

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM FORMAÇÃO PARA A EDUCAÇÃO BÁSICA

Weslaine de Oliveira Teodoro

**UM PRATO CHEIO DE APRENDIZAGENS:
alimentação saudável como campo de experiência na Educação Infantil**

Belo Horizonte
2019

Weslaine de Oliveira Teodoro

**UM PRATO CHEIO DE APRENDIZAGENS:
alimentação saudável como campo de experiência na Educação Infantil**

Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização apresentado como requisito parcial para a obtenção de título de Especialista em Processos de Aprendizagem e Ensino na Educação Básica, pelo Curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Docência na Educação Básica, da Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais

Orientadora: Isabela Costa Dominici

Belo Horizonte
2019

T314p Teodoro, Weslaine de Oliveira, 1983-
TCC Um prato cheio de aprendizagens [manuscrito]:
alimentação saudável como campo de experiência na
educação infantil / Weslaine de Oliveira Teodoro. - Belo
Horizonte, 2019.
[33 f.] : enc, il.

Monografia -- (Especialização) - Universidade
Federal de Minas Gerais, Faculdade de Educação.
Orientadora: Isabela Costa Dominici.
Inclui Bibliografia.
Inclui anexo.

Educação. 2. Educação sanitária. 3. Promoção da saúde
Aspectos educacionais. 4. Hábitos alimentares. 5.
Ensino fundamental. 6. Educação de crianças.
I. Título. II. Dominici, Isabela Costa, 1988-. III.
Universidade Federal de Minas Gerais, Faculdade de
Educação.

CDD- 372.37

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 de Educadores para
Educação Básica

ATA DE DEFESA DO SEXCENTÉSIMO QUADRAGÉSIMO TERCEIRO TRABALHO FINAL DO
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM FORMAÇÃO DE EDUCADORES PARA EDUCAÇÃO BÁSICA
ÁREA DE CONCENTRAÇÃO PROCESSOS DE APRENDIZAGEM E ENSINO NA EDUCAÇÃO BÁSICA

Aos sete dias do mês de dezembro do ano de dois mil e dezemove, realizou-se, na Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais, a apresentação do trabalho final de conclusão do Curso de Especialização em Formação de Educadores para Educação Básica - com o título "UM PRATO CHEIO DE APRENDIZAGENS: alimentação saudável como campo de experiência na Educação Infantil", do(a) aluno(a) Westaine de Oliveira Teodoro. A banca examinadora foi composta pelos seguintes professores: Isabela Costa Dominicci (orientador) e Fernanda Pedrosa Coutinho Marques. Os trabalhos iniciaram-se às 18h, 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, atribuindo-lhe a nota 10, conceito ___. O resultado final do trabalho foi comunicado ao aluno(a), que deverá encaminhar à Secretária do curso a versão final em meio digital para isaco@fae.ufmg.br e submeter o trabalho salvo em formato PDF/A 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 07 de dezembro de 2019.

Aluno(a) Westaine de Oliveira Teodoro Registro na UFMG: 2018749409
Westaine de Oliveira Teodoro

Isabela Costa Dominicci
Isabela Costa Dominicci
Professor(a) Orientador(a)

Fernanda Pedrosa Coutinho Marques
Fernanda Pedrosa Coutinho Marques
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 de Educadores para Educação Básica

RESUMO

O presente trabalho procurou abordar a importância da prática de uma alimentação saudável na Educação Infantil, através de uma sensibilização das crianças através de práticas pedagógicas que contribuam, de forma atraente, lúdica e divertida, para o desenvolvimento de hábitos saudáveis e promoção da saúde. Tendo como tema principal a “alimentação saudável”, o objetivo geral deste Plano de Ação foi conscientizar as crianças sobre a alimentação saudável, criando condições para o aluno entender a importância da boa alimentação e, a fim de se alcança-lo, elencou-se como objetivos específicos o despertar o gosto por diferentes alimentos; a inserção de práticas sustentáveis na escola, a prática de uma alimentação orgânica e a garantia da nutrição. Para este Plano de Ação adotou-se a pesquisa qualitativa e foi feita também uma revisão bibliográfica sobre alimentação e levantados artigos e tópicos encontrados nas legislações que regem sobre o direito à alimentação e a regulamentação da merenda escolar. O presente Plano de Ação foi desenvolvido com as turmas de 3 a 5 anos da EMEI Coqueiros, escola da Prefeitura de Belo Horizonte.

Palavras-chave: Alimentação saudável. Educação Infantil. Práticas pedagógicas.

Lista de Figuras

Figura 1: Lanche dos professores	22
Figura 2: Contaçon de história	23
Figura 3: Visita à horta	24
Figura 4: Gráfico do desperdício	25

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	10
2.1 Legislação sobre o direito à alimentação	10
2.2 Alimentação e cultura	14
3. METODOLOGIA	17
3.1. Caracterização da Escola	18
3.2. Descrição das atividades	22
4. ANÁLISE DOS RESULTADOS	26
5. REFERÊNCIAS	28

1. INTRODUÇÃO

Meu nome é Weslaine de Oliveira Teodoro e trabalho na Prefeitura Municipal de Belo Horizonte desde 2015. Ingressei na EMEI (Escola Municipal de Educação Infantil) Coqueiros em fevereiro de 2017, atuando como professora de apoio de duas salas de 5 anos e, desde de fevereiro de 2018, atuo na coordenação de turno, onde pude ter um olhar mais amplo de todo o corpo escolar.

Faz parte da minha rotina o atendimento às famílias, a organização dos horários dos professores, a organização dos horários de lanche, jantar, parquinho, digitação de bilhetes, assim como a entrega e a organização dos pedidos de materiais, além do atendimento às crianças e ligações para as famílias.

Atuando fora de sala pude estender o olhar para toda a escola de forma geral, fui levada a rever e refletir sobre a minha própria prática como professora, pude perceber que a organização do espaço escolar constitui em antecipação da prática, prever e programar as ações, levando mais leveza ao sujeito final, entendendo de fato, que para o pleno desenvolvimento do sujeito é ideal ter como princípio a participação e envolvimento de toda comunidade escolar, pais, alunos, professores, diretores, vice-diretores, coordenadores pedagógicos, coordenadores de turno, secretário, bibliotecário, educadores. O ideal é estarem alinhadas, buscando maior fluência em toda a comunidade escolar.

O tema “Alimentação Saudável” já fazia parte das minhas aulas, quando atuava como professora. Abordei a temática em projetos de sala, onde as crianças viraram multiplicadoras em casa. Tive o privilégio de ter o retorno das famílias e toda a importância sobre o assunto que trabalhado naquele momento, momento este que passava a ser um ato de estímulo à busca por uma alimentação mais saudável.

Portanto, o presente Plano de Ação teve como objetivo geral promover a sensibilização sobre o consumo de alimentos saudáveis, através de práticas pedagógicas alimentares e a consciência de sua contribuição para a promoção da saúde de uma forma atraente, lúdica e educativa. Como objetivos específicos, foram elencados a conscientização sobre a importância da boa alimentação; o despertar o gosto por diferentes alimentos; a inserção de práticas sustentáveis na escola, desenvolvendo habilidades que contemplem a preocupação ambiental; a

alimentação orgânica; o reaproveitamento de restos de alimentos para adubação, assim como evitar o desperdício, respeitar preferências alimentares das crianças, bem como, etnias, cultura e religião. Faz parte dos objetivos também garantir a nutrição, ampliar por intermédio da pesquisa, as vivências e experimentações, a boa formação de hábitos alimentares em espaços sociais, garantindo a incorporação não apenas pelo discurso, mas principalmente pela prática.

Ainda dentro dos objetivos específicos, foi minha intenção, no desenvolvimento deste Plano de Ação, conscientizar as crianças sobre a alimentação saudável, criando condições para o aluno entender a importância da boa alimentação. A partir da investigação, procurou-se levar os alunos a perceberem a necessidade dos diversos nutrientes para o bom desenvolvimento do corpo, buscando entender sobre o ambiente social de alimentação, discutindo conceitos de Educação Ambiental, inserindo o aluno como parte do meio ambiente, conscientizando-o a cuidar e preservar-lo, levando o estudante a refletir sobre o processo de cultivo e todas as variáveis que envolvem a promoção da saúde, produzindo insumos, contemplando o dia da culinária, fomentando o senso de responsabilidade e o trabalho em equipe para o cuidado da saúde e a diminuição do desperdício.

A temática “Alimentação Saudável” tem sido objeto de interesse na EMEI Coqueiros desde que percebeu-se o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados consumidos pelas crianças, que burlam os combinados e trazem em suas mochilas balas, biscoitos, chicletes, chocolates e outros, mesmo cientes que a Secretaria Municipal proíbe a entrada de lanches nas escolas infantis.

É notório que município de Belo Horizonte tem cumprido seu papel em oferecer uma alimentação saudável, balanceada e acompanhada por um nutricionista, conforme as disposições da Lei Federal, nº 11.947/2009¹. Entretanto, algumas crianças resistem em aceitar os alimentos saudáveis oferecidos pela escola. Segundo Silveira (2015, p,16), a criança na fase pré-escolar (de 2 a 6 anos de idade), pode apresentar inapetência, uma vez que os alimentos, para ela, têm importância apenas secundária. Isso pode provocar uma ansiedade dos pais, que

¹ A lei 11.947/2009 determina que é de responsabilidade do nutricionista acompanhar a montagem dos cardápios respeitando as demais diretrizes mencionadas na lei.

cada vez mais, oferecem alimentos de fácil acesso, que em sua maioria são repletos de gorduras trans e excesso de sal e açúcar.

Segundo a pesquisa de orçamento familiares (POF 2008-2009), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em parceria com o Ministério da Saúde, o número de meninos acima do peso teve um aumento significativo: passou de 15% em 1989 para 34,8% em 2009; no mesmo período, o número de meninas acima do peso passou de 11,9% para 32%. Já o número de meninos obesos passou de 4,1% para 16,6%, um aumento superior a 300% nesse mesmo grupo etário. O número de meninas obesas evoluiu de 2,4% para 11,8%, com um aumento superior a 200% no mesmo período. Esses dados são alarmantes e nos deixam em estado de alerta, gerando também um enorme custo para a saúde e para a relação simbólica entre o indivíduo e aquilo que ele ingere.

Nota-se, então, o importante papel da escola de incentivar, investigar e ofertar a temática alimentação saudável e a formação de hábitos saudáveis, buscando a troca de experiências entre as interações e como momento de socialização com o todo, com os objetos, artefatos bem como o alimento, buscando assim clarear para esses sujeitos de direitos que os nortearão a longo prazo.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Legislação sobre o direito à alimentação

As diretrizes para a promoção de alimentação saudável estão contempladas no Projeto Político Pedagógico da Escola Municipal de Educação Infantil Coqueiros. A construção do projeto articula a escola e a comunidade escolar, os professores e as famílias.

De acordo com Silveira (2015), “a prática de uma alimentação balanceada desde a infância favorece níveis ideais de saúde, de crescimento físico e de desenvolvimento intelectual. As deficiências nutricionais, ao contrário, são responsáveis pela incidência de transtornos de aprendizagem” (SILVEIRA, 2015, p. 55).

Nesse sentido, temos as Diretrizes Nacionais Curriculares para a Educação Infantil (2009), nas quais o Ministério da Saúde e o Ministério da Educação são corresponsáveis para assegurar a implantação da Política Nacional de Alimentação e Nutrição e, conseqüentemente, da parte Política Nacional de Promoção da Saúde nas escolas, em consonância com os critérios de execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que tem como objetivo atender às necessidades nutricionais dos alunos no período escolar.

A alimentação também está regida pela lei nº 11.947/2009, que em seu artigo 4, afirma que o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) tem por objetivo contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo.

A lei nº 13.666, de 16 de maio de 2018, altera a LDB (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996), acrescentando em seu artigo 1º o nono parágrafo que passa a incluir a alimentação escolar e nutricional como temas transversais.

Assegurada também pelo Estatuto da Criança e Adolescente (ECA - 1990), a alimentação é considerada um direito de todos, dever da família, da comunidade e é

dever do poder público assegurar, com absoluta prioridade, os direitos referentes à vida, à saúde e à alimentação, conforme previsto no artigo 4º.

Para além dos direitos anteriormente mencionados, desde a década de 80, o governo brasileiro, juntamente com organizações mundiais como a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO) e o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) se esforçaram para diminuir os índices de desnutrição infantil. Silveira (2015) afirma que “a obesidade exógena explica o expressivo aumento de crianças obesas nas últimas décadas” (SILVEIRA, 2015, p. 30). Esta autora conceitua obesidade exógena como aquela que é proveniente de fatores externos, como o padrão alimentar que, nas últimas décadas, tem passado por grandes mudanças, especialmente com o aumento do consumo de produtos industrializados (ricos em calorias e gorduras).

O perfil nutricional da população brasileira é caracterizado pela falta ou pelo excesso de alimentos, o que resulta quando em quadros de desnutrição ou obesidade, respectivamente. Os casos de desnutrição são mais frequentes nos primeiros anos de vida e em famílias com menores condições socioeconômicas, porém, apresentou a tendência de declínio nos últimos anos. Em contrapartida, a prevalência de crianças com excesso de peso aumentou consideravelmente.

Nesse contexto, no ano de 2013, foi aprovado pelo Senado brasileiro um Projeto de lei que regulamenta os alimentos comercializados nas cantinas escolares. Esse dispositivo modificou o Decreto-lei 986/69, que determinava instruções básicas sobre alimentos e proibiu a comercialização de alimentos com quantidades elevadas de açúcar, sal e gorduras nas lanchonetes e cantinas das escolas. Em Minas Gerais, no dia 4 de setembro de 2009, foi sancionada a Lei nº 18.372, que garante a regulamentação dos alimentos oferecidos na escola, sendo que estes devem ser preparados conforme os padrões de qualidade nutricional que visam a promoção da saúde dos alunos e a prevenção da obesidade infantil.

Nesse diapasão, em e-mail enviado para as EMElS, tornam-se suspensas as comemorações de aniversários na escola com alimentos trazidos pela família (doces, refrigerantes), ratificando a promoção a saúde.

O Governo Federal, juntamente com os estados e os municípios, vem promovendo ações de promoção à saúde como tentativa de contribuir para que a

sociedade em geral tenha acesso a uma alimentação saudável e conhecimento dos benefícios de uma alimentação nutritiva. Dentre os programas criados pelo Governo Federal, podemos citar o Programa Saúde na Escola, o Programa Nacional de Alimentação Escolar, o Programa Dez Passos para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas e a Regulamentação de Propaganda e Publicidade de Alimentos.

O Programa Saúde na Escola tem como objetivo ampliar as ações de saúde as crianças das escolas públicas de ensino, avaliando as condições de saúde dos alunos, promovendo ações de prevenção em benefício da saúde. Já o Programa Nacional de Alimentação Escolar é um dos maiores projetos de alimentação escolar do mundo a oferecer uma alimentação nutritiva, balanceada e para todos.

O Projeto Dez Passos para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas tem como objetivo possibilitar à comunidade escolar ações práticas que contribuem para a promoção da saúde e aceitação de novos hábitos alimentares. A resolução nº 24/2010 da ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) dispõe sobre a regulamentação da publicidade de alimentos. A partir dessa publicação, toda e qualquer propaganda de alimentos com quantidades elevadas de açúcar, gordura saturada, gordura trans, sódio e de bebidas com baixo teor nutricional deveria vir acompanhada de um alerta sobre os riscos que esse alimento causa a saúde.

Diante desse quadro social, a Prefeitura de Belo Horizonte, por meio da Secretaria Municipal Adjunta de Segurança Alimentar e Nutricional (SMASAN), elaborou o “Guia do Educador: promovendo a educação alimentar e nutricional nas escolas” (2013), destinado aos professores das unidades educacionais da rede pública municipal e conveniada de Belo Horizonte. Esse documento tem como objetivo apoiar e conceder auxílio aos professores para o fortalecimento e o planejamento de ações de educação alimentar e nutricional no espaço escolar. Ainda nesta publicação, são apresentadas referências sobre as diversas perspectivas da alimentação e nutrição e, ainda, uma reflexão sobre o assunto abordado, proporcionando a construção de atividades práticas com o intuito de ajudar os alunos a compreender os conteúdos.

2.2 História da educação infantil PBH

Com a Constituição Federal de 1988, o atendimento em creches e pré-escolas às crianças de 0 a 6 anos de idade torna-se dever do Estado. Posteriormente, com a promulgação da LDB, em 1996, a Educação Infantil passa a ser parte integrante da Educação Básica, situando-se no mesmo patamar que o Ensino Fundamental e o Ensino Médio. É a partir da modificação introduzida na LDB, em 2006, que antecipou-se o acesso ao Ensino Fundamental para os 6 anos de idade; a partir daí, a Educação Infantil passa a atender a faixa etária de 0 a 5 anos.

Desse modo, a Educação Infantil vem sendo marcada pelo reconhecimento por parte da sociedade e a criança passou a ser vista como um sujeito de direitos e ator social. Essas conquistas foram anunciadas nas leis vigentes: a Constituição Federal Brasileira, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA - 1990), a Lei orgânica do Município de Belo Horizonte (1990), a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (1996)H e a Resolução CEB 1/99, que passaram a conceder à criança pequena o direito à educação.

Outro grande passo para a Educação Infantil em Belo Horizonte, foi a progressão na carreira com a lei nº 11.159, que proporcionou ao professor da Educação Infantil o início da equiparação salarial aos demais professores que atuam nas outras etapas da Educação Básica.

Estabeleceu-se também, com a lei 11.132, a autonomia das Unidades Municipais de Educação Infantil - UMEIs, transformando-as em Escolas Municipais de Educação Infantil - EMEIs, criando o cargo comissionado de Diretor de Emei, as funções públicas comissionadas de Vice-Diretor de EMEI e de Coordenador Pedagógico Geral, o cargo comissionado de Secretário Escolar, os cargos públicos de Bibliotecário Escolar e de Assistente Administrativo Educacional .

Com a inclusão da Educação Infantil na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), mais um importante passo foi dado nesse processo histórico de sua integração ao conjunto da Educação Básica. Com essas conquistas, a Educação Infantil passou a ser reconhecida como a primeira etapa da Educação Básica.

Portanto, torna-se importante a conscientização alimentar, pois, atualmente, existem verbas para as refeições nas escolas e secretarias que gerenciam essa movimentação de alimentos, com cardápios balanceados e nutritivos. Mas, em contrapartida, vivemos outra realidade, como o desperdício, por parte das crianças, desses alimentos oferecidos. Para desenvolver, então, esta conscientização e uma mudança de hábitos, é que este Plano de Ação foi desenvolvido.

2.2 Alimentação e cultura

Em nosso trabalho, consideramos que a alimentação é um ato social e cultural, que difere conforme a localidade e os hábitos culturais das sociedades nas quais os sujeitos se inserem. Desse modo, as formas de alimentação culturalmente estabelecidas são internalizadas ao longo do processo de desenvolvimento dos sujeitos. Para Vygotsky (1988), conforme cita Oliveira (1997), esse processo é ao mesmo tempo social e individual, cultural e biológico.

Dessa forma, as pessoas aprendem e se desenvolvem na relação com o outro, pela e através da linguagem. Afinal, estamos constantemente cercados por múltiplos mediadores semióticos que nos possibilitam acessar diferentes tipos de conhecimento.

Partimos da premissa de que a cultura relaciona-se às práticas sociais construídas historicamente pelas pessoas de uma comunidade, aos significados e sentidos atribuídos a essas práticas, que são necessários à interpretação de vivências socioculturais e à orientação de seu comportamento, bem como ao caráter constituinte da atividade humana. Dessa maneira, podemos também utilizar esse conceito no plural, pois cultura refere-se aos modos de um povo, de um grupo ou de uma comunidade; significa fazer, ser, sentir e estar no mundo.

À medida em que a criança cresce, ela vai entendendo a importância da alimentação e das suas diferentes possibilidades no contexto social que envolve aspectos culturais, sociais e afetivos, e vai muito além do valor nutricional, perpassando pelo cuidado durante o preparo e pela apresentação do prato.

Nesse sentido, a aprendizagem nutricional está totalmente ligada à cultura e à formação de hábitos sociais. Segundo Vygotsky (1988 apud Oliveira 1997), a

aprendizagem das crianças inicia-se muito antes delas entrarem para escola. Toda situação de aprendizado enfrentada pela criança possui conhecimento prévio conquistado durante seu desenvolvimento.

Considerando-se que é através da interação que a criança aprende, a presença do adulto na sua formação alimentar faz-se necessária. Por isso, é muito importante que durante os momentos de refeição a criança tenha a companhia de outras pessoas para que aprenda a se comportar e realizar as refeições de uma forma socialmente aceita e valorizada pelos indivíduos que a cercam.

Dentro desse contexto, o Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil (RCNE – 2016), elaborado pelo Ministério da Educação (MEC), tem como objetivo contribuir para a construção dos objetivos, conteúdos e orientações didáticas para os professores que atuam com as crianças de zero a cinco anos, respeitando suas vivências, cultura e religião e enfatizando a importância de se preocupar com a alimentação servida nas escolas. Portanto, é dever da escola implementar medidas educativas que possam contribuir para a formação de hábitos saudáveis.

Como corrobora Silveira (2015), os professores exercem influência sobre as crianças e são vistos como modelo. A posição que ocupam influencia a formação de hábitos, tanto adequados e saudáveis, quanto também inadequados e prejudiciais. Se faz necessário, portanto, que a escola tome ciência da realidade nutricional das crianças de forma a contribuir para que as mesmas tenham uma formação integral, atendendo a todas as suas necessidades.

A escola tem hoje um papel social na formação de novos hábitos ou na mudança de hábitos já formados. A escola tem também a possibilidade de executar projetos voltados para área da alimentação saudável, uma vez que o espaço escolar oportuniza a concretização de iniciativas de promoção à saúde, estimulando o desenvolvimento de hábitos saudáveis, facilitando as condições de se ampliar a autoestima e o incentivo a hábitos de uma vida saudável, criando projetos em que escola e comunidade possam participar.

Pensar a alimentação como função social torna ainda mais relevante e significativo o trabalho dessa temática dentro da escola, uma vez que a escola tem o papel de promover a formação integral das crianças.

A escola é o lugar social, propício e privilegiado para a aprendizagem, pois os hábitos alimentares precisam ser ensinados. Nosso trabalho é preventivo e abrange de forma interdisciplinar diversas linguagens, temas geradores e centros de interesse alargando o campo de aprendizagem das crianças, contemplando, assim, as diversas áreas do desenvolvimento infantil psicomotor, afetivo, cognitivo, social e cultural. Portanto, o desenvolvimento de experiências educativas não deve se restringir apenas à sala de aula.

Corroborando com o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (2012) a educação alimentar e nutricional é um campo de conhecimento.

Professores e educadores são mediadores da ação das crianças, ajudando-as a refletirem sobre as escolhas que fazem, sobre outras possibilidades, possíveis resultados e diversas maneiras de agir. Nesse momento, a reflexão e discurso sobre o lugar onde são protagonistas do seu processo de aprendizagem, efetivando-as como sujeitos do próprio processo de conhecimento.

Sendo assim, o processo de ensino e aprendizagem deve ser construído tomando como ponto de partida o engajamento de todos, deixando a criança exercer seu protagonismo diante das interações, que exerce papel relevante auxiliando a formação de hábitos saudáveis. A escola é o segundo espaço social em que a criança se encontra, recebendo forte influência do ambiente, dos colegas e dos professores, que são vistos pelas crianças como exemplo, influenciando-os em curto, médio e longo prazo. A alimentação saudável precisa ser ensinada, caso contrário, hábitos inadequados podem gerar a escolha de alimentos calóricos e pouco nutritivos e poderá comprometer também todo o desenvolvimento de aprendizagem e seu crescimento saudável. Como afirma Silveira (2015), “a prática de uma alimentação balanceada, desde a infância, favorece níveis ideais de saúde, de crescimento físico e de desenvolvimento intelectual” (SILVEIRA, 2015, p. 55).

Em razão dos motivos expostos, é essencial que a escola ofereça práticas lúdicas para conscientizar as crianças sobre os benefícios de uma alimentação balanceada e nutritiva.

3. METODOLOGIA

O estudo do tema “Alimentação saudável na Educação Infantil” busca uma abordagem qualitativa, que vem sendo apontada como a mais coerente para se desenvolver pesquisas no campo educacional. Segundo Ludke e André (1986 apud ZANETTE, 2017), a pesquisa qualitativa possui cinco características básicas: a pesquisa qualitativa tem o ambiente natural como sua fonte direta de dados e o pesquisador como seu principal instrumento; os dados coletados são predominantemente descritivos; a preocupação com o processo é muito maior do que com o produto; o significado que as pessoas dão às coisas e à sua vida são focos de atenção especial pelo pesquisador; e a análise dos dados tende a seguir um processo.

Diante dessa proposta, optou-se pelo desenvolvimento do projeto de intervenção com as turmas de 1 a 5 anos da Educação Infantil. Como objetivo neste estudo, espera-se criar condições significativas de trabalho em educação alimentar e práticas pedagógicas na Educação Infantil. Para tanto, serão utilizados os seguintes instrumentos:

- Observação participante da organização do tempo e do espaço escolar durante a rotina diária das crianças no espaço escolar - A observação proporcionou a experiência direta do pesquisador com a realidade estudada. Além disso, também permitiu que o pesquisador se aproximasse mais dos sujeitos envolvidos no processo. Foi através da relação com esses sujeitos que nos apropriamos da compreensão da realidade.
- Análise da estrutura curricular da escola por meio dos documentos disponíveis, onde foi possível conhecer e buscar dados importantes da escola
- Práticas pedagógicas que oportunizassem, através do lúdico, a aquisição de novas aprendizagens A escola é um espaço privilegiado para a promoção da saúde e desempenha papel primordial na formação de valores, hábitos e estilos de vida, entre eles o da alimentação.
- A inserção de práticas para uma alimentação saudável no espaço escolar pressupõe a integração de ações em dois pontos fundamentais: ações que estimulam a adoção de hábitos alimentares saudáveis, por meio de atividades

educativas que informem e motivem escolhas individuais; e ações de apoio à adoção de práticas saudáveis por meio da parceria com a família, sobre a importância de ofertar à criança uma alimentação saudável e equilibrada, inclusive no momento do lanche escolar.

Nessa empreitada, se faz necessário ouvir também o discurso da família, uma vez que pensar em práticas para boa alimentação é pensar em construção identitária saudável.

Para referendar o Plano de Ação, o respectivo trabalho teve a duração de julho a outubro de 2019, contemplando três etapas. A primeira etapa consistiu em envolver toda a comunidade escolar sobre o tema “Alimentação Saudável”, incentivando os professores com um convite bem especial para dar o pontapé do projeto. Num segundo momento, houve abordagem sobre o tema em sala com todas as turmas de 1 a 5 anos. E, na terceira etapa, foi feito o gráfico do desperdício.

3.1. Caracterização da Escola

A EMEI Coqueiros está localizada à rua Eneida, 1485 A, no bairro Coqueiros, Regional Noroeste de Belo Horizonte. Tem capacidade de atendimento para 600 crianças de 1 a 5 anos. Foi criada dentro do Programa Primeira Escola e teve seu projeto arquitetônico pensado na lógica da criança.

A EMEI Coqueiros iniciou suas atividades em 17 de julho de 2014, atendendo crianças de 0 a 2 anos em tempo integral (de 7h às 17h20) e crianças de 3 a 5 anos em tempo parcial (manhã e tarde, nos horários de 7h às 11h20 e 13h às 17h20). Atualmente, o horário de atendimento foi modificado, conforme a legislação vigente, e todas as EMEIS que a partir de 2018 passaram a atender em tempo integral de 1 a 2 anos de 7h30 às 17h.

Atualmente o quadro de alunos da EMEI Coqueiros é composto por um total de 581 crianças, sendo 330 meninos e 251 meninas. Desse modo, hoje a EMEI Coqueiros atende a 17 crianças em tempo integral, 205 crianças no turno da manhã e 360 crianças no turno da tarde.

Atualmente, a EMEI Coqueiros oferece o primeiro ciclo em horário integral (1

turma de 2 anos); em funcionamento parcial oferece 01 turma de 1 ano e 3 turmas de 3 a 4 anos (no turno tarde); no turno da manhã, a escola possui 1 turma de 1 a 2 anos.

No segundo ciclo os atendimentos parciais no turno da manhã oferecem 4 turmas de 3 a 4 anos, 2 turmas de 4 a 5 anos e 2 turmas de 5 anos; já no turno da tarde a EMEI atende 3 turmas de 3 a 4 anos, 4 turmas de 4 a 5 anos e 3 turmas de 5 anos.

Percebe-se que, conforme a declaração durante as anamneses das turmas, de acordo com a renda familiar, a maioria das crianças pertence à classe média baixa e se dividem entre as religiões católica, evangélica e espírita.

Quanto ao quadro de profissionais da escola, conta-se com 1 diretora, 1 vice-diretora, 1 coordenadora pedagógica geral, 1 coordenadora no turno da manhã, 1 coordenadora no turno da tarde, 1 secretária, 50 professores efetivos, 05 professores em extensão de jornada, 03 Auxiliares de Apoio para Educação Infantil, 05 Auxiliares de Apoio à Inclusão e 13 funcionários da Caixa Escolar (auxiliares de serviços gerais, cantineiras e porteiros).

A relação de professores por aluno segue a legislação vigente: nas turmas de 1 a 2 anos a EMEI conta com 1 professora para 12 alunos; nas turmas de 2 a 3 anos tem 1 professora para 17 alunos; nas turmas de 3 a 4 anos e de 4 a 5 anos tem 1 professora para 20 alunos e, nas turmas de 5 anos, a EMEI tem uma professora para 25 alunos. É importante lembrar que esse número é de professoras referência e, para preservar o horário de planejamento do corpo docente, conta-se também com as professoras de projeto, conforme o cálculo da Prefeitura de Belo Horizonte.

Sabe-se que as construções escolares tradicionalmente seguem um Programa de Necessidades previamente estabelecido pelas Secretarias de Educação. A construção da unidade de Educação Infantil demanda planejamento e envolve os estudos de viabilidade, definição das características ambientais e a elaboração do projeto arquitetônico, incluindo o projeto executivo, o detalhamento técnico e as especificações de materiais e acabamentos.

O espaço físico da EMEI Coqueiros é constituído por um prédio composto por onze salas de aula permanentes, também denominadas salas de atividades. Observa-se que as salas destinadas ao ensino são adequadas, ventiladas, com o

mobiliário novo, respeitando-se a altura das crianças, permitindo maior autonomia e independência, favorecendo o processo de desenvolvimento a partir de sua interação com o meio físico. Todas as salas têm um cantinho de leitura próprio, estantes com brinquedos de construção, jogos educativos e simbólicos, material escolar coletivo; algumas têm um espelho na parede, o que possibilita o trabalho com esquema corporal e identidade. É importante ressaltar que, apesar da preocupação com a acústica das salas, percebe-se que ainda assim ocorre a captação de muitos ruídos externos.

Dentre essas salas de aula, a princípio destinou-se um espaço diferenciado para o antigo berçário, onde é feita higiene e o banho das crianças de forma segura e prazerosa. Porém, no ano de 2018, por determinação da SMED (Secretaria Municipal de Educação) a EMEI Coqueiros, bem como outras EMEIs de Belo Horizonte, não atendem mais as crianças na faixa etária de 0 a 1 ano, sendo o espaço do berçário destinado ao atendimento de duas salas de integral 1 de 1 a 2 anos e a outra de 2 a 3 anos, ambas compostas, em sua maioria, por alunos veteranos.

A EMEI Coqueiros também possui uma cozinha, local reservado para o preparo de alimentos, atendendo às condições exigidas e aos cardápios pré-estabelecidos.

É importante lembrar que, para garantir a acessibilidade universal, a EMEI Coqueiros possui elevador e espaços pensados com dimensões acessíveis a todas as dependências da escola, tanto na área interna como na externa, favorecendo condições e possibilidades de alcance a todas as pessoas, para a utilização com segurança, acessibilidade e autonomia.

No espaço externo da escola localiza-se o parquinho e o anfiteatro, com uma extensa área para lazer, espaço gramado que propicia maior segurança durante as mais variadas atividades e brincadeiras realizadas.

Há também uma horta, onde é possível o acesso e a observação das crianças. A EMEI Coqueiros possui ainda um pomar com variedades de frutas (mamoeiro, parreira, mangueira, limoeiro, pitangueira, maracujazeiro, aceroleira, jaticabeira e amoreira) favorecendo o fazer e o saber coletivos. Inclui-se, ainda, na área externa, um estacionamento para veículos dos professores e funcionários.

Para ter-se um ambiente escolar agradável, observa-se uma preocupação constante com a sua estrutura física, com a conservação das suas dependências e dos diferentes espaços nos quais professores e comunidade podem ocupá-los e frequentá-los de forma lúdica, alegre, científica e pedagógica. Diante desta observação, nota-se que esses aspectos atendem, da melhor forma possível, às necessidades educacionais e sociais de seus atores. Ressalta-se que a escola não pode fazer nenhuma mudança em sua estrutura sem a autorização da Secretaria Municipal de Educação.

A EMEI Coqueiros atende também os bairros vizinhos: Glória, Novo Glória, São Salvador e Pindorama. Estes bairros são de classe média baixa e suas ruas são urbanizadas (asfalto/calçamento), possuem água encanada, energia elétrica, lixo coletado e a maioria possui telefone celular de onde muitas vezes acessam a internet.

Por se tratar de uma região residencial, percebe-se que a região possui comércio diversificado com farmácias, mercados, açougue, lojas de material de construção e pequenas lojinhas de miudezas em geral onde são feitas as compras.

No bairro não encontramos praças e nem parquinhos, o que restringe o acesso das crianças a espaços de lazer e que vem reforçar a fala dos pais durante as anamneses, onde afirmam que, geralmente após a escola, as crianças vão para casa brincar sozinhas ou com seus irmãos e familiares de boneca, carrinho, bola no quintal, vídeo game, cabaninha e assistir a desenhos animados.

Nas entrevistas com os pais, observa-se também que grande parte das crianças mora próximo à escola, em casa própria ou alugada. Desse modo, o trajeto das crianças para escola, em sua maioria, é feito a pé; observa-se que o aluno chega à escola acompanhado de seus pais ou familiares e percebe-se, ainda, que algumas crianças utilizam o transporte escolar e poucas vão em carros particulares.

A comunidade é presente na rotina da EMEI Coqueiros, participando das reuniões e eventos e demonstrando interesse nos trabalhos pedagógicos desenvolvidos. A EMEI Coqueiros é uma unidade demandada pela comunidade, que lutou e acompanhou a sua construção fazendo-se presente em todos os momentos.

As mudanças que realçam o desemprego e os trabalhos temporários tiram de muitas famílias a segurança e a possibilidade de acompanhamento do cotidiano das

crianças. A marca desse tempo destaca a vida em famílias muito jovens, formadas principalmente pela presença feminina e que, ao mesmo tempo, precisa trabalhar.

A maioria das famílias é de classe média baixa e baixa, de acordo com a renda declarada pelos pais ou responsáveis. Os mesmos trabalham em profissões como: atendente, operador de caixa, auxiliar administrativo, manicure, pedreiro, vigilante, cabeleireiro, enfermeiro, embalador, vendedora, doméstica, cozinheiro e outras.

No bairro há um Centro de Saúde, o C.S. Glória; casos de urgência e emergência são atendidos no hospital mais próximo, o Hospital Alberto Cavalcante.

As crianças da EMEI Coqueiros são sujeitos de direitos consideradas em suas fases de desenvolvimento, com direito à educação. São seres de cultura, curiosas, interessadas, competentes, criativas e abertas a interações. São também autônomas, independentes dentro de suas capacidades, inteligentes e cheias de vontade; são afetivas e, como qualquer criança, poderão demandar atenção individualizada. São também participativas e questionadoras.

3.2. Descrição das atividades

Muitas atividades foram realizadas durante os meses de julho a outubro de 2019 com o objetivo de se estimular os hábitos de uma alimentação saudável nas crianças da EMEI Coqueiros.

A primeira etapa do trabalho iniciou-se com um convite aos professores para a participação e o envolvimento no projeto. Durante os encontros com a coordenadora pedagógica geral, foi exposta a intervenção sobre o tema alimentação saudável, que seria feita com todas as turmas de 1 a 5 anos. Para incentivar os professores da EMEI Coqueiros a se engajarem no projeto foi servido, na sala dos professores, um lanche saudável como convite.

Figura 1: Lanche dos professores



Fonte: Fotografia da autora (2019)

A participação de todos os professores foi muito boa, no entanto, ainda se faz necessário um olhar mais atencioso para alguns professores, pois os mesmos alimentam-se de pé e gritam o tempo todo no refeitório no dia a dia da EMEI Coqueiros.

A segunda etapa consistiu numa visita a todas as salas de aula para falar sobre a alimentação e o desperdício durante as refeições. Nas turmas de 1 a 3 anos foi contada a história “João que não gostava de comer”, com todas as crianças no hall de entrada; foi feito também um teatro de fantoches.

Figura 2: Contação de história



Fonte: Fotografia da autora (2019)

A terceira etapa aconteceu nas salas de 4 e 5 anos, com uma conversa com as crianças sobre alimentação saudável e várias outras ações que serão detalhadas a seguir:

- Visita à horta da escola e construção de um minhocário (local onde se criam minhocas) para a produção de fertilizantes;
- Paralelamente ao trabalho com a história da África e cultura africana, foi feito também um trabalho com o café, no qual o fruto foi apresentado às crianças. Elas puderam pegar no fruto, sentir seu cheiro e seu gosto, porém, nenhuma delas conseguiu, a princípio, identificar o que era. Depois foi apresentada também a muda do pé de café e o café torrado e, somente aí, é que as crianças, pelo cheiro, identificaram que o fruto era o café. Então, o café moído foi mostrado e foi também coado um café para os alunos.

Figura 3: Visita à horta



Fonte: Fotografia da autora (2019)

Também foi feito um trabalho diário contra o desperdício de alimentos durante as refeições. Cada turma recebeu um pote onde, todos os dias, eram colocadas as sobras dos pratos das crianças. Um representante da turma era responsável por pesar o conteúdo do pote e conversar com o restante da turma sobre o resultado. Por sua vez, estes resultados eram colocados em um cartaz em forma de gráfico: se a turma tivesse 0 gramas de desperdício, ganhava duas barrinhas no gráfico; se tivesse 30 gramas ou menos, ganhava uma barrinha; e, se tivesse mais de 30 gramas de desperdício, não ganhava barrinhas. Todos os potes foram nomeados com os nomes das turmas.

O gráfico ficou exposto no hall de entrada da escola e os alunos visualizavam diariamente a evolução das turmas. Orientados pela autora do presente trabalho, os representantes de cada turma colavam suas próprias barrinhas no gráfico.

Figura 4: Gráfico do desperdício



Fonte: Fotografia da autora (2019)

Durante as refeições na cantina da escola, também foram feitas, várias vezes, a apresentação dos alimentos crus ou *in natura* para as crianças (de 1 a 5 anos) que, em sua maioria, só conhecia os alimentos prontos. Nestes momentos, também foi explorado a origem dos alimentos.

4. ANÁLISE DOS RESULTADOS

Em todo o tempo de desenvolvimento do presente Plano de Ação, pode-se perceber o grande interesse e envolvimento das crianças. Percebe-se que a participação direta dos alunos nas atividades e projetos desenvolvidos pela escola gera a produção de conhecimento e a efetivação da aprendizagem. Conforme afirma Vygotsky (1988 apud OLIVEIRA 1997),

qualquer modalidade de interação social, quando integrada num contexto realmente voltado para a promoção da aprendizagem e do desenvolvimento, poderia ser utilizada, portanto, de forma produtiva na situação escolar (OLIVEIRA, 1997, p. 64).

A construção do gráfico do desperdício provocou um envolvimento tão grande das crianças e dos professores que, ao final do desenvolvimento deste Plano de Ação, em outubro de 2019, o desperdício da escola foi reduzido em 80%. Este fato chamou a atenção da nutricionista da Prefeitura de Belo Horizonte que acompanha a escola e a autora deste trabalho foi, inclusive, convidada a participar de um congresso sobre saúde e alimentação, apresentando que é possível, com atividades pedagógicas e o envolvimento da equipe pedagógica, ter o mínimo de desperdício de alimentos.

Uma outra conquista alcançada a partir do desenvolvimento deste Plano de Ação foi também o aumento do número de crianças se alimentando de maneira adequada e em quantidade suficiente (uma vez que, no início do projeto, as crianças enchiam seus pratos e não conseguiam comer tudo). Com o desenvolvimento deste projeto, até mesmo as crianças de 3 anos passaram a se servirem sozinhas no *self serviceda* escola.

É necessário ressaltar também que o envolvimento de toda a equipe na execução do projeto também é de grande importância. Uma equipe que trabalha em conjunto em prol de um mesmo objetivo consegue atingir os objetivos propostos e realizar um trabalho com êxito.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As crianças da Educação Infantil necessitam de energia e nutrientes para terem um crescimento e um desenvolvimento saudável. E, para isso, necessitam muito de uma alimentação adequada e balanceada.

Como, atualmente, as crianças têm passado a maior parte do tempo no ambiente escolar, a qualidade da merenda oferecida aos pequeninos é essencial. Por isso, conforme afirma Silveira (2015), “é dever da escola, da diretoria e dos educadores estabelecer e implementar medidas educativas, que possam influenciar os alunos e contribuir para a formação de hábitos alimentares saudáveis” (SILVEIRA, 2015, p. 56).

O objetivo principal de demonstrar a importância da alimentação por si só na Educação Infantil foi alcançado. Não era pretensão esgotar o assunto, mas jogar luz sobre o assunto de modo a produzir mais debates e estudos acadêmicos. Ao desenvolver este Plano de Ação, foi possível perceber a importância do trabalho desenvolvido na escola em relação à criação de hábitos saudáveis relacionados à alimentação, hábitos estes que as crianças praticam não somente no ambiente escolar, mas que também adotam em seus lares.

Espera-se, com a realização deste trabalho, que não somente as escolas de Educação Infantil, mas todas as escolas que desejarem, promovam ações que incentivem a alimentação saudável e, conseqüentemente, também promovam a saúde de nossas crianças.

REFERÊNCIAS

BELO HORIZONTE. **Lei orgânica do município de Belo Horizonte/MG**. Belo Horizonte, 21 de março de 1990. Disponível em: http://www.dhnet.org.br/direitos/municipais/a_pdf/lei_organica_mg_belo_horizonte.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

BELO HORIZONTE. **Lei nº 11.132**. Estabelece a autonomia das Unidades Municipais de Educação Infanti – Umeis, transformando-as em Escolas Municipais de Educação Infantil – Emeis [...]. Lei nº 11.132, de 18 de setembro de 2018. Disponível em: <https://leismunicipais.com.br/a/mg/b/belo-horizonte/lei-ordinaria/2018/1113/11132/lei-ordinaria-n-11132-2018-estabelece-a-autonomia-das-unidades-municipais-de-educacao-infantil-umeis-transformando-as-em-escolas-municipais-de-educacao-infantil-em-emeis-cria-o-cargo-comissionado-de-diretor-de-emei-as-funcoes-publicas-comissionadas-de-vice-diretor-de-emei-e-de-coordenador-pedagogico-geral-o-cargo-comissionado-de-secretario-escolar-os-cargos-publicos-de-bibliotecario-escolar-e-de-assistente-administrativo-educacional-e-da-outras-providencias>. Acesso em 10 nov. 2019.

BELO HORIZONTE. **Lei nº 11.159**. Concede reajustes remuneratórios aos servidores da carreira de Educação do Poder Executivo. Lei nº 11.159, de 18 de fevereiro de 2019. Disponível em: <https://leismunicipais.com.br/a/mg/b/belo-horizonte/lei-ordinaria/2019/1115/11159/lei-ordinaria-n-11159-2019-concede-reajustes-remuneratorios-aos-servidores-da-carreira-a-de-educacao-do-poder-executivo>. Acesso em 10 nov. 2019.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF: Presidência da República. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em 10 nov. 2019.

BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/8069.htm. Acesso em 10 nov. 2019.

BRASIL. **Resolução CEB 1/99**. Diário Oficial da União, Brasília, 13 de abril de 1999. Seção 1, p. 18. RESOLUÇÃO CEB Nº 1, DE 7 DE ABRIL DE 1999. Institui as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/resolucao_ceb_0199.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Lei número 9394, 20 de dezembro de 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. **Lei 13.666** . Altera a Lei nº 9394, de 20 de dezembro de 1996, para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Disponível em: <https://presrepublica.jusbrasil.com.br/legislacao/579122422/lei-13666-18>. Acesso em: 10 de nov. 2019.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial curricular nacional para a educação infantil** / Ministério da Educação e do Desporto, Secretaria de Educação Fundamental. — Brasília: MEC/SEF, 1998. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/rcnei_vol1.pdf. Acesso em: 11 nov. 2019.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. — Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. Disponível em: http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf. Acesso em: 11 nov. 2019.

OLIVEIRA, Marta Kohl de. **Vygotsky**: aprendizado e desenvolvimento: um processo sócio-histórico. São Paulo: Scipione, 1997.

SILVEIRA, Maria das Graças Garcez. **Alimentação do pré-escolar e escolar**: sugestões para a merenda escolar, dicas para o preparo da lancheira, prevenção da obesidade. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

ZANETTE, Marcos Suel. Pesquisa qualitativa no campo da Educação no Brasil. **Educar em Revista**. Curitiba, Brasil, nº 65, p. 149-166, jul./set. 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/er/n65/0104-4060-er-65-00149.pdf>. Acesso em 10 nov. 2019.

JOÃOZINHO, O MENINO QUE NÃO COMIA

Publicado em 05 de Abril de 2014 por **Luiz Corrêa**

Joãozinho, o Menino que Não Comia

Joãozinho era uma criança como todas as outras de sua idade, gostava de brincar com os amigos, jogar futebol e de ir para a escola. Só havia uma coisa que Joãozinho realmente não gostava de fazer: comer.

Na hora do café, do almoço ou do jantar era sempre a mesma ladainha para fazer Joãozinho se alimentar.

Mamãe dizia: - “Vamos, meu filho, vamos comer, porque se quiser ficar forte e bonito quando crescer, precisa se alimentar bem”, ou “saco vazio não para em pé” e ainda “Qualquer dia vai parar no Hospital, Joãozinho!”.

De nada adiantavam os apelos da mamãe; Joãozinho comia quase nada, nada ou nadinha...todos os dias.

E sempre havia uma desculpa: - “Mamãe, a comida está fria”, “o café com leite só tem leite”, “Estou com dor de barriga...ai, ai, ai!”. Quando não tinha mais desculpas para dar, dizia simplesmente: - “Não estou com fome”.

No seu prato nunca se via uma verdurinha; e na hora do lanche nunca houve uma frutinha. Era o prato mais vazio e descolorido da face da Terra: um punhadinho de arroz e nada de feijão, um bocadinho de batata e nem pensar em macarrão; nem alface, nem tomate, e tampouco agrião...

E, a cada dia, Joãozinho ficava mais e mais fraquinho.

Certo dia, Zezinho, seu vizinho e melhor amigo quis brincar com Joãozinho.

- Joãozinho! Chamou Zezinho, - Vamos brincar de subir em árvore?

- Vamos, respondeu Joãozinho; e lá foram eles escalar a goiabeira, aquela mesma que Joãozinho já havia escalado diversas vezes.

Lá de cima Zezinho gritou: - Vem, João! – Não consigo não, lá de baixo, respondeu seu amigo - estou fraquinho, fraquinho...

Se subir na árvore não dava, então convidou Pedro para uma pelada. No campinho do bairro, Joãozinho era o artilheiro, e Pedro sempre foi o goleiro.

- Chuta! gritou Pedro.

- Lá vai, respondeu Joãozinho. E correu para a bola com as pernas bambeando, quase cambaleando, para dar um chute que mais pareceu um peteleco. A bola foi devagarinho e nem mesmo chegou às mãos do goleiro.

- Bota força nisso! disse o amigo; mas força era algo que Joãozinho não tinha mais. Nunca havia dado um chute tão fraquinho, logo ele, que era o principal jogador do time do bairro.

Na escola não foi diferente: a taboada, que estava na ponta da língua, tinha sido esquecida e, na hora de estudar, a dificuldade foi ainda maior, pois de nada conseguia se lembrar.

Joãozinho, contudo, era um menino inteligente; logo descobriu qual era o remédio que curaria a sua fraqueza e esquecimento.

Foi logo para casa e pediu comida saudável. Mamãe ficou muito feliz com surpresa tão agradável e veio logo com um prato bem farto e colorido: havia carne, arroz e feijão; e ainda tomate, alface, brócolis e agrião.

Desse dia em diante, Joãozinho foi de novo o artilheiro, escalou a goiabeira e nunca mais esqueceu a lição, principalmente aquela que lhe ensinou sua mãe.

Fim