputas para garantir o direito de acesso e permanência dos brasileiros a educação pública, gratuita e de qualidade, desde os primeiros anos de vida. Dentre as alterações da LDB, aquelas atinentes à organização curricular das diferentes etapas da educação básica, são as mais evidentes. Conforme verifica-se no Art. 26 da LDB:

Os currículos da educação infantil, do ensino fundamental e do ensino médio devem ter base nacional comum, a ser complementada, em cada sistema de ensino e em cada estabelecimento escolar, por uma parte diversificada, exigida pelas características regionais e locais da sociedade, da cultura, da economia e dos educandos (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013).

Com as mudanças, o cuidar e o educar passam a ser ações articuladas, contínuas e interruptas, como um processo que, com base nas brincadeiras e interações, se inicia com o nascimento e perdura durante sua trajetória de vida. Outros movimentos de mudança foram se estabelecendo como evolução e adaptação aos direitos humanos para à humanização da vida em sociedade.

A LDB vem se configurando como um importante marco para a educação brasileira, trazendo orientações para as transformações sociais que norteiam as escolas brasileiras, com foco na formação da criança. A LDB confere à educação infantil uma relevância conquistada durante o processo de se aproximar das necessidades e dinamismo da sociedade que não estava presentes nas legislações anteriores (Cury, 1998). Nessa perspectiva, conforme o Art. 29 da LDB: “a educação infantil, primeira etapa da educação básica, tem com finalidade o desenvolvimento integral da criança até os seis anos de idade, em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social, complementando a ação da família e da comunidade” (Brasil,

1996, p. 22). Sua oferta se dará em creches ou instituições análogas, para atendimento de crianças de até três anos de idade e pré-escolas (ou instituições equivalentes) para atender às crianças de quatro a seis anos de idade, conforme sugere o Art. 30 da LDB. Na educação infantil, como assevera o Art. 31 da LDB, “a avaliação far-se-á mediante acompanhamento e registro de seu desenvolvimento, sem o objetivo de promoção, mesmo para o acesso ao ensino fundamental” (Brasil, 1996, p. 23).

A evolução das concepções da educação infantil supera visões anteriores que concebiam creches e pré-escolas como instituições pautadas no assistencialismo, preparatória e/ou vistas como um entretenimento para ocupar o tempo das crianças enquanto os pais trabalham. Antagônico a esse pensamento, a educação infantil deve ser compreendida como um tempo-espaco de experiências ricas e diversificadas, capazes de garantir a ampliação das aprendizagens e desenvolvimento. possibilitando um processo pedagógico em que a criança seja o foco e tenha uma experiência abrangente. Nesse contexto, Montandon (2005, p. 485) afirma a posição de ator social das crianças na educação infantil, ao defender que “é necessário compreender as perspectivas das crianças ou, dito de modo mais simples, que importa analisar não apenas o que os educadores fazem com as crianças, como também o que estas fazem com o que se faz com elas”.

Desta forma, o processo educativo deve levar em conta o olhar da criança, suas concepções e anseios no ambiente em que vive para compreender as perspectivas infantis no âmbito escolar. Ao reafirmar que a educação infantil é um dever do Estado, podemos ressaltar que por parte da família é obrigação dos responsáveis proporcionar a criança a matrícula na educação infantil. No Art. 6º da LDB institui-se: “É dever dos pais ou responsáveis efetuar a matrícula das crianças na educação básica a partir dos 4 (quatro) anos de idade” (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013).

Por parte da proposta das instituições de Educação Infantil deve-se garantir sua função sociopolítica e pedagógica, sendo assim, o Conselho Nacional de Educação (CNE), instituiu em 1999 as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil – DCNEI. Essas diretrizes foram revistas e ampliadas pelo CNE/CEB em 2009. Nas DCNEI temos a criança como o centro do planejamento curricular, como sujeito histórico e de direitos que, nas interações, relações e práticas cotidianas que vivencia, constrói sua identidade pessoal e coletiva, por meio do brincar, do imaginar, do fantasiar, do desejar, do aprender, do observar, do experimentar, do narrar, do questionar para construir sentidos sobre a natureza e a sociedade, participando, dessa forma, de sua cultura de origem, conforme estabelecido no Art.4º das

DCNEI. Segundo DCNEI (Brasil, 2009) as propostas pedagógicas devem respeitar os seguintes princípios:

- I – Éticos: da autonomia, da responsabilidade, da solidariedade e do respeito ao bem comum, ao meio ambiente e às diferentes culturas, identidades e singularidades.
- II – Políticos: dos direitos de cidadania, do exercício da criticidade e do respeito à ordem democrática.
- III – Estéticos: da sensibilidade, da criatividade, da ludicidade e da liberdade de expressão nas diferentes manifestações artísticas e culturais (Brasil, 2009, p. 13).

Com objetivo de garantir à criança acesso a processos de apropriação, renovação e articulação de conhecimentos e aprendizagens de diferentes linguagens, as DCNEI também assumem o compromisso com a garantia do direito à proteção, à saúde, à liberdade, à confiança, ao respeito, à dignidade, à brincadeira, à convivência e à interação com outras crianças. Diante dessa visão, o conceito de criança foi descrito pela DCNEI como:

Sujeito histórico e de direitos, que, nas interações, relações e práticas cotidianas que vivencia, constrói sua identidade pessoal e coletiva, brinca, imagina, fantasia, deseja, aprende, observa, experimenta, narra, questiona e constrói sentimentos sobre a natureza e sociedade, produzindo cultura (BRASIL, 2009, p. 10).

Com esse conceito, as atuais DCNEI expõem mudanças na visão da Educação Infantil, principalmente sobre a concepção, a orientação pedagógica, a estruturação do tempo e espaço. Desencadeando a necessidade de práticas pedagógicas que consideram a singularidade desta etapa educacional, cada vez mais evidenciada na necessidade de as instituições terem professores(as) capazes de trabalhar conforme as orientações das DCNEI, sem reproduzir as orientações pedagógicas do Ensino Fundamental.

Na perspectiva das novas DCNEI, o que se pretende é um currículo que estabeleça experiências e aprendizagens a partir das práticas sociais e linguagens, em íntima relação com a vida cotidiana. No Art. 9, as DCNEI explicitam que “as práticas pedagógicas que compõem a proposta curricular da Educação Infantil devem ter como eixos norteadores as interações e a brincadeira” (Brasil, 2009, p. 14).

Assim, chegamos em um contexto de educação da criança em sua integralidade, alcançada somente quando a Educação Infantil se articula e partilha conhecimentos e saberes sobre as crianças e sua educação no espaço público com as famílias. Trataremos dessa aproximação no tópico a seguir.

2.2 Famílias e instituição de educação infantil

A interação entre a família e a instituição de Educação Infantil, tem como finalidade o pleno desenvolvimento da criança. Para tanto, concebo, neste estudo, a família como

[...] uma entidade dinâmica que situa e legitima o indivíduo no seu espaço social, apresentando especificidades que a diferenciam de qualquer outra instituição, uma vez que adota formas de organização distintas no que diz respeito a suas finalidades e funções” (SAMBRANO, 2006, p. 14).

Toda família tem um ciclo de vida e suas particularidades, as interações dentro da família modificam-se. Além do mais, não se devem ignorar vários acontecimentos, como desemprego, doença, acidentes, nascimento de uma criança deficiente, separação e transformações nas relações, reestruturações, e mudanças práticas de todas as ordens. É importante levar em conta não apenas o meio social, como também a cultura à qual as famílias pertencem se quisermos compreender melhor o sentido de suas práticas educativas.

Compartilhar a educação da criança entre profissionais e famílias é um componente relevante para a constituição da educação infantil democrática e de qualidade. Esse compartilhamento tem duas vertentes como base: as políticas públicas, sobre o papel do Estado, ao garantir a universalização e a qualidade das creches e pré-escolas com foco nos direitos fundamentais das crianças; e nas condutas diárias das unidades de educação infantil, ao consolidar uma cultura de diálogo e negociação, entre famílias e educadores. Desse modo, a integração com as famílias, demanda “que as instituições de educação infantil, na organização de sua proposta pedagógica e curricular, assegurem espaços e tempos para a participação, o diálogo e a escuta cotidiana das famílias, o respeito e a valorização das diferentes formas em que elas se organizam” (Brasil, 2009, p. 13).

Para Silva e Luz (2019), as relações entre as instituições de Educação Infantil e as famílias são marcadas por tensões que se apresentam com características distintas daquelas que ocorrem nos demais níveis da educação básica. Quando menor a idade da criança, maior a tendência de acontecer mais tensão entre as relações. Porém, é visto que no decorrer da evolução da educação infantil as instituições vêm ganhando reconhecimento com valor para as famílias que demandam vagas para seus/suas filhos/as.

A demanda por vagas é justificada pelo regime de atendimento em horário integral que se caracteriza como resposta do Estado para favorecer a inserção da mulher no mercado de trabalho. Esse aspecto reflete nas concepções de Educação Infantil e, também, ancora as

demandas, nos planos político e pedagógico, que visam objetivar os direitos das crianças e das famílias.

De um ponto de vista mais amplo das relações sociais, as instituições de educação infantil têm sido vistas como um meio positivo para combinar as responsabilidades familiares, ocupacionais e sociais, contribuindo para o avanço da igualdade ao gerar possibilidades entre homens e mulheres de estarem inseridos no mercado de trabalho amparando a família na sua responsabilidade parental.

Segundo Silva e Luz (2019), existe uma fragilidade na função dos adultos familiares ao terem que lidar com a vida íntima da família revelada para a instituição educacional para concorrer as vagas, ou o padrão de consumo de materiais de higiene, alimentação. Diante dessa situação, é necessário fortalecer os vínculos de confiança e segurança, pois conhecer os pontos de vista das famílias se revela como condição necessária para a construção do vínculo com a instituição e se torna um canal de comunicação que, dentre outras questões, permite a troca de saberes entre essas duas instituições que são responsáveis pela educação da criança nos primeiros anos de vida.

A confiança e a segurança, favorecidas pela complementaridade, pela regularidade, pela institucionalidade e pela comunicação emergem de suas reflexões como fatores de bem-estar familiar (Silva e Luz, 2019). Dessa forma, é necessário encontrar as práticas e as referências que agiriam como uma interseção da posição social da família já fixada culturalmente, de um lado, e das aspirações e condutas educativas, de outro.

As famílias podem contribuir para ampliação das situações de desenvolvimento e aprendizagem das crianças, enfatizando a necessidade de as famílias contribuírem na construção de uma proposta pedagógica. Dessa forma as interações família escola não estariam limitadas a reuniões de pais e responsáveis (contatos formais), mas a criação de um banco de informações, conhecimentos e necessidades que podem acrescentar uma base cultural a ser trabalhada pelas práticas do conhecimento pedagógicos.

Família e escola se organizam como duas das principais instituições educativas, mas não as únicas, na constituição da sociedade atual. A comunicação entre essas esferas é fundamental, segundo Bronfenbrenner (2002) para o desenvolvimento infantil. “[...] o potencial desenvolvimental da participação em múltiplos ambientes varia diretamente com a facilidade e a extensão da comunicação de duas vias entre esses ambientes” (Bronfenbrenner, 2002, p. 167). Portanto, é indispensável que família e escola interajam continuamente.

Ainda de acordo com o autor (Bronfenbrenner, 2002), os mecanismos primários do desenvolvimento humano passam por processos proximais. Essas interações devem ocorrer de forma regular ao longo de períodos extensos, compondo assim padrões encontrados nas atividades conjuntas, mãe-criança, pai-criança, criança-criança, ambiente imediato-criança. AS considerações desse autor, ressaltam a importância da aproximação e do diálogo das famílias com a instituição de Educação Infantil, bem como a abertura desta para que familiares participem mais ativamente das experiências pedagógicas planejadas e ofertadas às crianças.

Refletir sobre a educação infantil, implica, repensar maneiras para assegurar a convivência familiar com a escola, sem prejuízo do desenvolvimento infantil; ao harmonizar o direito à convivência familiar com o direito à educação formal, especificando a corresponsabilidade das instituições (família e escola), “que têm tarefas importantes, distintas e complementares, sendo a relação entre elas indispensável, complexa e desafiadora” (Sambrano, 2006, p. 137).

Podemos afirmar diante das explicações que as instituições (família e escola) tem funções primordiais no processo de evolução da criança sendo as duas insubstituíveis na socialização delas. A educação infantil, em hipótese nenhuma, substitui a família o seu papel é de acréscimo, complementação, bem como a família nem sempre dispõe de instrumentos pedagógicos que lhes permitam compreender e contribuir mais ativamente com os processos de aprendizagem e desenvolvimento das crianças – o que pressupõe complementariedade nas e das ações de ambas as instituições. Como afirma Sambrano (2006, p. 148): “apesar de apresentarem obrigações diferentes, a família e a instituição educacional têm um objetivo comum: o desenvolvimento infantil e uma relação entre esses dois contextos tem de ser vista como complementar e não encarada como forças distintas e separadas”.

A conexão estabelecida entre educação infantil e a família em prol da ação socializadora e educacional da criança exige dedicação, não podendo ficar restrita a contatos formais (como reunião de pais) e conhecimentos superficiais sociais e culturais, na percepção de extrair os mais significativos benefícios desta interação. Família e escola são instituições indispensáveis nas ações educacionais, ou seja, os dois tem propósitos que levam ao mesmo objetivo, porém cada um tem sua forma de agir em conformidade com suas peculiaridades, sendo duas formas de instituições distintas (família e escola), tendo a evolução da criança como um elo em comum.

Portanto é garantido na lei maior brasileira a situação que gera conexão entre a família e a escola para a evolução da educação infantil, com o objetivo do desenvolvimento da criança

tanto no que diz respeito ao socializar, capacitar, educar, cuidar e brincar garantindo assim seus direitos e sua dignidade.

2.3 Alimentação Escolar

O Ministério da Saúde (MS), em 2015, publicou a segunda edição do Guia Alimentar para crianças brasileiras até dois anos, que foi preparado com base em comprovações científicas e estudos nacionais a respeito da alimentação infantil, suas práticas, percepções, superstições alimentares e dificuldades nutricionais. (BRASIL, 2015).

De acordo com o guia Dez Passos Para Uma Alimentação Saudável (Brasil, 2015) os primeiros anos de vida das crianças, em especial até os dois anos, é marcado pelo crescimento rápido e a evolução das suas habilidades de mastigar e consumir alimentos diferentes do leite materno. Desenvolvendo o autocontrole na ingestão de novos alimentos até progredir para o padrão de alimentação adulto.

Há crianças que se adaptam facilmente e aceitam muito bem os novos alimentos. Outras precisam de mais tempo, não devendo esse fato ser motivo de ansiedade e angústia para as mães. No início da introdução dos alimentos, a quantidade que a criança ingere pode ser pequena. Após a refeição, se a criança demonstrar sinais de fome poderá ser amamentada (Brasil, 2015, p. 8).

As condutas alimentares das crianças são reflexos de uma complexa rede de diversas influências relevantes, dentre as quais podemos citar as influências ambientais, pessoais, familiares e culturais. Entre esses fatores externos somam-se a predileção ou não por um alimento e a sensibilidade a texturas, cheiros e sabores herdados dos pais. Portanto a alimentação infantil, se constrói ao longo do tempo, conforme as experiências vividas e herdadas (Vitolo, 2015).

Os pais apresentam aos/às seus/suas filhos/as nas primeiras escolhas alimentares. Assim, são eles que validam uma alimentação saudável ou não. Apesar da grande influência dos pais, existem vários fatores externos que contribuem nas escolhas alimentares das crianças nos primeiros anos de vida. Como citados anteriormente, vale ressaltar o contexto externo e interferências genéticas na construção dos hábitos de alimentação e paladar. No contexto externo existe um elemento de ampla influência: a mídia (Leiras, 2015).

Conforme o Instituto Brasileiro de defesa do consumidor, em 2014, o Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente (Conanda), constituído por entidades da sociedade civil e ministérios do Governo Federal, aprovou a resolução que proíbe a publicidade

direcionada a crianças, incluindo a publicidade de alimentos. Para o Conanda, a publicidade infantil viola o que está previsto na Constituição Federal, no Estatuto da Criança e do Adolescente e no Código de Defesa do Consumidor, por se aproveitar da vulnerabilidade da criança e de sua incapacidade de analisar os interesses envolvidos na criação da publicidade.

Andrade (2014) confirma essa situação quando traz que, as crianças na fase pré-escolar são incapazes de identificar estratégias persuasivas utilizadas pela mídia, ou até mesmo analisar criticamente as peças publicitárias, sabendo que a capacidade desta compreensão e a intenção de manipulação, surgem por cerca dos oito anos de idade. Por essas implicações psicossociais, os padrões alimentares precisam da participação efetiva dos pais como educadores nutricionais através das relações familiares que interferem no comportamento alimentar das crianças (Ramos; Stein, 2000).

As crenças e conhecimentos dos pais estão conectados com a educação infantil e sua evolução, o que implica diretamente na educação alimentar e na saúde dos filhos. A família se mostra como o principal regulador do comportamento e escolhas das crianças e por isso é importante que obtenham os conhecimentos e referências cruciais para proporcionar uma alimentação saudável para seus filhos (Pinto, 2017). Mais ainda: no que concerne à construção de hábitos alimentares saudáveis, família e escola de educação infantil devem trocar saberes, informações e conhecimentos em prol do pleno desenvolvimento de uma alimentação saudável e consciente. Segundo Pinto (2017, p. 49):

O consumo de alimentos em meio familiar é fundamental para obter comportamentos alimentares saudáveis, assim como regras sobre a duração e frequência das refeições. Estudos demonstram que a criança, ao realizar refeições com outros membros do agregado familiar, apresenta hábitos alimentares mais ou menos saudáveis de acordo com as atitudes e comportamento alimentares da família.

Pinto (2017) menciona que até os dezoito meses de idade, é necessário que se inicie a inserção alimentar da criança com a família e, para que isso ocorra de forma assertiva, é importante que a variedade alimentar esteja presente. A criança ao participar das refeições no grupo familiar, passa a comer na mesa com os outros familiares, e come a mesma alimentação servida para todos e no mesmo horário. Esta experiência pode servir como oportunidade para que os pais revejam seus hábitos, com o intuito de aperfeiçoá-los. Atualmente, as recomendações para práticas alimentares na infância prezam por garantir a qualidade dos alimentos oferecidos ao promover práticas alimentares saudáveis, prevenir distúrbios nutricionais e instigar ações para um eficiente acesso aos alimentos (SILVA, 2010).

A recusa precoce da criança a um determinado alimento pode ser modificada. Parte dos alimentos que as crianças recusam no princípio, poderá ser aceito em outras ocasiões se for dada à criança mais oportunidades de provar o alimento. Portanto, a recusa da criança a novos alimentos pode ser considerada como um momento de adaptação e, portanto, uma situação potencial de desenvolvimento e de partilha de conhecimentos entre os adultos, pais e professoras e as próprias crianças.

O conhecimento falho sobre alimentação e nutrição saudável, os comportamentos alimentares inadequados e o aumento da inatividade física dos pais têm sido descritos como sendo os principais fatores influenciadores dos comportamentos alimentares e práticas de atividade física das crianças (Gomes, Espanca, Gato e Miranda 2010).

Em compensação o governo brasileiro vem aperfeiçoando o PNAE que é o mais antigo programa da área de alimentação escolar e de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), sendo visto como um dos mais amplos e abrangentes do mundo, ao se referir ao serviço universal para as escolas e de garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável.

Nesse sentido, a Constituição Federal de 1988 prevê que é responsabilidade de todos os entes federados – União, Estados, Distrito Federal e Municípios – assegurar a alimentação escolar para os alunos da educação básica pública e também de escolas filantrópicas e comunitárias, conveniadas com o poder público, sendo, portanto, corresponsáveis pela alimentação escolar dos alunos de suas redes públicas de ensino. (Diretrizes do PNAE - Brasil, 2009, p. 7).

Como visto, a construção de hábitos alimentares saudáveis junto às crianças na escola de educação infantil demanda uma maior aproximação e relação mais estreita entre as professoras e os/as familiares das crianças. A seguir, apresento os procedimentos metodológicos que constituem o plano de ação, elaborado e desenvolvido junto à turma de maternal 1 da Escola Municipal.

3. DESENVOLVIMENTO DO PLANO DE AÇÃO

Para compreender melhor os hábitos alimentares que as crianças constroem na família e na escola, eu desenvolvi um plano de ação, obedecendo a dois princípios de pesquisas científicas de caráter qualitativo: a prática dialógica e a abertura para o inusitado.

Segundo GIL (2002), a pesquisa participante é muito utilizada em estudos qualitativos. Desse modo, busquei inspiração nessa metodologia para a realização do Plano de Intervenção do Laseb. Dentre as diferentes formas de realizar pesquisa participante, a pesquisa-intervenção se mostra eficaz, na medida em que consiste em uma tendência das pesquisas participativas que busca investigar a vida de coletividades na sua diversidade qualitativa, assumindo uma intervenção de caráter socio-analítico (Aguiar, 2003; Rocha, 1996, 2001).

A pesquisa-intervenção é uma estratégia de produção de conhecimento que se insere no universo das pesquisas participativas, e que se caracteriza como uma metodologia de investigação que procura envolver os saberes de todos que compõem o campo de pesquisa, atuando como coautores de uma prática de produção de conhecimento que não se separa do próprio processo de intervenção. Assim, com base na pesquisa-intervenção desenvolvi meu plano de ação que foi elaborado, contando com quatro fases, ou etapas, que descreverei a seguir.

A Etapa 1 teve como meta identificar quais são os hábitos alimentares das crianças em seus lares, na companhia de seus/suas familiares – e, para tanto, eu elaborei um questionário auto responsivo de forma online que me permitiu compreender melhor os hábitos alimentares das famílias das crianças em casa. A elaboração do questionário ocorreu em setembro e outubro e foi aplicado no mês de novembro de 2024.

O questionário foi enviado às famílias responsáveis pelas 14 crianças matriculadas no maternal 1, que ingressaram na escola em 2024. A distribuição do link ocorreu por meio dos grupos de WhatsApp dos responsáveis, pela secretaria escolar da Escola Municipal com um prazo de uma semana estabelecido para as respostas. Contudo, apenas 5 questionários foram retornados. Após um mês, realizamos uma nova aplicação do questionário com o intuito de aumentar o número de respostas, mas o resultado permaneceu inalterado. Essa situação pode ser atribuída à significativa dificuldade de interação entre os responsáveis e a escola, o que reflete um desafio comum em contextos educacionais, onde a comunicação efetiva é fundamental para o engajamento familiar. Esse cenário ressalta a necessidade de estratégias

mais eficazes para promover a participação dos responsáveis, visando fomentar um ambiente colaborativo que beneficie o desenvolvimento das crianças.

A ausência de uma estratégia mais eficaz para promover a participação dos responsáveis pode ser atribuída, em grande parte, ao tempo limitado disponível para o desenvolvimento deste trabalho. O cronograma apertado impôs restrições significativas na implementação de ações que poderiam ser pesquisadas para ter facilitado uma comunicação mais efetiva com as famílias. Além disso, enfrentei dificuldades relacionadas à minha saúde física, o que limitou minha capacidade de executar atividades presenciais e de interagir diretamente com os responsáveis. Essas circunstâncias, combinadas, dificultaram a criação de um ambiente propício para o envolvimento das famílias, evidenciando a importância de considerar fatores pessoais e temporais na elaboração de estratégias pedagógicas que busquem a colaboração familiar.

Depois de coletadas as informações por via do questionário, passei a organizá-las em gráficos, quadros e tabelas que serão apresentados a seguir.

De posse das respostas dos familiares das crianças ao questionário, eu procedi à etapa 2 do plano de ação que, em conformidade com o meu segundo objetivo específico, buscou analisar as aproximações e os distanciamentos relativos aos hábitos alimentares das crianças na escola e em casa. Assim, organizei as informações alimentares que consegui reunir e que me foram fornecidas pelas famílias nas respostas aos questionários. Nessa etapa, também selecionei junto aos serviços da cozinha da instituição e com a nutricionista que acompanha nossa escola, os cardápios semanais durante o mês, para compreender em que aspectos nutricionais, culturais, etc. os hábitos alimentares das crianças em casa se aproximam ou se distanciam dos hábitos alimentares na Escola Municipal, o que foi realizado em novembro e dezembro de 2024.

A terceira etapa do plano de intervenção corresponde ao objetivo específico 3, que consiste em analisar como ampliar os hábitos alimentares das crianças – e nela, eu priorizei buscar informações sobre alimentação saudável com as nutricionistas da RME de Itabirito que acompanha a merenda escolar da Escola Municipal.

Com base em todos os resultados da pesquisa, realizei as análises que serão apresentadas a seguir e que dão conteúdo e forma ao meu Trabalho de Conclusão de Curso no Laseb-FaE-UFMG.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme descrita no capítulo anterior, recebi apenas cinco respostas de familiares no questionário. É importante considerar que, infelizmente, não disponho de elementos que permitam compreender a baixa adesão ao questionário, por parte das famílias das crianças. Acredito que, talvez, a participação tenha sido atravessada pela sobrecarga de tarefas dos/as entes das crianças, associadas à aproximação do término do ano. Ainda assim, considero que com as poucas respostas, foi possível realizar uma reflexão crítica sobre os hábitos alimentares das crianças.

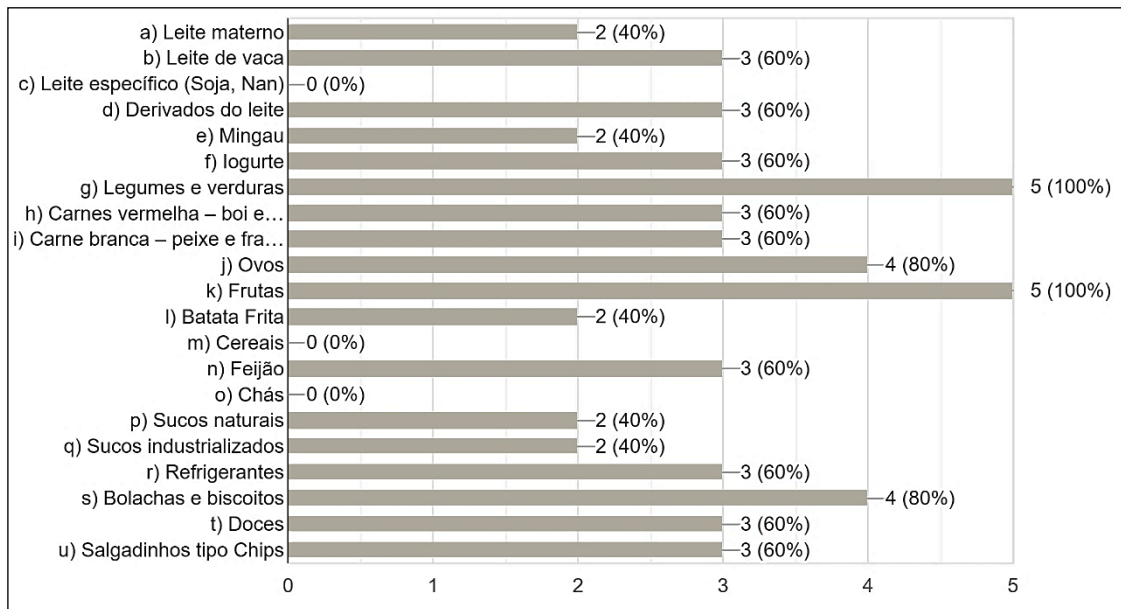
O conjunto de dados contém 5 respostas de pais ou responsáveis sobre os hábitos alimentares de suas crianças. As informações incluem quais alimentos são oferecidos, qual é o principal alimento consumido na semana, a frequência desse consumo e outros detalhes sobre refeições e escolhas alimentares.

A seguir, será feita uma análise detalhada dos principais pontos do questionário, incluindo a frequência dos alimentos oferecidos, padrões de refeições, alimentos saudáveis considerados e não oferecidos, além de um gráfico comparativo ao final para visualizar os principais resultados.

4.1 Análise das respostas

A primeira categoria que podemos verificar neste estudo, diz respeito aos alimentos mais ofertados para as crianças por suas famílias. Os dados mostram que os alimentos mais ofertados às crianças durante a semana são leite, frutas, ovos, legumes/verduras e derivados do leite. Alimentos ultraprocessados, como salgadinhos, doces e refrigerantes, também aparecem, mas em menor frequência. Conforme o gráfico 1:

Gráfico 1 - Alimentos ofertado para as crianças pelas famílias



Fonte: arquivos da pesquisa.

Uma leitura do gráfico nos permite verificar que há uma diversificação da alimentação semanal das crianças por parte das famílias. É possível identificar que uma predominância da oferta de verduras e legumes, já que todos/as os/as respondentes afirmam ofertar esses alimentos às crianças. Também é possível identificar a presença de bolachas e biscoitos como alimentos ofertados às crianças, o que nos chama a atenção para a ingestão de alimentos ultraprocessados. Se por um lado, o leite e seus derivados são também muito consumidos em casa pelas crianças, por outro, não podemos ignorar a presença de refrigerantes, salgadinhos e doces, também aparecendo na maioria das respostas. Importante destacar que para essa pergunta cabia mais de uma resposta.

Conforme afirmado por Sambrano (2006, p. 14), que descreve a família como "uma entidade dinâmica que situa e legitima o indivíduo no seu espaço social". Essa perspectiva é crucial, pois reconhece as particularidades e os desafios que as famílias enfrentam, como desemprego, doenças e transformações nas relações, que podem impactar diretamente na educação e no desenvolvimento das crianças.

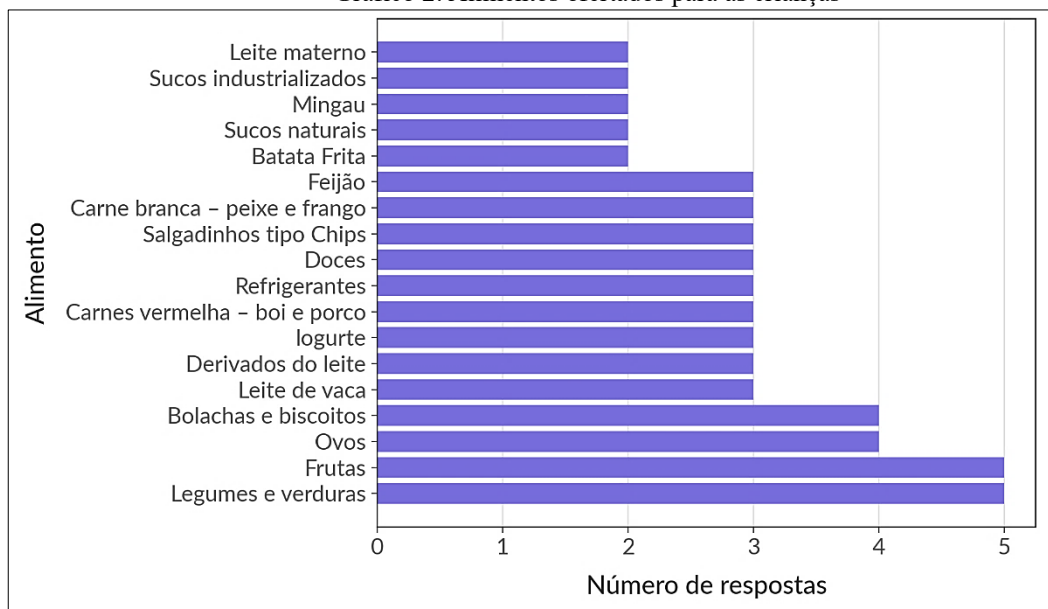
Por outro lado, nas informações da pesquisa, o foco recai sobre a alimentação escolar e as práticas alimentares das crianças, ressaltando a responsabilidade compartilhada entre a família e a escola na construção de hábitos alimentares saudáveis. Como afirmam Pinto (2017, p. 49) e Silva (2010, p. 32), o envolvimento familiar nas escolhas alimentares é essencial, pois as condutas alimentares refletem uma complexa rede de influências, incluindo as práticas educativas da família. Nesse sentido, a relação entre a alimentação e a socialização familiar se

torna uma extensão do que foi discutido no referencial teórico sobre a importância da comunicação e colaboração entre família e escola.

Ao analisar os dados apresentados nas informações da pesquisa, percebo que a diversificação da alimentação semanal das crianças é um reflexo das práticas familiares, onde a oferta de verduras e legumes é predominante, embora haja também uma preocupação em relação à presença de alimentos ultraprocessados, como biscoitos e refrigerantes. Essa realidade revela a necessidade de um diálogo constante entre famílias e educadores, como enfatizado por Bronfenbrenner (2002, p. 167), que afirma que "o potencial desenvolvimental da participação em múltiplos ambientes varia diretamente com a facilidade e a extensão da comunicação de duas vias entre esses ambientes". Portanto, a troca de saberes e experiências entre família e escola é imprescindível para garantir não apenas a educação formal, mas também a saúde e o bem-estar das crianças.

A construção de um ambiente educativo que respeite e valorize as particularidades de cada família é essencial para a formação de crianças saudáveis e bem-sucedidas. Assim, reafirmo a necessidade de estratégias que fortaleçam essa interação, pois tanto a educação infantil quanto a alimentação saudável são direitos fundamentais que devem ser assegurados para todas as crianças. A presença marcante de alimentos in natura e minimamente processados indica uma preocupação dos responsáveis com a qualidade nutricional da alimentação infantil. No entanto, a oferta de ultraprocessados sugere desafios na manutenção de uma dieta saudável.

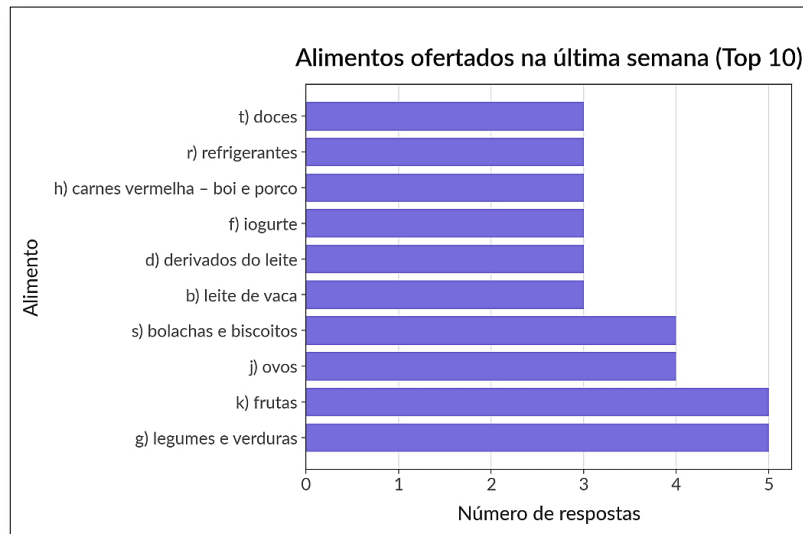
Gráfico 2: Alimentos ofertados para as crianças



Fonte: arquivos da pesquisa.

Ao reorganizar o gráfico das informações, conseguimos visualizar de forma mais clara quais alimentos foram oferecidos em maior quantidade. Verificando que leites especiais (Soja ou Nan), cereais e chás não foram ofertados.

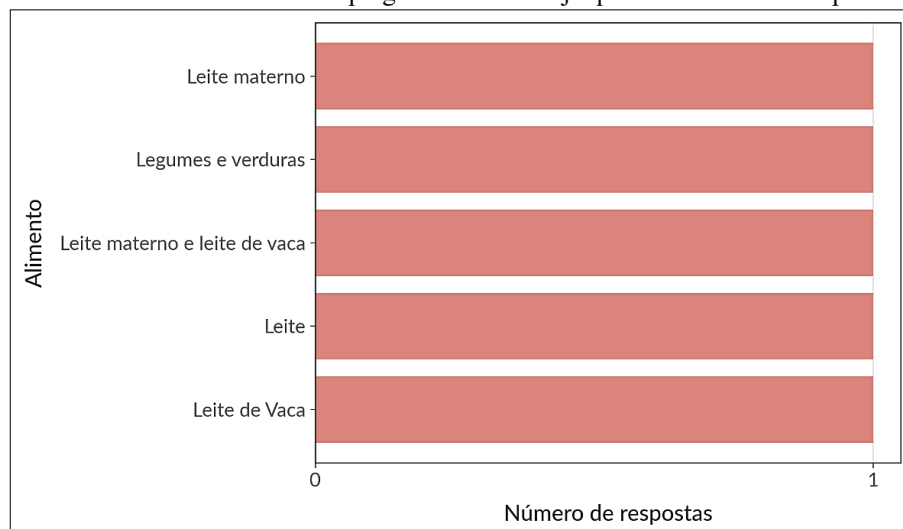
Gráfico 3: Alimentos disponibilizados na última semana



Fonte: arquivos da pesquisa.

A maioria dos alimentos saudáveis, como leite, frutas e ovos, é oferecida diariamente ou quase todos os dias (gráfico 3 e 4). Por outro lado, os alimentos menos saudáveis aparecem com menor frequência na alimentação semanal. Essa constatação reforça a tendência de priorização de opções saudáveis, ao mesmo tempo em que evidencia que alimentos menos recomendados ainda estão presentes no cardápio, embora em menor proporção. Essa realidade sugere a necessidade de um contínuo incentivo à adoção de hábitos alimentares saudáveis, visando minimizar a inclusão de opções menos benéficas na dieta das crianças.

Gráfico 4 - Dos alimentos listados na pergunta anterior veja qual é o mais ofertado para a criança



Fonte: arquivos da pesquisa.

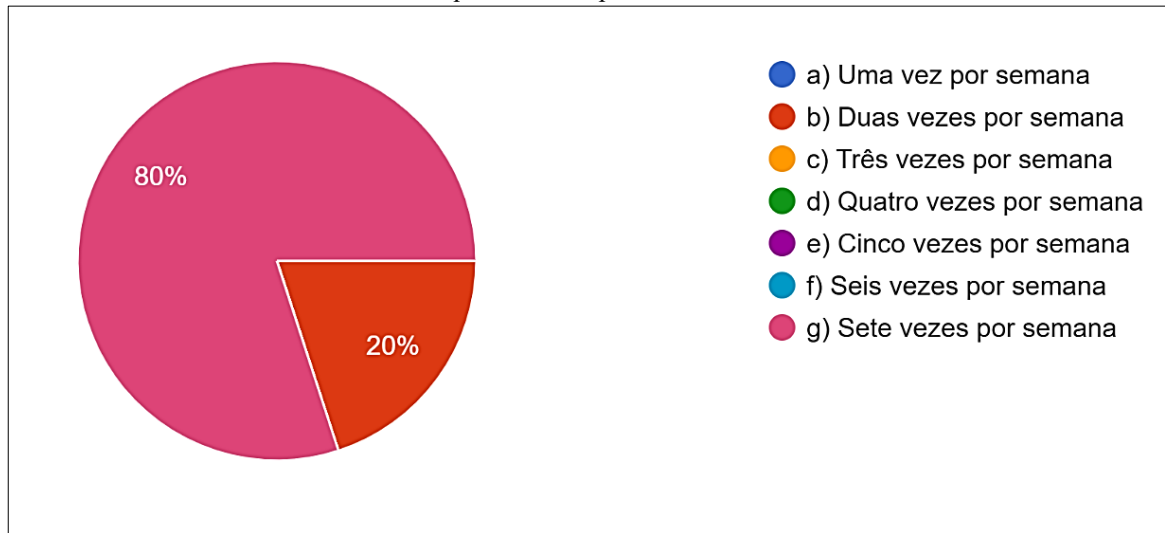
Neste último comparativo (gráfico 3 e 4), é possível observar com facilidade a presença significativa de alimentos in natura e minimamente processados, o que demonstra uma preocupação dos responsáveis com a qualidade nutricional da alimentação infantil. Essa escolha é fundamental, pois esses alimentos são ricos em nutrientes essenciais para o desenvolvimento das crianças. No entanto, a oferta de alimentos ultraprocessados, que geralmente contém altos níveis de açúcar, sódio e aditivos químicos, indica desafios na manutenção de uma dieta equilibrada e saudável. Essa dualidade ressalta a necessidade de intervenções educativas e de conscientização junto às famílias, a fim de promover uma alimentação mais saudável e consciente, que priorize a saúde e o bem-estar das crianças.

É possível perceber uma congruência entre a prática alimentar das famílias e as diretrizes acadêmicas sobre a importância da alimentação saudável na infância. A presença significativa de alimentos saudáveis, como leite, frutas e ovos, oferecidos diariamente, está em linha com o que é discutido no referencial teórico, onde se destaca a relevância da colaboração entre a família e a instituição de educação infantil para o desenvolvimento integral da criança. Sambrano (2006, p. 14) enfatiza que a família atua como uma entidade dinâmica que influencia diretamente o espaço social e nutricional do indivíduo.

Contudo, a constatação de que alimentos menos saudáveis ainda fazem parte do cardápio, mesmo que em menor escala, revela um desafio que é mencionado no referencial teórico. Silva e Luz (2019, p. 1) abordam as tensões nas relações entre as instituições de educação infantil e as famílias, destacando que, embora haja um reconhecimento crescente da importância da educação infantil, ainda existem práticas que podem comprometer o desenvolvimento saudável das crianças. Essa dualidade nas escolhas alimentares sugere a necessidade de um diálogo constante entre famílias e educadores, conforme enfatizado por Bronfenbrenner (2002, p. 167), que ressalta a importância da comunicação de duas vias entre os ambientes familiar e escolar para o desenvolvimento infantil.

Dessa forma, as informações obtidas na pesquisa reforçam a necessidade de intervenções educativas que promovam hábitos alimentares saudáveis, alinhando-se às práticas recomendadas no referencial teórico, a fim de garantir o bem-estar e a saúde das crianças.

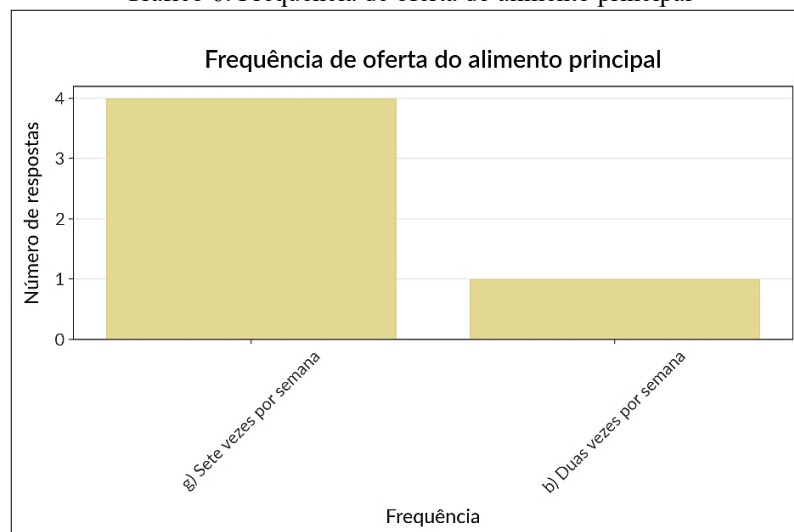
Gráfico 5 - Frequência da disponibilidade dos alimentos



Fonte: arquivos da pesquisa.

A oferta de alimentos saudáveis, como leite, frutas e ovos, sete vezes por semana para as crianças pode ser justificada por diversas razões que envolvem tanto aspectos nutricionais quanto o desenvolvimento integral dos pequenos. Primeiramente, a alimentação regular e balanceada é fundamental para garantir que as crianças recebam todos os nutrientes essenciais para o crescimento e o desenvolvimento adequado. O consumo diário desses alimentos ricos em vitaminas, minerais e proteínas contribui para fortalecer o sistema imunológico, promover a saúde óssea e apoiar o desenvolvimento cognitivo.

Gráfico 6: Frequência de oferta do alimento principal



Fonte: arquivos da pesquisa.

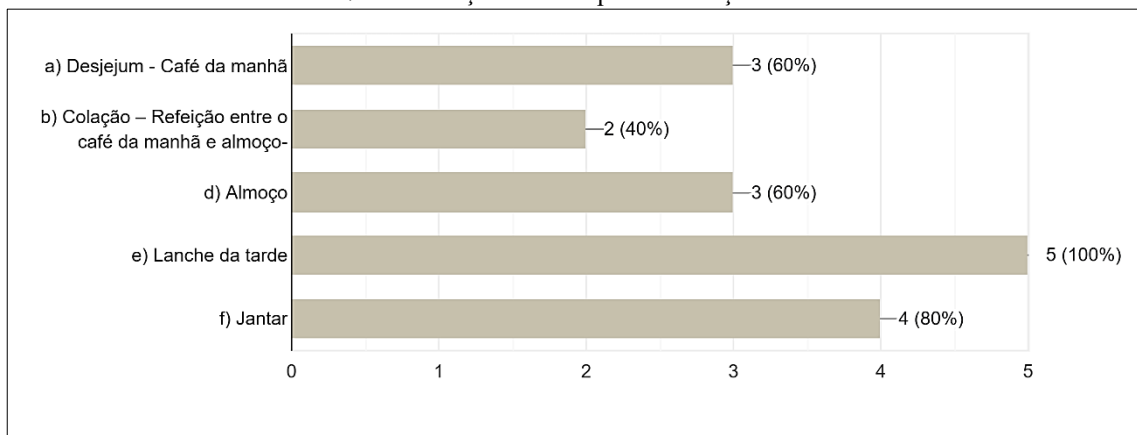
Além disso, a repetição na oferta de alimentos saudáveis ajuda a criar hábitos alimentares positivos desde cedo. Quando as crianças têm acesso constante a opções nutritivas,

elas tendem a desenvolver uma preferência por esses alimentos, o que pode levar a escolhas mais saudáveis ao longo da vida. Essa prática também está em consonância com as orientações de especialistas em nutrição, que recomendam a inclusão regular de alimentos in natura e minimamente processados na dieta infantil.

No entanto, o impacto do consumo de alimentos menos saudáveis, que ainda fazem parte do cardápio em frequência semanal, não deve ser subestimado. A presença de alimentos ultraprocessados, mesmo que em menor escala, pode comprometer os benefícios de uma alimentação saudável. Esses produtos geralmente contêm altos níveis de açúcar, sódio e aditivos químicos, que podem afetar negativamente a saúde das crianças, contribuindo para o desenvolvimento de problemas como obesidade, diabetes e distúrbios alimentares. A exposição frequente a esses alimentos pode interferir na formação de hábitos alimentares saudáveis, dificultando a aceitação de opções nutritivas.

Por fim, a oferta frequente de alimentos saudáveis reflete o comprometimento dos responsáveis com o bem-estar e a saúde das crianças, demonstrando uma preocupação em proporcionar uma alimentação que favoreça não apenas o crescimento físico, mas também o desenvolvimento emocional e social. Dessa forma, a oferta diária de alimentos nutritivos se configura como uma estratégia eficaz para promover uma alimentação saudável e equilibrada, contribuindo significativamente para a qualidade de vida das crianças. Ao mesmo tempo, é essencial que haja um esforço contínuo para reduzir a inclusão de alimentos menos benéficos na dieta, a fim de maximizar os impactos positivos de uma nutrição adequada.

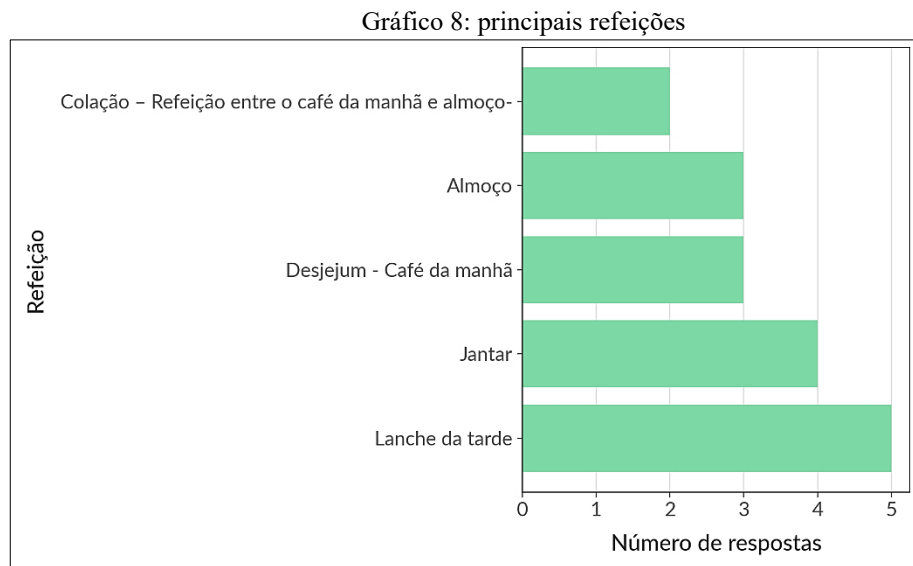
Gráfico 7 - As refeições ofertadas para a criança durante o dia



Fonte: arquivos da pesquisa.

As refeições mais comuns são café da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar. Algumas crianças fazem colação e ceia, mas são minoria. A rotina alimentar segue o padrão

tradicional brasileiro, com quatro a cinco refeições diárias, o que é positivo para o desenvolvimento infantil.



Fonte: arquivos da pesquisa.

As informações sobre a rotina alimentar das crianças, que inclui as refeições mais comuns como café da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar, refletem um padrão tradicional brasileiro de quatro a cinco refeições diárias. Essa prática é considerada positiva para o desenvolvimento infantil, pois contribui para a regularidade da ingestão de nutrientes e ajuda a estabelecer hábitos alimentares saudáveis desde cedo. Essa estrutura de refeições está em consonância com as diretrizes do referencial teórico, que enfatiza a importância da alimentação equilibrada e da oferta regular de alimentos saudáveis para o crescimento e a saúde das crianças.

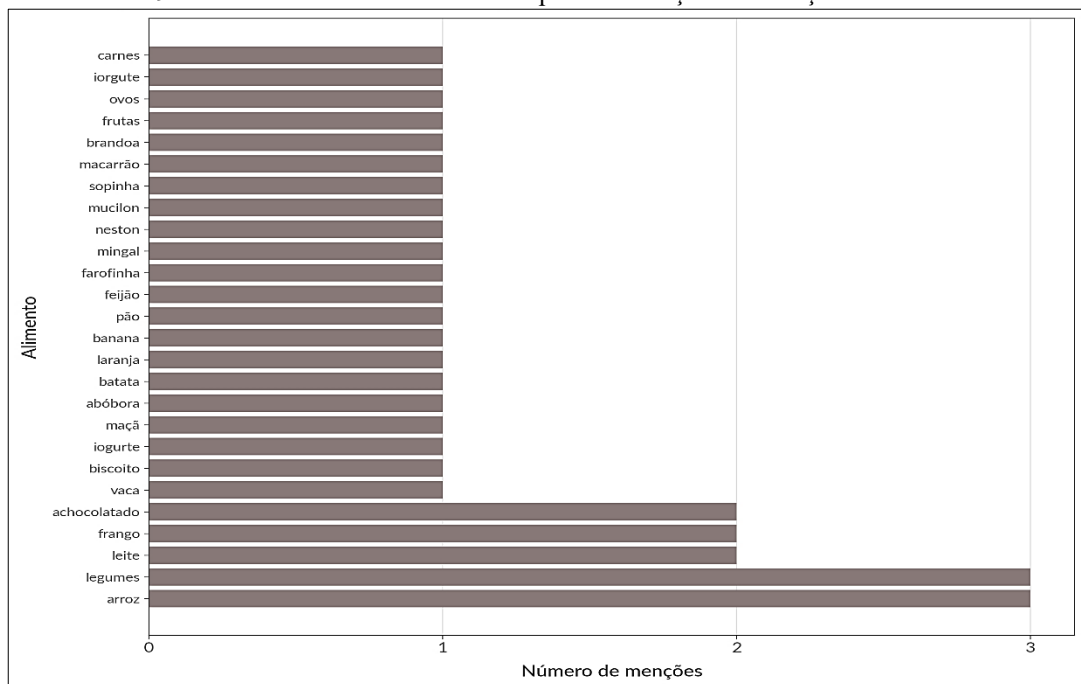
De acordo com Sambrano (2006, p. 14), a família desempenha um papel crucial na formação dos hábitos alimentares e na educação nutricional das crianças. Ao seguir um padrão alimentar que inclui diversas refeições ao longo do dia, as famílias estão não apenas atendendo às necessidades nutricionais das crianças, mas também promovendo um ambiente propício para a socialização e a construção de laços familiares. A presença de refeições como o café da manhã e o jantar proporciona oportunidades para que os responsáveis compartilhem momentos significativos com as crianças, reforçando a importância da alimentação como um ato social.

No entanto, a observação de que colação e ceia são consumidas por uma minoria das crianças sugere que há espaço para melhorias na rotina alimentar. Conforme mencionado por Silva e Luz (2019, p. 1), a citação me leva a observar que a inclusão de lanches saudáveis entre as refeições principais pode ajudar a manter os níveis de energia das crianças ao longo do dia e evitar o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados. Portanto, enquanto a estrutura das

refeições está alinhada com as práticas recomendadas para uma alimentação saudável, é fundamental que as famílias sejam incentivadas a considerar a inclusão de lanches adicionais que complementem a dieta, promovendo uma alimentação ainda mais equilibrada e nutritiva.

Dessa forma, a análise da rotina alimentar das crianças não apenas reforça as orientações do referencial teórico, mas também destaca a necessidade de um diálogo contínuo entre família e escola, visando a promoção de hábitos alimentares saudáveis que contribuam para o desenvolvimento pleno das crianças.

Gráfico 9 - alimentos comumente ofertados para as crianças nas refeições marcadas acima

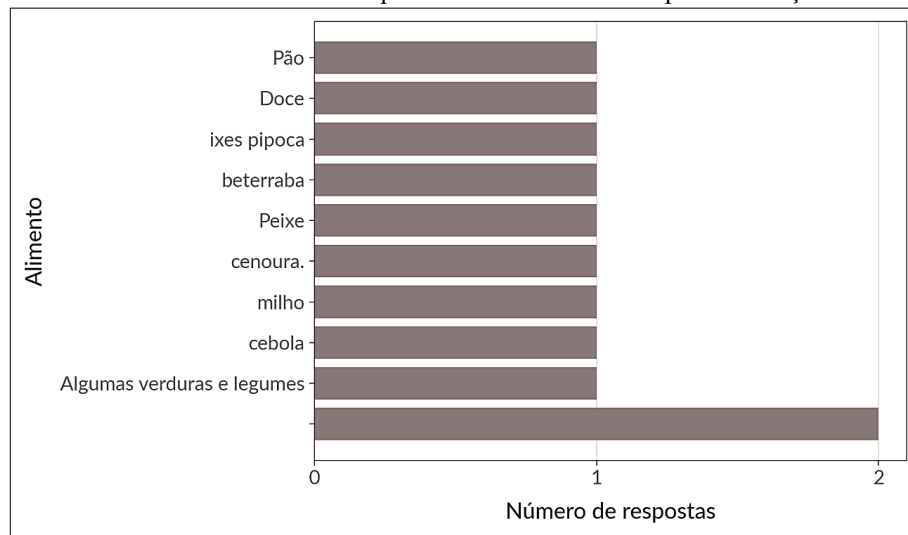


Fonte: arquivos da pesquisa.

Os alimentos comumente ofertados para as crianças nas refeições diárias incluem uma variedade de opções saudáveis e nutritivas, que buscam garantir o suprimento adequado de vitaminas, minerais e outros nutrientes essenciais.

A variedade e a qualidade desses alimentos não apenas atendem às necessidades nutricionais, mas também desempenham um papel importante na formação de hábitos alimentares saudáveis que podem perdurar ao longo da vida. Essa oferta diversificada é fundamental para promover uma alimentação equilibrada e para incentivar a aceitação de diferentes sabores e texturas desde cedo.

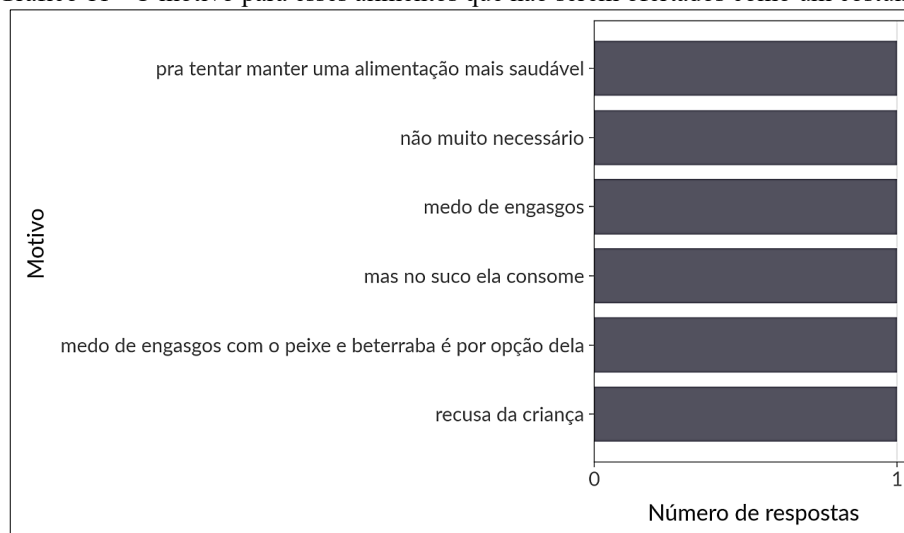
Gráfico 10 - Alimentos que não se costuma ofertar para a criança



Fonte: arquivos da pesquisa.

Os alimentos menos ofertados incluem alguns tipos de legumes, verduras e peixes. Os principais motivos para não ofertar são recusa da criança, medo de engasgos e preferência pessoal. A recusa alimentar é um desafio frequente, especialmente com vegetais. O medo de engasgos com peixes também é recorrente, indicando a necessidade de orientação sobre preparo seguro desses alimentos.

Gráfico 11 - O motivo para esses alimentos que não serem ofertados como um costume



Fonte: arquivos da pesquisa.

As informações sobre a baixa oferta de certos alimentos, como alguns tipos de legumes, verduras e peixes, refletem desafios comuns enfrentados por famílias na introdução de uma dieta diversificada para as crianças. Os principais motivos para essa recusa incluem a resistência das crianças a experimentar novos sabores, o medo de engasgos e preferências

personais, que muitas vezes se estabelecem desde cedo. Essa realidade está em consonância com o que é abordado no referencial teórico, onde a recusa alimentar, especialmente em relação a vegetais, é identificada como um desafio recorrente na alimentação infantil (Sambrano, 2006, p. 14).

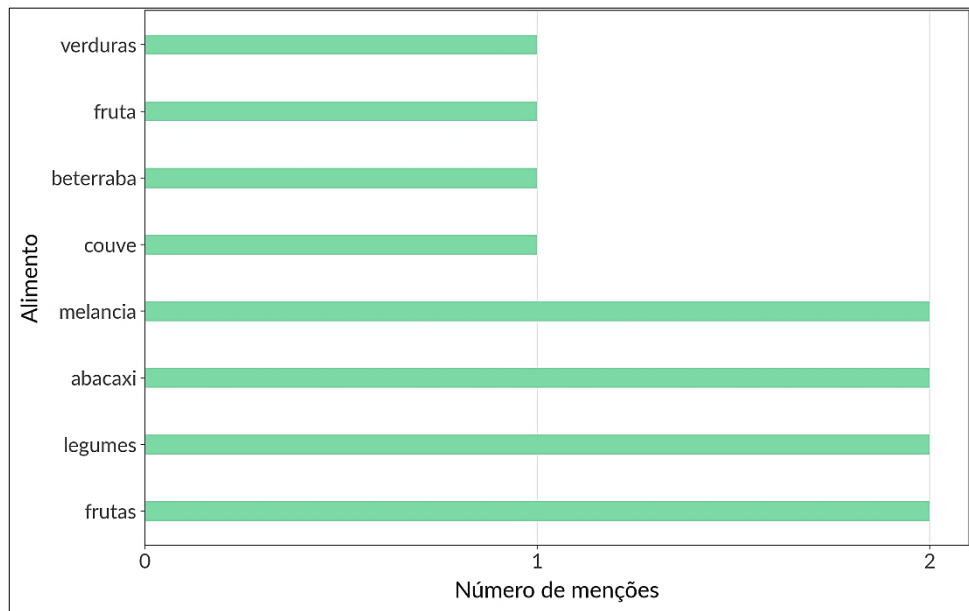
A resistência a novos alimentos é um fenômeno bem documentado na literatura sobre nutrição infantil. Refletindo sobre Silva e Luz (2019, p. 1), observo a familiaridade e a exposição repetida a diversos alimentos são fundamentais para a aceitação de uma dieta mais equilibrada. No entanto, a recusa alimentar pode dificultar essa aceitação, resultando em uma alimentação menos variada e potencialmente deficiente em nutrientes essenciais.

Além disso, o medo de engasgos com peixes, mencionado na análise, indica a necessidade de uma educação adequada sobre o preparo seguro desses alimentos. Bronfenbrenner (2002, p. 167) destaca a importância do ambiente familiar e escolar na formação de hábitos alimentares saudáveis, sugerindo que intervenções educativas podem ajudar a mitigar esses medos. A orientação sobre como preparar e apresentar peixes de maneira segura e atraente pode facilitar a inclusão desse alimento na dieta das crianças, promovendo uma variedade nutricional desejável.

Dessa forma, as dificuldades na oferta de legumes, verduras e peixes, associadas à recusa alimentar e ao medo de engasgos, evidenciam a necessidade de estratégias educativas e de conscientização que envolvam tanto os responsáveis quanto as instituições de ensino. Essas estratégias podem contribuir para a construção de um ambiente mais favorável à aceitação de alimentos saudáveis, alinhando-se às práticas recomendadas no referencial teórico para uma alimentação mais equilibrada e nutritiva.

Os responsáveis consideram frutas, legumes, verduras, ovos e carnes como os alimentos mais saudáveis para as crianças. Há um bom alinhamento entre a percepção dos responsáveis e as recomendações nutricionais.

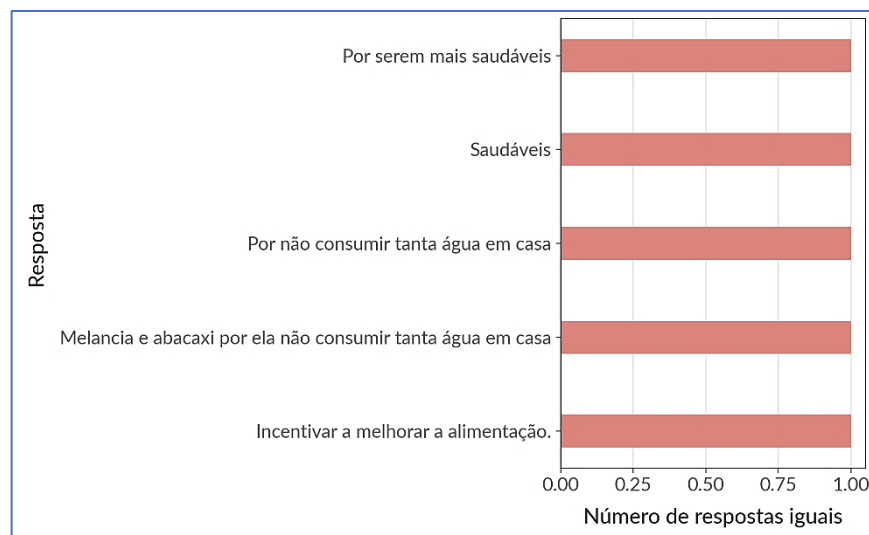
Gráfico 12 - Alimentos Considerados Saudáveis



Fonte: arquivos da pesquisa.

O gráfico acima mostra que as justificativas para ofertar determinados alimentos são bastante variadas, com destaque para saúde, vitaminas, crescimento, fortalecimento e preferência da criança. A saúde e o desenvolvimento infantil são as principais motivações, mas a aceitação da criança também é um fator determinante.

Gráfico 13 – O motivo que leva esses alimentos a serem ofertados



Fonte: arquivos da pesquisa.

Os dados indicam que a maioria dos responsáveis buscam oferecer uma alimentação equilibrada, priorizando alimentos saudáveis e naturais. No entanto, desafios como recusa alimentar, medo de engasgos e a presença de ultraprocessados ainda estão presentes. As

justificativas para as escolhas alimentares mostram preocupação com a saúde, mas também flexibilidade para atender às preferências das crianças.

Os dados indicam que a maioria dos responsáveis busca oferecer uma alimentação equilibrada, priorizando alimentos saudáveis e naturais, refletindo uma preocupação com a saúde e o desenvolvimento das crianças. No entanto, desafios como a recusa alimentar, o medo de engasgos e a presença de alimentos ultraprocessados ainda são realidades presentes nas rotinas alimentares. As justificativas para as escolhas alimentares demonstram uma flexibilidade por parte dos responsáveis para atender às preferências das crianças, o que pode impactar a formação de hábitos alimentares saudáveis.

Essas informações enfatizam a importância da articulação entre a família e a instituição de educação infantil na promoção de uma alimentação saudável. A educação infantil, conforme estabelecido pela Constituição de 1988, é um direito fundamental que deve ser garantido pelo Estado e pela família. A interação contínua entre esses dois contextos é essencial para o desenvolvimento integral da criança, o que inclui a formação de hábitos alimentares adequados (Brasil, 1988, p. 227).

A educação infantil não deve ser vista apenas como um espaço de cuidado, mas como um ambiente propício para a construção de experiências ricas e diversificadas que envolvem a alimentação. Segundo Sambrano (2006, p. 14), a família desempenha um papel crucial na legitimação das escolhas alimentares, e as experiências alimentares das crianças devem ser ampliadas por meio de uma abordagem colaborativa entre educadores e responsáveis. Isso é especialmente importante diante da recusa alimentar observada, que é um desafio comum em relação a vegetais e peixes, conforme apontado por Silva e Luz (2019, p. 1).

Além disso, a presença de ultraprocessados nas refeições, mesmo que em menor escala, pode comprometer a qualidade da alimentação e refletir influências externas, como a publicidade direcionada às crianças (Andrade, 2014, p. 60). O Guia Alimentar para Crianças Brasileiras (Brasil, 2015, p. 8) recomenda a introdução gradual de novos alimentos, enfatizando que a recusa não deve ser vista como um obstáculo, mas como uma oportunidade para educar sobre alimentação saudável e incentivar a aceitação de novos sabores.

Dessa forma, a construção de hábitos alimentares saudáveis nas crianças requer um esforço conjunto entre a família e a escola, promovendo um diálogo que respeite as preferências individuais, mas que também eduque para escolhas mais nutritivas. A interação e a comunicação eficaz entre esses dois ambientes são essenciais para garantir que as crianças desenvolvam um

relacionamento positivo com a comida, contribuindo para seu bem-estar e desenvolvimento integral (Bronfenbrenner, 2002, p. 167).

Portanto, a articulação entre família e instituição de educação infantil, respaldada pela legislação brasileira e pelas diretrizes curriculares, é crucial para garantir uma alimentação saudável que atenda às necessidades nutricionais das crianças, promovendo, assim, um desenvolvimento físico, psicológico e social adequado. O compromisso de todos os envolvidos em proporcionar uma alimentação equilibrada e diversificada é fundamental para o futuro das crianças, assegurando-lhes não apenas o direito à alimentação, mas também à saúde e à educação de qualidade.

4.2 Análise dos Cardápios

A análise dos cardápios apresentados para as crianças nas Escola Municipal, ao longo das semanas de novembro e dezembro, revela uma tentativa de oferecer refeições nutritivas, equilibradas e diversificadas, alinhadas às diretrizes de alimentação saudável. No entanto, é possível observar tanto pontos positivos quanto aspectos que necessitam de melhorias, especialmente quando se considera o referencial teórico e os dados da pesquisa.

Quadro 1: cardápio escolar na primeira semana de novembro/2024

1ª semana de novembro					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM (07:30)	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Bolo de maçã Leite com cacau	Biscoito de polvilho Leite morno	Bolo de banana com aveia Leite morno	Biscoito de polvilho Leite com cacau
ALMOÇO A PARTIR 10:00	Arroz/ Feijão Carne moída ao molho rico (carne moída, molho de tomate, cebola, beterraba, cenoura e cheiro verde) - Manga	Arroz / Feijão Frango desfiado ensopado com batata e cheiro verde - Banana	Arroz / Feijão Angu Carne suína com cenoura e abobrinha Salada de alface (para as crianças do berçário não servir alface) - Melão	Arroz com brócolis Feijão simples Iscas bovina desfiada com moranga e espinafre cabritado Melancia	Arroz com couve-flor e cenoura ralada Feijão simples Iscas de frango desfiada ao molho de tomate Salada de cenoura cozida - Maçã
LANCHE DA TARDE (13:00)	Manga	Vitamina de abacate	Melão	Melancia	Banana
JANTAR A PARTIR DE 15:00	Caldo de mandioca com frango desfiado	Arroz Feijão Rico (com carne suína, moranga e inhame)	Sopa de macarrão com legumes e carne moída (abóbora e chuchu)	Polenta com molho de peito de frango Feijão simples	Caldo verde (Batata, couve cabritada e frango desfiado)

Fonte: arquivos da pesquisa.

Os cardápios incluem uma variedade de alimentos, como legumes, verduras e diferentes fontes de proteína, que são essenciais para o desenvolvimento infantil. A inclusão de

itens como arroz, feijão, carnes magras, e uma variedade de frutas e verduras, está em consonância com as recomendações do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras até Dois Anos, que enfatiza a importância de uma dieta diversificada (Brasil, 2015, p. 8). Segundo Silva e Luz (2019, p. 1), a familiaridade e a exposição repetida a diversos alimentos são fundamentais para a aceitação de uma dieta mais equilibrada, o que é observado na escolha de incluir diferentes tipos de vegetais e frutas nas refeições.

Quadro 2: cardápio escolar na segunda semana de novembro/2024

2ª semana de novembro					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM (07:30)	Biscoito de polvilho Leite morno	Bolo de banana, aveia e cacau Chá de erva-doce	Biscoito de polvilho Vitamina de banana	Bolo de maçã e cenoura Leite com cacau	Feriado
ALMOÇO A PARTIR 10:00	Arroz amarelinho com carne moída e cenoura ralada Tutu de feijão Manga	Arroz Coxinha de asa refogada com batata Feijão Simples Salada de alface e beterraba ralada (para as crianças do berçário não servir alface) Maçã	Arroz com brócolis Feijão com carne suína desfiada, batata, cebola e cheiro verde Melancia	Arroz com couve flor Feijão Caldo de mandioca com peito de frango desfiado e cheiro verde	
LANCHE DA TARDE (13:00)	Banana	Melancia	Melão	Banana	
JANTAR A PARTIR DE 15:00	Sopa de macarrão com legumes e peito de frango (abóbora, chuchu e batata)	Mingau de couve com isca bovina Feijão	Canjiquinha com peito de frango e legumes (inhame, abóbora e chuchu)	Polenta ao molho de tomate com carne moída Feijão simples	

Fonte: arquivos da pesquisa.

Entretanto, é notável que alguns dias apresentam um cardápio que se repete, como o uso frequente de biscoito de polvilho no desjejum. A repetição de alimentos pode contribuir para o tédio alimentar, o que pode levar à recusa de novos sabores (Sambrano, 2006, p. 14). Além disso, a predominância de lanches como bolos e biscoitos, mesmo que caseiros, pode ser vista como uma preocupação, pois o ideal seria limitar a presença de alimentos com alto teor de açúcar, especialmente para crianças pequenas.

Quadro 3: cardápio escolar na terceira semana de novembro/2024

3ª semana de novembro					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM (07:30)	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Bolo de Fubá Chá de camomila	Feriado	Bolo de banana com aveia Leite morno	Biscoito de polvilho Leite com cacau

ALMOÇO A PARTIR 10:00	Arroz/ Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada Salada de beterraba cozida Manga	Arroz / Feijão Angu Carne moída ao molho de tomate Salada de repolho cozido Banana		Arroz com brócolis Feijão simples Iscas bovina desfiada com moranga e espinafre cabritado Melancia	Arroz com brócolis Feijão simples Carne bovina desfiada com moranga Salada de cenoura cozida Banana
LANCHE DA TARDE (13:00)	Manga	Vitamina de abacate		Melancia	Banana
JANTAR A PARTIR DE 15:00	Sopa de macarrão com legumes e carne moída (abóbora, chuchu)	Arroz Feijão Rico (com carne suína, moranga e inhame)		Caldo de mandioca com carne suína desfiada	Canjiquinha com peito de frango desfiado e legumes (moranga e chuchu)

Fonte: arquivos da pesquisa.

Os dados da pesquisa indicam que muitos responsáveis demonstram preocupação com a saúde alimentar de seus filhos, mas enfrentam desafios como a recusa alimentar e a resistência das crianças a experimentar novos sabores. Esse fenômeno é reflexivo das dificuldades que as famílias enfrentam na introdução de uma dieta diversificada (Pinto, 2017, p. 49). A resistência a novos alimentos é corroborada pela literatura, que sugere que essa recusa pode ser superada através de exposições repetidas e de um ambiente familiar que incentive a experimentação (Bronfenbrenner, 2002, p. 167).

Quadro 4: cardápio escolar na quarta semana de novembro/2024

4ª semana de novembro					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM (07:30)	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Bolo de laranja Leite morno	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Mingau de chocolate (aveia, banana e cacau)	Bolo de laranja Chá de camomila
ALMOÇO A PARTIR 10:00	Arroz colorido (peito de frango desfiado, batata, cenoura, chuchu e cheiro verde) Feijão simples	Arroz com brócolis Feijão Creme de abóbora com isca de carne bovina	Arroz Feijão Angu Peito de frango ensopado e pimentão Salada de beterraba e cenoura cozida	Arroz Feijão Carne de panela (carne bovina, batata e cenoura) Salada de repolho ralado	Arroz / Feijão Carne suína refogada com abobrinha, cebola e cheiro verde Suco de uva integral
LANCHE DA TARDE (13:00)	Melão	Melancia	Banana	Melancia	Banana
JANTAR A PARTIR DE 15:00	Macarrão ao molho de tomate e carne moída enriquecido com abobrinha	Arroz/ Feijão Sopa de batata com carne suína, linguiça suína e cheiro verde	Arroz Feijão Rico (com isca bovina, moranga e beterraba)	Arroz/ Feijão Sopa de inhame com coxinha da asa e cheiro verde	Mexidinho com espinafre (arroz, feijão, carne bovina desfiada e espinafre picadinho)

- Oferecer água para as crianças. Não adicionar açúcar nas preparações do cardápio para as crianças até 3 anos.
Fonte: arquivos da pesquisa.

Outro ponto a ser considerado é o medo de engasgos, especialmente em relação ao consumo de peixes e outros alimentos que exigem um preparo específico. A falta de estratégias educativas para abordar esses medos pode limitar a aceitação desses alimentos, conforme

mencionado no referencial teórico, que destaca a importância da educação alimentar (Silva, 2010, p. 32).

Os jantares apresentados nos cardápios incluem sopas e caldos que são adequados para crianças, pois oferecem nutrientes de forma acessível e geralmente são bem aceitos. No entanto, a inclusão de opções mais variadas, como pratos que utilizem diferentes cereais integrais e legumes, poderia enriquecer ainda mais a alimentação das crianças. As opções de lanches da tarde, que incluem frutas, são benéficas e estão de acordo com as recomendações nutricionais, mas a frequência de alimentos açucarados, como bolos, deve ser monitorada para evitar hábitos alimentares inadequados.

4.3 Proposta de Intervenção

Para atender ao objetivo específico 3 do meu plano de intervenção, que consiste em analisar como ampliar os hábitos alimentares das crianças, priorizei buscar informações sobre alimentação saudável com as nutricionistas da Rede Municipal de Ensino (RME) de Itabirito, que acompanham a alimentação escolar da Escola Municipal. A partir desse contato, elaborei algumas propostas de intervenção que considero essenciais para promover uma alimentação mais saudável entre os alunos.

Primeiramente, estabeleci a importância de uma colaboração contínua com as nutricionistas. Essa parceria é fundamental para garantir que os cardápios sejam elaborados com base em diretrizes nutricionais adequadas e que atendam às necessidades específicas das crianças. Como mencionado por Silva e Luz (2019, p. 1), reflito que a familiaridade e a exposição repetida a diversos alimentos são cruciais para a aceitação de uma dieta mais equilibrada. Portanto, as nutricionistas podem oferecer oficinas de formação para educadores e responsáveis, enfatizando a importância de uma alimentação saudável e as melhores práticas para introduzir novos alimentos na dieta das crianças.

Além disso, proponho a realização de oficinas de culinária para pais e filhos, onde poderemos ensinar receitas simples e saudáveis que podem ser facilmente preparadas em casa. A ideia é enfatizar o uso de ingredientes frescos e da estação, além de compartilhar técnicas de preparo que tornem os alimentos mais atraentes para as crianças. Essa abordagem está alinhada ao que Sambrano (2006, p. 14) discute sobre a importância da interação familiar na alimentação, pois fortalecerá os laços familiares e a comunicação entre a escola e as famílias.

A implementação de um programa de educação alimentar na educação infantil também é uma proposta que considero essencial. Através desse programa, poderei discutir a importância de uma dieta equilibrada, a função de cada grupo alimentar e a variedade de alimentos que devem ser incluídos na dieta das crianças, escutar os pais ao contar suas experiências para compartilharmos saberes e desenvolvermos esse programa de educação alimentar juntos. Além disso, pretendo criar uma "horta escolar", onde as crianças poderão cultivar alguns vegetais e ervas, promovendo a familiaridade e o interesse por esses alimentos. Essa prática se alinha com a ideia de que a educação deve ser um processo ativo e participativo, conforme defendido por Bronfenbrenner (2002, p. 167).

Com a ajuda das nutricionistas, pretendo revisar os cardápios escolares para garantir uma diversidade de opções, evitando a repetição excessiva de alimentos e buscando alternativas mais saudáveis para os lanches. Por exemplo, sugeriria substituir bolos e biscoitos açucarados por frutas, iogurtes naturais ou preparações que incluam aveia e frutas. Isso está de acordo com as recomendações do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras até Dois Anos, que defende a introdução de uma dieta variada desde cedo (Brasil, 2015, p. 8).

Além disso, considero importante realizar campanhas de conscientização sobre a importância da alimentação saudável que envolvam toda a comunidade escolar. Por meio de palestras, distribuição de materiais informativos e até concursos culinários envolvendo receitas saudáveis, poderemos aumentar o engajamento das famílias. Essa abordagem é essencial, pois, conforme Pinto (2017, p. 49), a influência da família nas escolhas alimentares é significativa e deve ser aproveitada.

Por fim, pretendo criar um canal de comunicação onde pais e educadores possam fornecer feedback sobre a aceitação dos alimentos servidos nas escolas. Essa interação é fundamental para ajustar os cardápios de acordo com as preferências e as necessidades das crianças, além de identificar possíveis barreiras à aceitação de novos alimentos.

Essas propostas de intervenção, fundamentadas na colaboração com nutricionistas e no envolvimento das famílias, têm potencial para contribuir significativamente para a ampliação dos hábitos alimentares das crianças da Escola Municipal. Ao integrar a teoria com práticas concretas e acessíveis, acredito que conseguirei promover uma alimentação mais saudável e variada, alinhada às necessidades nutricionais dos alunos e às recomendações dos órgãos competentes.

5. CONCLUSÃO

Ao realizar uma análise dos dados coletados por meio do questionário, percebo que se revela uma realidade bastante interessante sobre os hábitos alimentares das crianças na Escola Municipal. Os resultados obtidos indicam que, na maioria das situações, os responsáveis demonstram uma preocupação significativa com a qualidade nutricional da alimentação oferecida a seus filhos, priorizando a inclusão de alimentos *in natura* e minimamente processados, como leite, frutas, ovos e legumes. Essa postura é extremamente positiva e se alinha de maneira eficaz com as recomendações estabelecidas pelo Guia Alimentar para Crianças Brasileiras, que destaca a importância de uma dieta variada e equilibrada desde os primeiros anos de vida (Brasil, 2015, p. 8).

No entanto, ao mesmo tempo, é importante ressaltar que a presença de alimentos ultraprocessados, embora em menor frequência, ainda representa um desafio considerável para a manutenção de uma alimentação saudável. A literatura aponta que a recusa alimentar e o medo de engasgos, especialmente em relação a peixes e vegetais, são barreiras comuns que precisam ser abordadas com seriedade (Sambrano, 2006, p. 14). Em uma conversa que tive com a Vice-Diretora da escola, ela observou que, após o período de adaptação, as crianças do maternal 1 começaram a aceitar uma variedade maior de alimentos, enquanto as crianças do 1º e 2º períodos enfrentaram mais dificuldades em relação à escolha dos alimentos que desejavam consumir. Essa dinâmica sugere que, à medida que as crianças se tornam mais autônomas em suas escolhas alimentares, é fundamental implementar estratégias que incentivem a aceitação de novos sabores e texturas.

Diante desse panorama, as propostas de intervenção que desenvolvi, como a colaboração com nutricionistas, a realização de oficinas de culinária e a implementação de um programa de educação alimentar, teve como objetivo não apenas aumentar a variedade na dieta das crianças, mas também abordar de maneira proativa as questões da recusa alimentar e o medo de engasgos. A aplicação dessas estratégias está em perfeita consonância com as observações feitas por Silva e Luz (2019, p. 1), que ressaltam a importância da familiaridade e da exposição a novos alimentos para promover a aceitação de uma dieta mais equilibrada. Além disso, a criação de um espaço de cultivo dentro da escola pode facilitar a conexão das crianças com os alimentos, tornando a experiência de comer mais lúdica e menos intimidadora, ao mesmo tempo que promove o aprendizado sobre a origem dos alimentos.

Além disso, considero pertinente sugerir que se amplie essa pesquisa para incluir as crianças dos 1º e 2º períodos, uma vez que elas já começam a manifestar suas preferências alimentares e a tomar decisões conscientes sobre o que desejam comer. Essa abordagem me permitiria entender melhor as dinâmicas alimentares nessa faixa etária e desenvolver estratégias personalizadas que levem em conta as dificuldades observadas pela Vice-Diretora, que se dedicou a observar o comportamento das crianças ao longo do ano letivo.

Portanto, ao integrar as informações coletadas com as propostas de intervenção e a literatura existente, espero contribuir de forma significativa para a promoção de hábitos alimentares saudáveis entre as crianças da Escola Municipal. O fortalecimento do vínculo entre a escola e as famílias, aliado a ações educativas e interativas, pode criar um ambiente mais favorável à aceitação de uma alimentação variada e saudável, o que é fundamental para o desenvolvimento integral das crianças. Essa iniciativa não apenas beneficiará a saúde das crianças, mas também promoverá uma relação positiva com a alimentação ao longo de suas vidas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGUIAR, K. F.; ROCHA, M. L. Práticas universitárias e a formação sócio-política. Anuário do Laboratório de Subjetividade e Política, n. 3/4, p. 87-102, 1997.
- AGUIAR, K. F. Ligações perigosas e alianças insurgentes: subjetividades e movimentos urbanos. Tese (Doutorado em Educação) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2003.
- AGUIAR, K. F. Micropolítica e o exercício da pesquisa-intervenção: referenciais e dispositivos em análise. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 27, n. 4, p. 648-663, 2007.
- ANDRADE, M. G. M.; RAMOS, R.; BARROS, L. Determinantes e efeitos do conhecimento nutricional dos pais: um estudo com crianças pré-escolares. In: 14º Congresso Português de Obesidade. Porto, 2010.
- BRASIL. Cartilha nacional da alimentação escolar. Brasília, DF: 2. ed., 2015.
- BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Senado Federal, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 15 jul. 2024.
- BRASIL. LDB – Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Lei n. 9394/96. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L9394.htm. Acesso em: 15 jul. 2024.
- BRASIL. Lei n. 13.005, de 25 de junho de 2014. Aprova o Plano Nacional de Educação – PNE. Brasília, DF, 2014.
- BRASIL. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990. Estatuto da Criança e do Adolescente. Brasília, DF: Presidência da República, 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8069.htm. Acesso em: 15 jul. 2024.
- BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. Conselho Nacional de Educação. Secretaria de Educação Básica. Diretrizes curriculares nacionais para a educação infantil. Resolução n. 5, de 17 de dezembro de 2009. Brasília: MEC, SEB, 2010.
- BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Diretrizes curriculares nacionais para a educação infantil. Brasília: MEC/SEB, 2010.
- BRASIL. Ministério da Educação. Base nacional comum curricular – Documento preliminar. Brasília, DF: MEC, 2015.
- BRASIL. Ministério da Educação. Base nacional comum curricular – Documento preliminar: 2 versões revista. Brasília, DF: MEC, 2016.
- BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Básica. Parecer CNE/CEB n. 20/2009, aprovado em 11 de novembro de 2009. Revisão das

Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil. Brasília, DF, 2009. Disponível em: . Acesso em: 15 jul. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de dois anos: um guia para o profissional da saúde na atenção básica. 2. ed., 2. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Resolução CNE/CEB 5/2009. Diário Oficial da União, Brasília, 18 dez. 2009, Seção 1, p. 18. Disponível em: <http://mec.gov.br>. Acesso em: 15 jul. 2024.

BRONFENBRENNER, U. A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados. Porto Alegre: Artes Médicas, 2002.

CURY, Carlos Roberto Jamil. A educação básica como direito. Cadernos de Pesquisa, v. 38, n. 134, p. 293-303, maio/ago. 2008.

GOMES, S.; ESPANCA, R.; GATO, A.; MIRANDA, C. Obesidade em idade pré-escolar: cedo demais para pesar demais! Acta Médica Portuguesa, v. 23, p. 371-378, 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. Conanda aprova resolução que proíbe a publicidade direcionada a crianças. São Paulo: IDEC, 2014. Disponível em: <http://www.idec.org.br/em-acao/em-foco/conanda-aprova-resolucao-que-proibe-a-publicidade-direcionada-a-criancas>. Acesso em: 18 jul. 2024.

LEIRAS, E. M. V. Comportamento alimentar da criança: a influência materna. 2015. 151 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem de Saúde Comunitária) – Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Viana do Castelo, Portugal, 2015. Disponível em: http://repositorio.ipvc.pt/bitstream/20.500.11960/1287/1/Elsa_Leiras.pdf. Acesso em: 18 jul. 2024.

MONÇÃO, Maria Aparecida Guedes. O compartilhamento da educação das crianças pequenas nas instituições de educação infantil. Cadernos de Pesquisa, v. 45, n. 157, p. 652-679, jul./set. 2015.

MONTANDON, Cléopâtre. As práticas educativas parentais e a experiência das crianças. Educação e Sociedade, Campinas, v. 26, n. 91, p. 485-507, maio/ago. 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br>. Acesso em: 15 jul. 2024.

MORAES, M. PesquisarCOM: política ontológica e deficiência visual. In: M. Moraes; V. Kastrup (Eds.). [s.l.]: [s.n.], 2010.

PAULON, S. M. A análise de implicação como ferramenta na pesquisa-intervenção. Psicologia & Sociedade, v. 17, n. 3, p. 16-23, 2005.

PINTO, L. P. Conhecimento dos pais sobre alimentação infantil: relação com as características sociodemográficas e estado nutricional da criança. 143 f. 2017. Dissertação (Mestrado em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediatria) – Instituto Politécnico de Viseu, Viseu, Portugal, 2017. Disponível em:

<https://repositorio.ipv.pt/bitstream/10400.19/4123/1/LuisaPereiraPinto%20DM.pdf>. Acesso em: 18 jul. 2024.

PORTAL MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Diretrizes para educação básica. Disponível em: <http://mec.gov.br>. Acesso em: 15 jul. 2024.

RAMOS, M.; STEIN, L. M. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, 2000.

SAMBRANO, Taciana Mirna. Relação instituição de educação infantil e família. In: ANGOTTI, Maristela (Org.). *Educação infantil: para que, para quem e por quê?* Campinas: Editora Alínea, 2006.

SILVA, G. L. Consumo alimentar em creches públicas/filantrópicas de São Paulo – SP. 62 f. 2010. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, 2010. Disponível em: <http://repositorio.unifesp.br/bitstream/handle/11600/9255/Publico-057.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 18 jul. 2024.

SILVA, Isabel de Oliveira; LUZ, Iza Rodrigues da. Relações entre famílias e instituições de educação infantil: o compartilhamento do cuidado e educação das crianças. *EccoS – Rev. Cient.*, São Paulo, n. 50, e14110, jul./set. 2019.

VITOLLO, R. M. *Nutrição: da gestação ao envelhecimento*. 2. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.