

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS

ESCOLA DE ENFERMAGEM

ROSÂNGELA DE FÁTIMA CAETANO

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO FERRAMENTA DE
INTERVENÇÃO PARA UMA CRECHE EM CONTAGEM, MINAS GERAIS**

BELO HORIZONTE
2020

ROSÂNGELA DE FÁTIMA CAETANO

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO FERRAMENTA DE INTERVENÇÃO PARA UMA CRECHE EM CONTAGEM, MINAS GERAIS

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Especialização em Formação de Educadores em Saúde – CEFES -, da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do título de Especialista.

Orientadora: Carla Lucia Goulart Constant Alcoforado

BELO HORIZONTE
2020

Caetano, Rosângela de Fátima.
C128e Educação alimentar e nutricional como ferramenta de intervenção para uma creche em Contagem Minas Gerais [recursos eletrônicos]. / Rosângela de Fátima Caetano. -- Belo Horizonte: 2020.
42f.: il.
Formato: PDF.
Requisitos do Sistema: Adobe Digital Editions.

Orientador(a): Carla Lucia Goulart Constant Alcoforado.
Area de concentração: Formação de Educadores.
Monografia (Especialização): Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem.

1. Educação Alimentar e Nutricional. 2. Estudos de Intervenção. 3. Alimentação Escolar. 4. Comportamento Alimentar. 5. Promoção da Saúde. 6. Dissertações Acadêmicas. I. Alcoforado, Carla Lucia Goulart Constant. II. Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem. III. Título.

NLM: WS 120

Bibliotecário responsável: Fabian Rodrigo dos Santos CRB-6/2897



**Universidade Federal de Minas
Gerais Escola de Enfermagem
Curso de Especialização Enfermagem em Estomaterapia**

Monografia intitulada "EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO FERRAMENTA DE INTERVENÇÃO PARA UMA CRECHE EM CONTAGEM, MINAS GERAIS" da aluna ROSÂNGELA DE FÁTIMA CAETANO, apresentada a banca examinadora do Curso de Especialização em Formação de Educadores em Saúde para obtenção de Título de Especialista.

Aprovada em 22 de abril de 2020, pela banca constituída pelos Membros.

Carla Lucia Goulart Constant Alcoforado

Orientador (a): Profª Drª Carla Lucia Goulart Constant Alcoforado
Escola de Enfermagem - UFMG

Selme Silqueira de Matos

Profª. Drª. Selme Silqueira de Matos
Coordenadora do CEECE

Dedico a minha família, namorado, amigos e mestres que fizeram parte da jornada de estudo e que de alguma forma acreditaram na realização dos meus sonhos.

AGRADECIMENTOS

Acima de tudo agradeço à Deus por mais essa realização.

A minha família, principalmente os meus amados filhos, pelo carinho permanente, a compreensão e estímulo ao longo dessa etapa. Obrigada por acreditarem no meu potencial e apoiarem minhas escolhas, vocês são incríveis.

A toda equipe de professores da Escola de Enfermagem do Curso de Especialização em Formação em Educadores em Saúde que tanto contribuíram para a minha formação. Em especial, a minha orientadora TCC Carla Lucia Goulart Constant Alcoforado, pelo acolhimento em um momento delicado. Obrigada, vocês foram fundamentais.

A todos os colegas da universidade pelo convívio, mesmo somente no momento presencial, pelas trocas de experiências, pelos questionamentos proferidos, pela dedicação ao redigir e apresentar trabalhos. Obrigada, eu aprendi muito com vocês.

E a todos os amigos que de alguma forma contribuíram para efetivação desse trabalho, com incentivo constante e por acreditar sempre na minha capacidade, me fazendo refletir e encontrar minhas próprias respostas.

“Para realizar grandes conquistas, devemos não apenas agir, mas também sonhar; não apenas planejar, mas também acreditar”.

Antolhe France

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO FERRAMENTA DE INTERVENÇÃO PARA UMA CRECHE EM CONTAGEM, MINAS GERAIS

RESUMO

As práticas alimentares são fundamentais ao longo da vida humana, em particular desde a infância. As crianças são mais receptivas aos novos conhecimentos, onde o seu comportamento alimentar é influenciado por diversos fatores, desde o convívio familiar ao escolar. A alimentação adequada no ambiente escolar garante bem-estar, ânimo, atenção e facilidade para aprender, além de contribuir para uma boa qualidade de vida. O projeto terá como objetivo desenvolver estratégias de intervenção, através de atividades pedagógicas para promoção de hábitos alimentares saudáveis com as crianças na faixa etária de 1 a 5 anos, em uma instituição filantrópica na cidade de Contagem, Minas Gerais. A Educação Alimentar e Nutricional é um instrumento de promoção da saúde através da construção de bons hábitos alimentares adquiridos principalmente na idade escolar. Com isso, ações educacionais e corretivas que promovam a criação dessa conscientização são altamente eficazes. O processo metodológico será ministrado através de encontros de aproximadamente 50 minutos, duas vezes por semana, posteriormente, será realizado atividades lúdicas e oficinas de nutrição, correspondentes aos temas de cada encontro. Para um melhor aproveitamento e entendimento, o projeto será dividido em 6 etapas a saber: 1ª - Etapa - Realizada a partir de 2019, ajuste e adequação do cardápio preconizado pelo PNAE para a instituição; 2ª Etapa – A partir de 2020, convocação dos pais para roda de conversa, tema abordado “Pirâmide Alimentar e Alimentação Saudável na Infância”; 3ª Etapa – Avaliação antropométrica de todas as crianças assistidas pela instituição; 4ª Etapa - Elaboração de ações de educação alimentar e nutricional através de atividades lúdicas, para promover a alimentação saudável, a ser realizada com as crianças de 1 à 5 anos; 5ª Etapa – Oficina de Nutrição, atividade a ser realizada com crianças de 5 anos. Com as crianças de 5 anos será trabalhado também a Pirâmide Alimentar. Espera-se com essas ações, promover a melhoria do estado nutricional através da Educação Alimentar e Nutricional, que irá permitir consolidar os novos hábitos alimentares.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional, Estratégias de Intervenção, Alimentação Escolar.

ABSTRACT

Eating practices are fundamental throughout human life, particularly since childhood. Children are more receptive to new knowledge, where their eating behavior is influenced by several factors, from family life to school. Adequate food in the school environment ensures well-being, encouragement, attention and ease of learning, in addition to contributing to a good quality of life. The project will aim to develop intervention strategies, through pedagogical activities to promote healthy eating habits with children aged 1 to 5 years, in a philanthropic institution in the city of Contagem, Minas Gerais. Food and Nutrition Education is an instrument to promote health through the construction of good eating habits acquired mainly at school age. Thus, educational and corrective actions that promote the creation of this awareness are highly effective. The methodological process will be conducted through meetings of approximately 50 minutes, twice a week, afterwards, recreational activities and nutrition workshops will be held, corresponding to the themes of each meeting. For a better use and understanding, the project will be divided into 6 stages, namely: 1st - Stage - Held from 2019, adjustment and adaptation of the menu recommended by the PNAE for the institution; 2nd Stage - Starting in 2020, the parents were invited to a conversation, a topic addressed in the “Food Pyramid and Healthy Eating in Childhood”; 3rd Stage - Anthropometric assessment of all children assisted by the institution; 4th Stage - Elaboration of food and nutrition education actions through recreational activities, to promote healthy eating, to be carried out with children from 1 to 5 years old; 5th Stage - Nutrition Workshop, an activity to be carried out with children aged 5 years. The Food Pyramid will also be worked with children aged 5. These actions are expected to promote the improvement of nutritional status through Food and Nutrition Education, which will allow the consolidation of new eating habits.

Keywords: Food and Nutrition Education, Intervention Strategies, School Feeding.

Sumário

1	INTRODUÇÃO	10
2	OBJETIVOS	14
2.1	Objetivo geral	14
2.1.1	Objetivos Específicos	14
3	CONTEXTUALIZAÇÃO	15
3.1	Fraternidade Espírita Irmão Glacus (FEIG)	15
3.2	O Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso.....	15
5	METODOLOGIA.....	19
5.6	Etapas do Projeto	21
6	RECURSOS NECESSÁRIOS.....	26
7	RESULTADOS ESPERADOS	29
8	APÊNDICE	30
	Apêndice A.....	30
9	ANEXOS	34
	ANEXO A	34
10	REFERÊNCIA	36

1 INTRODUÇÃO

A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis (BRASIL, 2014).

É fundamental para assegurar um bom desenvolvimento físico e mental, principalmente para garantir uma boa saúde e precaver doenças como anemia, desnutrição e obesidade. Requer uma combinação de alimentos que ofereçam proteínas, carboidratos, sais minerais, vitaminas, açúcares e gorduras, buscando variar cada grupo para assegurar os benefícios de todos os nutrientes disponíveis (DUTRA, 2007).

Neste sentido, além da ingestão de uma variedade de alimentos (cereais, leite e derivados, carnes, pão, massas, frutas, legumes e vegetais), também é necessária a ingestão de muito líquido, a limitação do consumo de alimentos ricos em açúcar, gordura e colesterol, o controle de bebidas alcoólicas, chá, café e outras bebidas que contenha cafeína, diminuição da quantidade de sal (sódio) nos alimentos, e controle do peso (VILAR, 2002).

Alimentação saudável é um dos fatores predominantes para a saúde, pois o ser humano é constituído por aquilo que come. O sangue, nervos, músculos, todas as células são constituídas e renovadas de acordo com o que se ingere (FREITAS, 2002).

Assim, as práticas alimentares são fundamentais ao longo da vida humana, em particular desde a infância. As crianças são mais receptivas aos novos conhecimentos, e o seu comportamento alimentar é influenciado por diversos fatores, desde o convívio familiar ao escolar (BORGES *et.al*, 2015).

Os primeiros anos de vida se configuram em um período de intenso crescimento e desenvolvimento, sendo, portanto, uma fase dependente de vários estímulos para garantir que as crianças cresçam de forma saudável. As práticas alimentares inadequadas nos primeiros anos de vida estão intimamente relacionadas à morbimortalidade em crianças, representada por doenças infecciosas, afecções respiratórias, cárie dental, desnutrição, excesso de peso e carências específicas de micronutrientes como de ferro, zinco e vitamina A (BRASIL, 2015).

Na idade pré-escolar as crianças apresentam um período de alta vulnerabilidade e susceptibilidade à má nutrição. Nesta fase, as carências nutricionais levam a um crescimento

deficiente, aumento do risco de infecções; alterações no processo de maturação do sistema nervoso e no desenvolvimento mental e intelectual, provocando desequilíbrios funcionais (CARMO, 2013).

De acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) define-se pré-escola, como a principal etapa de desenvolvimento integral até seis anos de idade, em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social, parte integrante da família e da sociedade (SOUZA *et. al.*, 2019).

De acordo com Mainardi (2005) à medida que a criança passa a frequentar a escola e a conviver com outros educandos, ela diversificará seus conhecimentos sobre outros tipos de alimentos, preparações e receberá influências em seus hábitos.

Neste sentido, as escolas, em todas as etapas de ensino, são importantes parceiras na promoção da alimentação adequada e saudável, bem como na promoção da saúde em geral, oferecendo aos educandos uma rotina, importante para o estabelecimento de hábitos saudáveis. Além disso, para muitos deles, é o local onde realizam as principais refeições do dia (BRASIL, 2015).

Muitas vezes, a falta de recursos financeiros é o maior obstáculo a uma alimentação correta, também é fato que ações de orientações e educativas têm um papel importante no combate a males como a desnutrição e obesidade. Ao chamar atenção de crianças e adolescentes para os benefícios de uma alimentação equilibrada, a escola dá a sua contribuição para tornar mais saudável a comunidade em que se insere (CONSEA, 2004, p. 81).

A educação e saúde possuem um importante papel para o desenvolvimento de ações direcionadas a promoção de saúde e qualidade de vida, pois é nesse período que as crianças passam pelo processo de maturação biológica para seu desenvolvimento (BRASIL, 2013). A Educação e Saúde nas escolas tem como finalidade proporcionar o desenvolvimento das crianças a partir de suas necessidades e problemas, levando em conta os fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais (FERNANDES *et. al.*, 2014).

A Portaria Interministerial dos Ministro da Saúde e educação nº1.010/2006 institui as Diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e de nível médio em âmbito nacional, incorporando a alimentação saudável no projeto político-pedagógico, prática que pode e deve ter função pedagógica, bem como necessidade biológica, social e cultural, de acordo com as faixas etárias e seus significados socioculturais (BRASIL, 2006).

Assim, considerando que a creche é um ambiente escolar onde as crianças permanecem em horário integral e que são realizadas cinco refeições diariamente, faz-se

necessário estimular a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas com o intuito de favorecer o desenvolvimento de ações que garantam a adoção de práticas alimentares mais saudáveis dentro e fora do ambiente escolar (BRASIL, 2015).

Desta forma, a Educação Alimentar e Nutricional é uma ferramenta de promoção da saúde através da construção de bons hábitos alimentares adquiridos principalmente na idade escolar (BRASIL, 2013). A Educação Alimentar e Nutricional se constitui em um tema amplamente discutido atualmente, pois as suas implicações podem afetar os indivíduos ao longo de toda a vida.

Pesquisas nas áreas da Saúde e Educação, têm voltado a sua atenção para o alto índice de obesidade infantil e os problemas oriundos desta para a saúde física, mental e emocional das crianças em fase de formação, seja no espaço escolar ou em outros espaços nas suas interações sociais (ONU, 2019).

De acordo com a Resolução CD/FNDE/nº 26, de 17 de junho de 2013, a qual dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), aos alunos das creches que permanecerem nas unidades escolares em período parcial, deverão ser fornecidas pelo menos 30% (trinta por cento) das suas necessidades nutricionais diárias, as quais deverão ser distribuídas em no mínimo duas refeições; para crianças das creches em período integral, no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais, distribuídas em, no mínimo, três refeições. Para os demais alunos matriculados na educação básica, em período parcial, quando ofertada uma refeição, no mínimo 20% (vinte por cento) das necessidades nutricionais diárias e quando ofertada duas ou mais refeições, no mínimo 30% (trinta por cento) das suas necessidades. Já para os alunos participantes do Programa Mais Educação e para os matriculados em escolas de tempo integral, no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais (BRASIL, 2013).

O PNAE é política de Estado vinculada ao Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação do Ministério da Educação (FNDE/MEC). Sua origem data de 1955, sendo considerado um dos maiores programas de alimentação escolar do mundo, atendendo de forma gratuita aos alunos matriculados na educação básica de escolas públicas, filantrópicas e comunitárias de todos os municípios do país (SILVA *et al*, 2018).

No âmbito do PNAE, a Educação Alimentar Nutricional (EAN) representa o conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde do escolar e a qualidade de

vida do indivíduo. Nesta perspectiva, são pressupostos das ações de EAN a promoção da oferta de alimentação saudável e adequada na escola; atividades que favoreçam hábitos alimentares regionais e culturais; ações que articulem políticas em todos os níveis, no âmbito da alimentação escolar; utilização de metodologias inovadoras para o trabalho pedagógico e desenvolvimento de tecnologias sociais voltadas para a alimentação escolar; além da utilização do alimento como ferramenta pedagógica (BRASIL, 2013).

A Lei nº 13.666/2018, de novembro de 2018, acrescenta ao artigo 26 da Lei nº 9.394/1996 (Lei de Diretrizes e Bases) que “a educação alimentar e nutricional será incluída entre os temas transversais” nos currículos da educação infantil, do ensino fundamental e do ensino médio (CFN, 2018).

Desta forma, para atender aos pressupostos das ações da EAN, o nutricionista ganha destaque na medida em que promove hábitos alimentares saudáveis, respeitando a cultura alimentar local, na perspectiva da construção da Segurança Alimentar e Nutricional (MELO *et al*, 2012). A Resolução CFN nº 465/2010, dispõe sobre a atuação do nutricionista no âmbito da alimentação escolar. É de competência do nutricionista zelar pela preservação, promoção e recuperação da saúde, alimentação e nutrição no ambiente escolar (CFN, 2010).

Este profissional é o responsável por um conjunto de ações técnicas tais como: realizar o diagnóstico e o acompanhamento do estado nutricional; planejar, elaborar, acompanhar e avaliar o cardápio da alimentação escolar, levando em consideração as necessidades alimentares específicas de crianças, adolescentes e adultos. Também deve propor e realizar ações de educação alimentar e nutricional para a comunidade escolar, planejar, orientar e supervisionar as atividades de seleção, compra, armazenamento, produção e distribuição dos alimentos, dentre outras (CFN, 2010).

A promoção de hábitos alimentares saudáveis pautada no trabalho de educação em saúde exige que o nutricionista tenha um papel atuante de educador, sendo agente e propiciador de mudanças (BOOG, 1999).

Segundo Paiva (2009) a preocupação cotidiana com a garantia do direito à alimentação segura e adequada é um dos principais focos da atuação do nutricionista. O profissional oferece uma grande contribuição social fora das paredes de um consultório ao se relacionar com recursos institucionais existentes na comunidade, no caso, escolas e creches.

Embora estudos nacionais demonstrem que as nossas crianças pré-escolares ingerem um alto percentual de doces, salgadinhos, achocolatados, refrigerantes e sucos adoçados assim introdução destes alimentos não saudáveis começam na fase de introdução da alimentação complementar, ou seja, logo após ou concomitante ao desmame do leite materno.

Sabemos que este período inicial da vida que abrange o nascimento e percorre toda a fase pré-escolar é de grande importância para a formação do hábito alimentar portanto, erros alimentares nesta fase acarretarão riscos futuros para a saúde (FERNANDES *et. al.* 2013).

Há uma oferta de alimentos cada vez menos nutritiva. Há um aumento importante do consumo de alimentos com alto teor de gorduras, gorduras saturadas, gorduras trans, sal, açúcar, sódio, conservantes, realçador de sabores e corantes. E, por outro lado, o consumo de frutas, verduras e legumes, arroz e feijão, vêm diminuindo (BRASIL, 2018)

Segundo a Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura, Food and Agriculture Organization (FAO), cerca de 30% dos alimentos produzidos no Brasil são desperdiçados, seja nos supermercados, no momento da produção ou quando são rejeitados pelos consumidores. Em Instituições Educacionais, a conscientização sobre os prejuízos do desperdício de alimentos e os benefícios com a redução dele, proporcionam uma nova visão para as crianças que estão em constante observação e aprendizado. Com isso, ações educacionais e corretivas que promovam a criação dessa conscientização são altamente eficazes para o ideal comportamento com o alimento (ANDRADE e CAMPOS, 2012).

Além dos pré-escolares, os pais, educadores e merendeiras também devem ser orientados sobre alimentação saudável. Com isso, emerge a necessidade da elaboração de ações que possam contribuir de forma efetiva para maior entendimento da importância da alimentação adequada em cada faixa etária do crescimento, juntamente com a promoção de uma alimentação saudável em um ambiente escolar.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Desenvolver estratégias de intervenção, através de atividades pedagógicas para promoção de hábitos alimentares saudáveis.

2.1.1 Objetivos Específicos

- Diagnosticar o perfil antropométrico das crianças atendidas pela instituição.
- Elaborar ações de educação nutricional com as crianças sobre alimentação saudável.
- Elaborar oficinas de preparação e degustação de alimentos saudáveis com as crianças.

- Convocar os pais ou responsável para uma roda de conversa para que haja uma aproximação e envolvimento da família no processo de Educação Alimentar e Nutricional, como forma de incentivo a alimentação saudável.
- Elaborar um novo cardápio para a instituição, atendendo as necessidades nutricionais das crianças acolhidas na creche.

3 CONTEXTUALIZAÇÃO

3.1 Fraternidade Espírita Irmão Glacus (FEIG)

Fundada em 1976, a Fraternidade Espírita Irmão Glacus, em Belo Horizonte/MG, desenvolve atividades pautadas na vivência e na divulgação do Evangelho de Jesus à luz da Doutrina Espírita. É uma instituição espírita, apolítica, sem fins lucrativos, de utilidade pública reconhecida nos âmbitos federal, estadual e municipal, que administra e mantém a Fundação Espírita Irmão Glacus, localizada em Contagem e instituída em 1990 (FEIG, 2019).

Nesta instituição, funcionam o Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso e o Colégio Espírita Professor Rubens Costa Romanelli, que embasados no lema “Evangelho e Ação”, realizam atividades voluntárias majoritariamente, onde as pessoas doam parte do seu tempo, trabalhando com ideal, disciplina, amor e boa vontade contribuindo assim, para a realização das diversas atividades na instituição. A Fraternidade sobrevive de doações e conta com a colaboração de pessoas que acreditam na sua filosofia de trabalho e responsabilidade social (FEIG, 2019).

3.2 O Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso

O Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso é uma das atividades de assistência e promoção social da Fraternidade Espírita Irmão Glacus que fica localizado na cidade de Contagem – MG (FEIG, 2019).

Instituído em fevereiro de 1992, o Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso auxilia famílias na guarda e educação de crianças com idade entre três meses e cinco anos, promovendo o desenvolvimento integral – psicológico, intelectual, moral, lúdico, nas esferas de higiene corporal, de sociabilidade e de evangelização (FEIG, 2019).

Além das aulas de educação infantil – totalmente gratuitas – as crianças recebem alimentação, acompanhamento nutricional e psicológico, atendimento odontológico

preventivo, recreação, evangelização infantil, orientação de bons hábitos, carinho, atenção e amor (FEIG, 2019).

O CEI é parte do trabalho de materialização da missão institucional da Fundação que é “promover a transformação moral das crianças e suas famílias, moradoras no entorno da Fundação, em situação de risco social, com vistas ao desenvolvimento integral do ser humano” (FEIG, 2019).

Em 2019 estão matriculadas no CEI 123 crianças que ficam de segunda a sexta-feira, em horário integral das 7h10 às 17horas. Todas estudam sem nenhum custo às famílias.

O CEI Irmão José Grosso dispõe de quadro efetivo em 2019:

- 24 profissionais contratados: 1 diretora, 13 professores, 1 psicóloga, 3 profissionais da equipe da cozinha, 3 profissionais de equipe da limpeza, 1 pedagoga, 1 secretária e 1 auxiliar de almoxarifado;
- 17 voluntários: 1 psicóloga, 1 fisioterapeuta, 1 dentista, 1 auxiliar de dentista, 1 fonoaudióloga, 4 recreadoras, 7 evangelizadoras, 1 nutricionista.

A creche atende a 123 crianças sendo:

- Berçário – a partir de 3 meses – 12 crianças
- Maternal I – 1 ano – 16 criança
- Maternal II – 2 anos – 21 crianças
- Maternal III – 3 anos – 24 crianças
- 1º Período – 4 anos – 25 crianças
- 2º Período – 5 anos – 25 crianças

A instituição conta com padrinhos e madrinhas do CEI que fazem doações mensais. Outra fonte de cooperação é o convênio estabelecido com a Prefeitura Municipal de Contagem, subsídio destinado exclusivamente a auxiliar em parte das despesas do CEI Irmão José Grosso (FEIG, 2019).

De acordo com a Prefeitura de Contagem, o valor repassado pela União a estados e municípios por dia letivo para cada aluno é definido de acordo com a etapa e modalidade de ensino. Considerando que, o atendimento realizado pelas creches conveniadas é destinado apenas à Educação Infantil. A verba repassada pelo FNDE (Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação) deverá ser gasta exclusivamente com a aquisição de gêneros alimentícios (BRASIL, 2019).

Tabela 1. Repasse para custeio da alimentação escolar, Contagem 2017.

Valores repassados para o custeio da alimentação escolar para creches parceiras de Contagem	
Pré-escola	R\$ 0,53
Creches	R\$ 1,07
Unidades de tempo integral (mínimo de 7horas)	R\$ 1,07

Fonte: Superintendência de abastecimento e logística diretoria de Merenda Escolar.

Estes valores foram atualizados em 2017 e o repasse é feito diretamente aos estados e municípios, com base no Censo Escolar realizado no ano anterior ao do atendimento. O Programa é acompanhado e fiscalizado diretamente pela sociedade, por meio dos Conselhos de Alimentação Escolar (CAE), pelo FNDE, pelo Tribunal de Contas da União (TCU), pela Controladoria Geral da União (CGU) e pelo Ministério Público (BRASIL, 2013).

Os alunos do CEI recebem na instituição, no momento atual, cinco refeições diárias e balanceadas em um cardápio variado (café da manhã, colação, almoço e lanche da tarde e jantar) sempre procurando combinações em que possa ser ofertado um equilíbrio de nutrientes que visam, sobretudo, à adequação das necessidades nutricionais, bem como à formação e ao aprendizado de hábitos alimentares mais saudáveis. O cardápio elaborado e ajustado para o CEI Irmão José Grosso encontra-se no Apêndice A.

Além da parceria com a Prefeitura de Contagem, faz aquisição de hortaliças, legumes e frutas através de sacolão credenciado com a instituição. Recebe doações de voluntários e doações do banco de alimentos de Contagem que são estruturas físicas e/ou logísticas que ofertam o serviço de captação e/ou recepção, seleção e distribuição gratuita de gêneros alimentícios oriundos de doações dos setores privados ou públicos e que são direcionados a uma rede de proteção e promoção social composta por diversas instituições socioassistenciais, educacionais, de saúde, entre outras (BRASIL, 2018).

4 JUSTIFICATIVA

Tendo em vista a importância da escola na promoção da saúde e na formação de hábitos alimentares saudáveis pelas crianças, este projeto possibilita o conhecimento de uma dieta alimentar saudável estimulando o consumo de frutas, legumes e verduras. Tudo isso por meio de atividades lúdicas e atraentes que irão contribuir para a compreensão da importância da alimentação saudável.

Não é de hoje que se reconhece o vínculo entre a saúde e a educação. Sob o argumento desta íntima ligação entre as duas áreas existe um consenso: bons níveis de educação estão relacionados a uma população mais saudável assim como uma população saudável tem maiores possibilidades de apoderar-se de conhecimentos da educação formal e informal (CASEMIRO *et. al.*, 2014).

Segundo Cunha (2014) [...] existe uma ligação direta entre saúde, nutrição e bem estar físico e mental de qualquer ser humano e em qualquer faixa etária, foi verificado a partir da literatura estudada, que a infância é o período ideal para a formação de hábitos e condutas de vida, portanto, a educação alimentar deve acontecer desde cedo para que os riscos de doenças crônico-degenerativas sejam impedidos e reduzidos o quanto antes, minimizando com isto as doenças do século, como a obesidade e desnutrição, que tem causado grandes problemas à população de todas as idades e de todo mundo.

A partir da minha experiência como professora de educação infantil e atualmente como nutricionista, tive a oportunidade de vivenciar o quanto essas duas profissões estão interligadas, pois são vistas como complementares e essenciais para o progresso da estratégia de saúde. De acordo com Oliveira (2004) [...] a prática da educação em saúde requer do profissional de saúde [...] uma análise crítica da sua atuação, bem como uma reflexão de seu papel como educador.

Em visita ao Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso em fevereiro de 2019, observei que na creche tem necessidade da intervenção de um profissional da área de nutrição, pois a creche encontra-se sem atendimento e acompanhamento nutricional e a avaliação antropométrica das crianças não vem sendo realizada. O cardápio utilizado estava desatualizado, e a coordenação da creche relatou ter recebido reclamações dos responsáveis pelas crianças quanto a necessidade da presença de um profissional de nutrição, pois no período em que existia uma nutricionista voluntária na creche, a alimentação saudável para crianças era melhor conduzida.

Dessa forma é de grande importância a elaboração de ações de educação nutricional para promover a alimentação saudável com as crianças. Foi iniciado assim no ano de 2019, o trabalho voluntário quinzenal até a presente data, assumindo a princípio, o compromisso de elaborar o cardápio mensal preconizado pelo PNAE.

A partir do ano de 2020, desenvolverei um trabalho voluntário de Educação Alimentar e Nutricional a fim de colocar em prática o projeto de intervenção realizado para conclusão do Curso de Especialização e Formação de Educação e Saúde do CEFES, de acordo com as necessidades da instituição.

Segundo Salvi e Ceni (2009), a escola tem se mostrado como o ambiente mais favorável para o desenvolvimento de ações em educação nutricional, pois envolve o escolar, o núcleo familiar e a comunidade, influenciando positivamente o comportamento alimentar.

Tendo em vista ao exposto, torna-se evidente a intervenção de um profissional de nutrição que irá colaborar de maneira significativa para a resolução das situações acima descritas. A Educação Alimentar e Nutricional é um instrumento de promoção da saúde através da construção de bons hábitos alimentares adquiridos principalmente na idade escolar. Ela deve ser um conjunto de relações estabelecidas entre diferentes agentes participantes do processo de aquisição de conhecimento: crianças, família, escola e nutricionista.

5 METODOLOGIA

Trata-se de um projeto de intervenção elaborado com o intuito de discutir a importância de alimentação saudável, as crianças do CEI Irmão José Grosso, contribuindo de forma significativa para aquisição de bons hábitos alimentares em ambiente escolar. Com isto espera-se que essas ações promovam melhor estado nutricional através da Educação Alimentar e Nutricional.

5.1 Cenário da Intervenção

O projeto de intervenção será realizado no Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso, situado na cidade de Contagem, Avenida das Américas, 777, bairro Kennedy, nas proximidades do CEASA/MG.

Contagem faz parte da região metropolitana de Belo Horizonte. Em 1716, durante a época do Brasil Colônia, Portugal instalou postos de registros para fiscalização e arrecadação de impostos. Um posto de fiscalização foi instalado na Região das Abóboras. Em torno surgiu o povoado “Arraial de São Gonçalo da Contagem das Abóboras”. O nome Contagem faz referência à contagem das cabeças de gado, escravos e mercadorias que eram taxadas no posto de fiscalização.

Em 30 de agosto de 1911, Contagem foi emancipada em município. Devido a expansão Industrial no Brasil, a cidade foi escolhida para ser um polo industrial do Estado. Possui a 3ª maior população de Minas Gerais com 663.855 mil habitantes segundo estimativa realizada pelo IBGE em 2019. Considerada também como a 3ª maior economia do estado Minas Gerais e a 25ª maior economia do Brasil.

Os espaços utilizados para a realização das atividades serão na sala de aula, refeitório, salão azul e pátio da creche (nessa área existe uma pequena horta e algumas árvores frutíferas).

5.2 Caracterização dos sujeitos

A escola foi escolhida por atender crianças de uma faixa etária, que necessita de uma maior atenção, no que diz respeito a cuidados com a alimentação, pois:

Considerando que a creche é um ambiente escolar onde as crianças permanecem em horário integral e que são realizadas cinco refeições diariamente, faz-se necessário estimular a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas com o intuito de favorecer o desenvolvimento de ações que garantam a adoção de práticas alimentares mais saudáveis dentro e fora do ambiente escolar (BRASIL, 2015).

Todas as crianças entre três meses e cinco anos matriculados em horário integral no CEI no ano 2020, participarão do projeto, desde que o responsável/pais assinem o TCLE. O TCLE encontra-se no Apêndice B.

5.3 Considerações Éticas

O projeto será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da UFMG para aprovação e conduzidos em acordo com os princípios éticos de não maleficência, beneficência, justiça e autonomia contidos na Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012).

A Direção da escola se encarregará de encaminhar aos pais dos alunos uma carta explicativa sobre os objetivos do projeto, acompanhada de duas vias do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) a ser assinado pelos responsáveis, guardando todos os princípios éticos necessários nos trabalhos que envolvem seres humanos.

5.4 Procedimentos de Intervenção

Para se atingirem os objetivos propostos serão realizados os seguintes procedimentos:

O projeto será realizado nos meses de março a outubro de 2020, duas vezes por semana, no período da manhã, com duração de 50 minutos. As atividades obedecerão ao cronograma prévio de forma a não interferir as ações do calendário escolar.

As intervenções serão realizadas de forma lúdica, mantendo um ambiente agradável, no qual os alunos serão estimulados a participar das brincadeiras, respeitando-se a

individualidade de cada um e contará com a participação dos colaboradores da instituição, alunos e os seus familiares.

5.5 Atividades

- Ajuste do cardápio escolar preconizado pelo PNAE,
- Palestra com os professores, pais e responsáveis dos alunos,
- Avaliação antropométrica de todas as crianças assistidas pela instituição,
- Atividades de Educação Alimentar e Nutricional com alunos: oficinas de nutrição, onde as crianças terão oportunidade de participar da preparação de receitas fáceis e acessíveis a realidades dos participantes.

Para um melhor aproveitamento e entendimento, o projeto foi dividido em 5 etapas.

5.6 Etapas do Projeto

1ª Etapa: O cardápio da escola foi ajustado para atender ao preconizado pelo PNAE, com a introdução de novas preparações de alimentos, de forma a adequar a ingestão de calorias totais e nutrientes. Será priorizado inclusão de alimentos de baixo custo e de fácil aquisição como as frutas sazonais, os alimentos disponíveis pelo banco de alimentos da prefeitura de Contagem e alimentos adquiridos através de compras de um sacolão credenciado com a instituição. Os manipuladores de alimentos da escola receberão orientações para executar o cardápio e a cada preparação nova solicitada, será apresentado ficha técnica de preparação (FTP). O modelo de cardápio elaborado para a creche durante o ano de 2019 encontra-se no Apêndice A.

A Ficha Técnica de Preparação (FTP) é um documento que registra passo-a-passo o processo de produção de uma preparação (pré-preparo e preparo), tendo como função registrar e padronizar as quantidades de matéria-prima a ser utilizada na produção, reduzindo assim, os custos e o desperdício de matéria-prima, além de permitir controlar o valor calórico e de nutrientes fornecidos, influenciando diretamente na saúde da população atendida de referência (AKUTSU *et. al.* 2005).

2ª Etapa: Convocação dos pais para roda de conversa. Terá como objetivo a apresentação da nutricionista e realização de uma palestra com o tema “A Pirâmide Alimentar Infantil e Alimentação Saudável na infância”.

É essencial que os pais estejam envolvidos efetivamente no desenvolvimento do comportamento alimentar de seus filhos. Segundo Accioly (2009), a família é o primeiro núcleo de integração social da criança, sendo assim, a alimentação infantil sofre influências no

contexto familiar, no entanto, outros grupos sociais como creches, clubes, escolas e publicidade são núcleos influenciadores mais potentes e se apresentam de forma mais intensa perante a criança.

3ª Etapa: Avaliação antropométrica de todas as crianças assistidas pela instituição. O acompanhamento do crescimento e desenvolvimento é essencial para a avaliação do estado de saúde e nutricional das crianças. A avaliação antropométrica se dá, mais frequentemente, por meio de variáveis, como peso (kg), estatura/altura (cm) e Índice de Massa Corporal (IMC) (Kg/m^2) (MATOZINHOS, 2018).

A identificação das crianças (nome, data de nascimento e sexo) será realizada com base nas listas de matrículas, obtidas na secretaria da escola. A aferição das medidas antropométricas será realizada em sala reservada especialmente para este fim, pela nutricionista, em horário a combinar com a Instituição.

Para as crianças menores de dois anos a medição do comprimento será realizado com a criança deitada, como o mínimo de roupas e sem fralda, por meio de antropômetro infantil de madeira com fita métrica de 100 cm e escala de 1 mm Altorexata®. Antropômetro possui duas placas de madeira acopladas à régua de madeira graduada em cm formando um ângulo de 90°. Uma placa de madeira é fixada onde será encostada a cabeça da criança e a outra é móvel para que possa ajustar aos pés da criança e permitir a leitura do seu comprimento. O peso crianças de colo será utilizado balança pediátrica mecânica Welmy® com capacidade de 15 kg e variações de 10 gramas, na qual é acoplado um prato. Após a estabilização da balança será realizada a leitura do peso.

Para as crianças maiores de dois anos o peso será aferido por medição única em balança digital da marca Welmy®, com capacidade máxima de 150 quilos (Kg) e variação de ± 100 gramas (g). As crianças descalças e com o mínimo de roupas serão posicionadas de costas para a balança, com pés juntos, ombros eretos e olhar na linha do horizonte, de forma que o peso corpóreo seja distribuído igualmente em ambos os pés. Após a estabilização da balança será feita a leitura do peso (BRASIL, 2004).

A estatura será aferida com estadiômetro de haste móvel vertical com escala em centímetros (cm) e precisão de um milímetro (mm). As crianças serão posicionadas de costas para o instrumento, descalças, com os pés juntos, em posição ereta, olhando para frente, com os braços estendidos ao longo do corpo. A parte móvel do estadiômetro será colocada na parte superior da cabeça, no ponto mais alto, e em seguida a leitura da altura (BRASIL, 2004).

O cálculo do índice de massa corporal (IMC) será realizado por meio da fórmula que relaciona o peso (kg) com a altura (metros) ao quadrado: $\text{IMC} = \text{Peso} / (\text{Altura})^2$. Os índices

estatura por idade (E/I), peso por idade (P/I), índice de massa corporal por idade (IMC/I), serão analisados. Para a classificação do estado nutricional pelos índices E/I, P/I e IMC/I serão utilizadas as curvas de crescimento escores-Z específicas para o sexo da Organização Mundial de Saúde preconizadas pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN (BRASIL, 2011).

Para análises dos índices peso para idade (P/I), peso para estatura (P/E) e estatura para idade (E/I), tendo como referência antropométrica a Organização Mundial da Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2007). O cálculo do índice de massa corporal (IMC) será realizado através da fórmula que relaciona o peso (kg) com a altura (metros) ao quadrado: $IMC = \text{Peso (kg)} / \text{Altura (m}^2\text{)}$.

O diagnóstico nutricional será informado aos pais ou responsáveis das crianças em reunião que ocorrerá na própria escola. As crianças que apresentarem uma curva de crescimento muito irregular, ou abaixo da linha de normalidade, perda de peso, sobrepeso e/ou obesidade serão encaminhadas a Unidade básica de saúde para melhor acompanhamento de seu desenvolvimento.

Segundo Casemiro *et.al.* (2014), a escola tem representado um importante local para o encontro entre saúde e educação abrindo amplas possibilidades de iniciativas tais como: ações de diagnóstico clínico e/ou social estratégias de triagem e/ou encaminhamento aos serviços de saúde especializados ou de atenção básica; atividades de educação em saúde e promoção da saúde.

4ª Etapa: Elaboração de ações de educação alimentar e nutricional para promover a alimentação saudável. As atividades educacionais serão realizadas com os pré-escolares na faixa etária de 1 a 5 anos, através de atividades semanais como brincadeiras, jogos, vídeos educativos, música, teatro de fantoches e oficinas de culinária.

Faixa etária 1 a 3 anos – maternal I, II e III: “A geladeira - Vamos colocar somente alimentos saudáveis na geladeira?” Nesta atividade as crianças terão oportunidade de explorar o contato com o alimento através do tato, olfato e visão. Será levada para a sala uma cesta com diversos alimentos, uma geladeira de brinquedo e fita crepe. Cada criança escolherá um alimento, em seguida elas deverão caminhar sobre linhas traçadas no chão com fita crepe, para guardar o alimento dentro da geladeira.

No segundo momento será apresentado o teatro fantoche de vareta com o tema “Alimentação Saudável” (banana, abacaxi, morango, uva, laranja, tomate, alface, entre outros), a atividade será realizada no salão azul da creche. Dessa forma através do lúdico, a criança poderá perceber o que caracteriza os alimentos: cor, forma, variedade e sua importância para a

saúde. Essa atividade proporciona um conhecimento e interação maior das crianças com as frutas entre outros, alimentos esses que já fazem parte da rotina alimentar na creche. Em sala de aula será utilizado a massa de modelar, incentivando as crianças a “modelar” os alimentos que mais gostam.

Faixa etária 4 e 5 anos - 1º e 2º período: Música “Lavar as mãos - Palavra Cantada” e dinâmica “Higienização das mãos com guache”. Através da apresentação da música as crianças irão ouvir, aprender e cantar a música e receberão orientação de como lavar as mãos corretamente. Em seguida será escolhida uma criança, na qual com os olhos vendados, vai lavar as mãos com tinta guache (o guache será usado no lugar do sabão). Com essa dinâmica, elas poderão perceber a importância da lavagem correta das mãos. Em outro momento será confeccionado um mural com o carimbo das mãos das crianças pintadas com guache, logo após deverão realizar o procedimento correto da lavagem das mãos, conforme orientação.

Faixa etária 4 e 5 anos - 1º e 2º período: Roda de conversa com o tema – “Por que comemos?” Nesse momento as crianças terão oportunidade de se expressarem com as mais diferentes respostas. Uma criança deve ter acesso a alimentos variados. Essa atividade terá como objetivo avaliar o conhecimento das crianças em relação ao alimento saudável. Em seguida elas irão representar através de desenhos, os alimentos que mais gostam de comer, em folha impressa na figura de um prato.

Faixa etária 5 anos - 2º período: Pirâmide Alimentar. Foi desenvolvido o tema “Alimentação Saudável e Pirâmide Alimentar”. Nesse contexto será aplicadas atividades lúdicas como: vídeos educativos com histórias “Os Nutriamigos – Os Super heróis da Nutrição Infantil”, abordando a Pirâmide Alimentar.

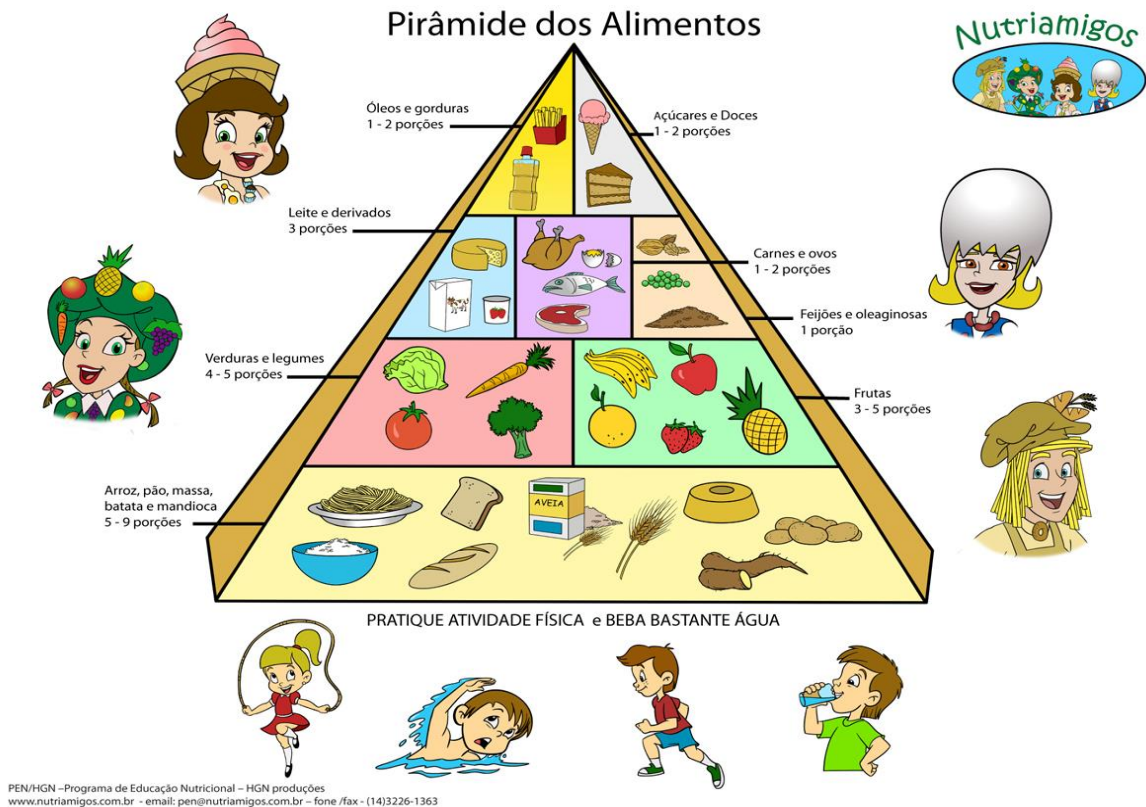
De acordo com Salvi & Ceni (2009), na educação infantil o ato de brincar é utilizado como ponto de partida para uma forma prazerosa de aprender. Portanto, é este ato de Liberdade que proporciona a construção de conhecimento, que é adquirido através da ludicidade e ativa e pela troca de ideias. Em educação nutricional, realizadas com os pré-escolares, primeiramente, atenderão a um princípio, o da ludicidade.

As atividades lúdicas são extremamente importantes no aprendizado das crianças, pois são atividades que reúnem, interessam e exigem concentração das crianças. A partir de jogos, brinquedos e brincadeiras, a criança consegue criar, imaginar, fazer de conta, experimentar, medir, enfim, aprender. Por meio das atividades lúdicas estimula-se a imaginação, fazendo com que ideias e questionamentos sejam despertados. Portanto, o exercício de atividades lúdicas de educação nutricional em escolas traz bons resultados, porém para atingir mudanças significativas é necessário o desenvolvimento destas atividades à longo

prazo, a fim de solidificar a promoção da dieta saudável e contribuir assim, para a prevenção de agravos nutricionais (KRETSCHMER, 2017).

A pirâmide dos alimentos é um guia que representa de forma gráfica os grupos básicos dos alimentos. Essa divisão auxilia nas escolhas de uma alimentação saudável. Com base na Pirâmide Alimentar, desenvolvida pelo Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (1997), para crianças de 2 a 6 anos, poderemos atingir a meta de proporcionar uma alimentação saudável e equilibrada (PUERTA, 2011). A Pirâmide Alimentar é um instrumento de orientação nutricional utilizada com objetivo de promover hábitos alimentares saudáveis.

Figura 4. Nutriamigos - Pirâmide dos Alimentos



Fonte: PEN: Programa de Educação Nutricional – HGN produções (1999)

Na apresentação da base da pirâmide (carboidrato), as crianças terão oportunidades de degustar alimentos fontes desse nutriente como biscoito de polvilho, aveia e farinha de milho. Posteriormente será realizada a brincadeira da “Batata quente”, quem estiver com a batata na mão quando a música terminar deverá dizer um nome de alimento fonte de carboidrato.

5ª Etapa: Oficina de Nutrição - Faixa etária 5 anos - 2º período: Preparações a serem realizadas: Bolo de Fubá, Suco Verde e Beijinho de Coco. Esse representa momento de grande satisfação

e alegria das crianças, onde todos participam com bastante interesse e entusiasmo. Será confeccionado e entregue ao final do ano, um livrinho de receita de todas as preparações realizadas pelas crianças. Ao final de cada preparação, seguida da degustação da Oficina de Nutrição, será realizada o teste de aceitabilidade através da escala hedônica facial. O modelo encontra-se no Anexo C.

O teste de aceitabilidade, segundo o Grupo de Trabalho, é o conjunto de procedimentos metodológicos, cientificamente reconhecidos, destinados a medir o índice de aceitabilidade da alimentação oferecida aos escolares. O teste de aceitabilidade faz parte da análise sensorial de alimentos, que evoca, mede, analisa e interpreta reações das características de alimentos e materiais como são percebidas pelos órgãos da visão, olfato, paladar, tato e audição (FNDE, 2017).

Apresenta-se a descrição, no Apêndice B, das atividades que serão realizadas no período de intervenção com pré-escolares do Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso em 2020.

6 RECURSOS NECESSÁRIOS

Recursos humanos: Participação de professores, funcionárias da cozinha, pais ou responsáveis e as crianças.

Como recursos didáticos-pedagógicos para implantação das atividades do projeto de intervenção serão utilizados: lista de matrícula das crianças matriculadas na escola, balança pediátrica mecânica; balança digital, antropômetro, adipômetro, curvas de crescimento escores-Z específicas para o sexo do nascimento aos 5 anos (OMS, 2006), curvas de crescimento escores-Z específicas para o sexo dos 5 aos 19 anos (OMS, 2007), tabela para diagnóstico nutricional para crianças de 0 a menos de 5 anos (OMS, 2006), tabela para diagnóstico nutricional para crianças de 5 a 10 anos (OMS, 2007), geladeira de brinquedo, fantoche de vareta, massinha de modelar, aparelho de som, venda para os olhos, guache, papel kraft, pincel de pintura, sabão para lavagem das mãos, papel A4, lápis de cor, papel color set, gravuras de alimentos variados, tesoura e cola.

Para degustação de alimento fonte de carboidrato:

- Biscoito de polvilho, aveia, farinha de milho, saquinho de chup-chup para colocar amostra de alimentos que serão colocados na pirâmide confeccionada de papel color set.

Para a realização da oficina de Nutrição:

- Bolo de Fubá: ovos, óleo, suco de laranja, fubá, açúcar, farinha de trigo e fermento em pó.
- Suco verde: limão, maçã, couve e açúcar.
- Beijinho de coco: leite em pó ninho, leite condensado, leite de coco e coco ralado.

As despesas referentes ao material de consumo e matéria prima das preparações serão financiadas pela CEI Irmão José Grosso. Os insumos (biscoito de polvilho, aveia e farinha de milho) utilizados para degustação, serão de responsabilidade do profissional proponente do projeto de intervenção, sem nenhum ônus para unidade de saúde onde será realizada a pesquisa.

Tabela 6. Orçamento do Projeto de Intervenção para CEI Irmão José Grosso em 2020.

Orçamento do Projeto de Intervenção – 2020			
Itens de custeio	Quantidade	Valor unitário (R\$)	Valor Total (R\$)
Material de consumo			
Pacote de papel A4	500 folhas	22,90	22,90
Papel Kraft	1 folha	1,45	1,45
Guache	1 un.	1,00	1,00
Papel color set	4 folhas un.	2,00	8,00
Tesoura	1 un.	3,10	3,10
Cola	1 un.	5,70	5,70
Total			42,15
Insumos utilizados para degustação			
Arroz	100 gr	16,80	1,68
Biscoito de polvilho	100 gr	3,69	3,69
Farinha de milho	200 gr	3,39	0,66
Aveia	200 gr	3,55	3,55
Batata	150 gr	1,39	0,20
Total			9,78
Matéria prima das preparações			
Bolo de fubá			
Ovos	4 un.	4,48	1,48
Óleo	250 ml	3,48	0,96
Suco de laranja	250 ml	3,69	0,92
Fubá	500 ml	1,59	0,79
Açúcar	375 gr	1,89	0,70
Farinha de trigo	250 gr	2,99	0,74
Fermento em pó	10 gr	3,08	0,30
Total			5,89
Suco verde			
Limão	300 gr	5,9	1,77
Maçã	200 gr	4,69	0,93
Couve	1 folha	1,49	0,14
Açúcar	50 gr	1,89	0,09
Total			2,93
Beijinho de coco			
Coco ralado	100 gr	1,79	1,79
Leite em pó ninho	1 lata	12,90	12,90
Leite condensado	395 ml	4,98	2,49
Leite de coco	200 ml	1,98	1,98
Forminhas de docinho	200 un.	4,49	4,49
Total			23,65
Total geral			84,40

Fonte: Rosângela de Fátima Caetano, Belo Horizonte, 2019.

Tabela 5. Cronograma de Projeto de Intervenção

Com o objetivo de detalhar o tempo estimado para que a intervenção seja concluída, foi elaborado um cronograma de execução das atividades propostas.

AÇÃO		Cronograma de Projeto de Intervenção																			
		Período de Realização																			
		2019										2020									
		Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out
Elaboração do projeto de intervenção																					
Procedimento de intervenção	1ª	Ajuste do cardápio preconizado pelo PNAE																			
	2ª	Convocação dos pais para roda de conversa. Tema: "Pirâmide Alimentar Infantil e Alimentação Saudável na infância".																			
	3ª	Avaliação antropométrica das crianças de 3 meses a 5 anos (Aferição de peso e estatura/comprimento)																			
		Diagnóstico nutricional através da curva de crescimento escores-Z, de acordo com o SISVAN																			
		Encaminhamento das crianças à UBS que apresentarem na curva de crescimento irregular																			

Fonte: Rosângela de Fátima Caetano, Belo Horizonte, 2019.

AÇÃO		Cronograma de Projeto de Intervenção																								
		Período de Realização																								
		2019												2020												
		Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez			
4ª	Ações de Educação Alimentar e Nutricional com as crianças de 1 a 5 anos, 2 vezes por semana, com duração de 50 minutos.																									
	Atividade com o maternal I, II, III - "A geladeira - Vamos colocar somente alimentos saudáveis na geladeira?" Explorar o contato com o alimento através do tato, olfato e visão.																									
	Atividade com o 1º e 2º período - Música "Lavar as mãos", higienização das mãos com guache, mural confeccionado pelas crianças pintura das mãos com guache.																									
	Roda de conversa "Por que comemos", representação através de desenho de alimentos que mais gostam de comer.																									
	Atividade 2º período - Pirâmide Alimentar vídeo educativo "Os Nutriamigos, os super heróis da nutrição infantil".																									
5ª	Oficina de Nutrição – Atividade com o 2º período																									
	Preparação: Bolo de fubá																									
	Preparação: Suco verde																									
	Preparação: Beijinho doce																									
	Montagem da dobradura da Pirâmide Alimentar. Desenhar alimentos preferidos de acordo com pirâmide alimentar.																									

Fonte: Rosângela de Fátima Caetano, Belo Horizonte, 2019.

7 RESULTADOS ESPERADOS

Promover saúde no ambiente escolar é uma excelente forma de conscientizar, tendo como um dos objetivos prevenir eventuais doenças. Segundo Casemiro, Fonseca e Secco (2014) é preciso que as instituições educacionais criem estratégias de promoção neste sentido, de forma que haja um melhoramento no bem-estar dos integrantes da comunidade educativa.

As práticas educativas implementadas por meio do uso de atividades lúdico-didáticas podem favorecer a efetividade de intervenções, uma vez que permite aos participantes, de maneira descontraída e interativa, caracterizando-se como uma estratégia importante de promoção da saúde. A utilização de jogos e dinâmicas, além do uso da música e do teatro podem dar oportunidade de interação as crianças e maior adesão às atividades propostas. Torna-se, portanto, essencial que as estratégias de educação alimentar nutricional privilegiam o cunho lúdico e a adequação às especificidades do público-alvo.

Espera-se com essas ações, promover a melhoria do estado nutricional através da Educação Alimentar e Nutricional, que permite consolidar os novos hábitos que serão utilizados na vida adulta. A educação alimentar e nutricional é o meio capaz de modificar a alimentação de um indivíduo ou comunidade, de forma a provocar o reconhecimento da alimentação saudável para melhoria da qualidade de vida.

Quanto a mim, como profissional da Nutrição inserida dentro da instituição escola, vejo que o projeto de intervenção irá possibilitar uma nova visão da forma como conduzir minha atuação como profissional pela alimentação escolar saudável.

8 APÊNDICE

Apêndice A

Tabela 2. Cardápio para o Berçário – 2019

BERÇÁRIO					
BERÇÁRIO – NOVENBRO – 2019 - 1ª SEMANA					
DIA DA SEMANA	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
	4/11	5/11	6/11	7/11	8/11
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
LANCHE DA MANHÃ	Banana	Maçã	Mamão	Melancia	Manga
ALMOÇO	Acelga picadinho com cenoura	Almeirão picadinho e tomate	Repolho picadinho	Alface picadinha	Couve picadinha com laranja picadinha
	Arroz simples	Arroz simples	Arroz simples	Arroz simples	Arroz simples
	Feijão inteiro amassado	Feijão batido	Feijão amassado	Feijão batido	Feijão preto inteiro amassado
	Ovos cozidos	Carne cozida	Peito de frango	Carne cozida	Carne moída
	Beterraba com cheiro verde	Purê de mandioca	Couve flor picadinha	Guisado de chuchu, cenoura e batata	Moranga
	Suco de laranja	Suco de limão	Suco de melancia com limão	Suco de laranja com cenoura	Limonada
LANCHE DA TARDE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Sopa de legumes com carne cozida	Sopa de legumes com frango desfiado	Canjiquinha com carne moída	Sopa de macarrão com legumes e carne cozida	Quibebe com frango desfiado

Fonte: Rosângela de Fátima Caetano, 2019.

Tabela 3. Cardápio para crianças de 1 a 5 anos, elaborado para o CEI 2019

NOVENBRO – 2019 - 1ª SEMANA					
DIA DA SEMANA	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
	4/11	5/11	6/11	7/11	8/11
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de sal com manteiga e leite	Bolo de laranja com leite	Pão doce com manteiga e leite	Biscoito assado e leite	Pão de sal com manteiga e leite
LANCHE DA MANHÃ	Maçã	Melancia	Banana	Mamão	Manga
ALMOÇO	Acelga com cenoura	Almeirão e tomate	Repolho com cheiro verde	Alface	Couve com laranja picadinha
	Arroz simples	Arroz simples	Arroz simples	Arroz simples	Arroz simples
	Feijão inteiro	Feijão batido	Feijão inteiro	Feijão batido	Feijão preto inteiro
	Omelete com queijo	Carne cozida	Coxinha de frango assada	Carne moída	Isca de suína
	Beterraba com cheiro verde	Purê de mandioca	Couve flor gratinada	Guisado de chuchu, cenoura e batata	Moranga refogada
	Mamão	Manga	Abacaxi	Melancia	Laranja
LANCHE DA TARDE	Limonada	Suco verde	Iogurte	Suco de manga	Suco
JANTAR	Sopa de legumes com carne cozida	Arroz caipira	Canjiquinha com carne moída	Macarrão ao molho de sardinha	Quibebe com frango desfiado

Fonte: Rosângela de Fátima Caetano, 2019.

Apêndice B

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Título do Estudo: “EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO FERRAMENTA DE INTERVENÇÃO PARA UMA CRECHE EM CONTAGEM, MINAS GERAIS”

Belo Horizonte, ____ de _____ de _____

Prezado Responsável,

O seu filho ou o menor está sendo convidado(a) a participar do projeto de intervenção intitulado “Educação alimentar e nutricional como ferramenta de intervenção para uma creche em Contagem, Minas Gerais”.

A colaboração do seu filho ou do menor sob sua responsabilidade será de muita importância para nós, pois através da medição do peso e altura e Índice de Massa corporal (IMC) do aluno teremos o perfil antropométrico. A avaliação antropométrica se dá por meio de variáveis, como peso (kg), estatura/altura (cm) e Índice de Massa Corporal (IMC) (Kg/m²). Assim será possível realizar o acompanhamento do crescimento e desenvolvimento que é essencial para a avaliação do estado de saúde e nutricional da criança.

Por meio da avaliação nutricional, o profissional consegue avaliar a condição geral de saúde de uma criança e investigar se ela está crescendo dentro dos padrões recomendados, possibilitando intervenções efetivas no sentido de evitar a persistência da fragilidade do sistema imunológico e a limitação na capacidade de aprendizagem e na socialização.

Este resultado possibilita criar atividades que explicarão a importância de ter hábitos alimentares saudáveis, estimulando o consumo de frutas, legumes, verduras e os alimentos disponíveis na escola e em casa.

Esse projeto tem como benefício a promoção da saúde e a formação de hábitos alimentares saudáveis pelas crianças e família e isso será feito por meio de atividades lúdicas e atraentes que irão contribuir para a compreensão da importância da alimentação saudável.

O Sr. (a) tem total liberdade de autorizar ou não a participação do seu filho/menor na pesquisa. Se autorizar, o menor poderá se retirar a qualquer momento, sem que isto traga

nenhum tipo de prejuízo, pois a sua participação é voluntária. Sua participação não trará nenhuma despesa adicional e, por outro lado, também não trará nenhum benefício financeiro.

Estaremos atentos a quaisquer reações emocionais e constrangimentos devido a observação por pesquisadores durante as atividades e coleta dos dados. O Sr.(a) será ouvido quanto às necessidades manifestadas.

Toda informação obtida é considerada CONFIDENCIAL e a identificação será mantida como informação sigilosa. Os relatórios e resultados deste estudo serão apresentados sem nenhuma forma de identificação individual. Após seu consentimento, uma cópia deste termo ficará com o(a) senhor(a) e a outra com as pesquisadoras.

Em caso de dúvidas, comunicar com as pesquisadoras responsáveis ou com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFMG: Comitê de Ética em Pesquisa da UFMG – Av. Antônio Carlos, no 6627, CEP: 31270-901 Unidade Administrativa II, 2º andar sala 2005, Belo Horizonte – MG. Telefone: (31) 3409- 592.

CONSENTIMENTO: Sei que minha participação é totalmente voluntária e que poderei recusar ou abandonar o estudo sem qualquer prejuízo pessoal. Todas as informações prestadas por mim serão sigilosas e utilizadas somente para fins desta pesquisa. A divulgação das informações será anônima e em conjunto com as respostas de um grupo de pessoas. Eu li este formulário e recebi as instruções necessárias.

<p>_____</p> <p>Carla Lucia Goulart Constant Alcoforado</p> <p>carlalcoforado@globo.com</p> <p>Rua Gonçalves Dias, 3229, apt 202. Barro Preto – BH – MG (31) 3409-9176</p>	<p>_____</p> <p>Rosangela de Fátima Caetano</p> <p>rosangelafcaetano@gmail.com</p> <p>Rua: Eletrotecnicos, 387, Alípio de Melo BH – MG (31) 994491267</p>
--	--

Apêndice C

Tabela 4. Descrição das atividades CEI Irmão José Grosso - 2020.

Atividade	Objetivo	Metodologia	Faixa etária
Teatro de fantoches de varetas “Alimentação Saudável”	Apresentar história com os personagens: frutas e vegetais como incentivo à alimentação saudável.	Interação e conhecimento das frutas e vegetais, alimentos esses que já fazem parte da rotina alimentar na creche.	1 a 3 anos
Geladeira de brinquedo	Explorar o contato com o alimento através do olfato, visão e tato.	Escolher e guardar alimentos saudáveis na geladeira de brinquedo, caminhando sobre a linha traçada no chão.	1 a 3 anos
Higienização das mãos	Aprender através da música, como lavar as mãos e quais os momentos que devemos lavar as mãos.	Música “Lavar as mãos” (Palavra Cantada). Simulação de lavagem das mãos de olhos vendados, com guache.	4 e 5 anos
Higienização das mãos	Ensinar a maneira correta de fazer a higienização das mãos.	Confecção de mural com a pintura das mãos. Lavar as mãos corretamente conforme orientação.	4 e 5 anos
Roda de conversa “Por que comemos?”	Avaliar o conhecimento das crianças em relação à alimentação saudável. Conhecer a variedade de alimentos saudáveis que podemos ingerir.	Representação através de desenho do prato com seus alimentos preferidos.	4 e 5 anos
Pirâmide Alimentar	Apresentar de maneira lúdica a Pirâmide Alimentar.	Apresentação será através de vídeo “Nutriamigos, Os Super-heróis da nutrição infantil”.	4 e 5 anos
Pirâmide Alimentar 1º andar- carboidratos	Identificar os alimentos fontes de carboidratos e a importância do mesmo em nossa alimentação.	Vídeo “Nutriamigos”. Degustação de alimentos fonte de carboidratos (biscoito de polvilho, aveia e farinha de milho). Brincadeira: “Batata quente”.	5 anos
1ª Oficina de Nutrição Carboidrato Bolo de fubá	Realizar a preparação e degustação do Bolo de fubá.	Todas as crianças do 2º período participarão da preparação do Bolo de fubá. Depois de assado todos alunos da creche degustarão o bolo.	5 anos
Pirâmide Alimentar 2º andar- Vitaminas	Estimular o consumo de frutas, verduras e vegetais, para a manutenção da alimentação saudável.	Vídeo “Nutriamigos”: Vitaminas. Visita à horta e árvores frutíferas do pátio (abacateiro, mangueira, mamoeiro e goiabeira) da instituição, para observar: cheiro, sabor, cor, forma e textura dos alimentos.	5 anos

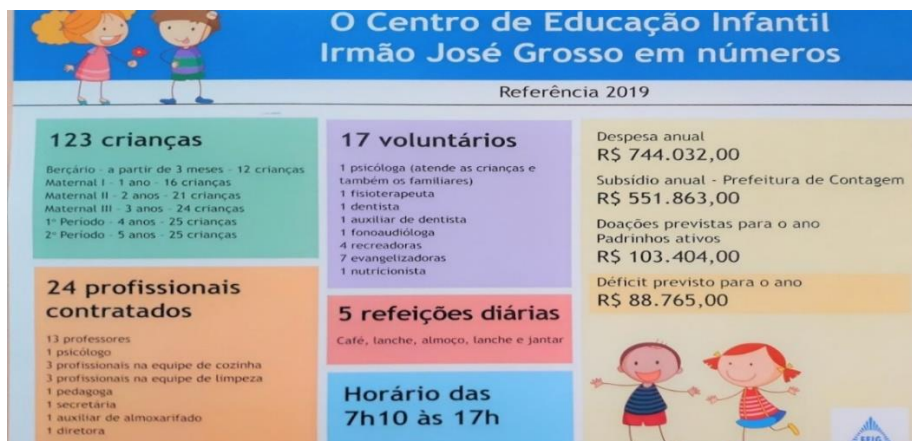
2ª Oficina de Nutrição Vitamina Suco verde	Compreender que através das frutas e vegetais podemos fazer deliciosos sucos.	Preparação e degustação do suco verde realizado juntamente com as crianças.	5 anos
Pirâmide Alimentar 3º andar- Proteína	Conhecer os alimentos fontes de proteína e sua importância na nossa alimentação para promoção da saúde.	Vídeo “Nutriamigos”: Proteínas.	5 anos
Pirâmide Alimentar 4º Andar – Gordura, doces e óleos	Identificar os alimentos que compõe o último andar da pirâmide alimentar.	Vídeo “Nutriamigos”: Gordura. Compreender que esses alimentos também fazem parte de uma alimentação saudável.	5 anos
4ª Oficina de Nutrição Doce	Preparar e degustar o doce “Beijinho de coco”.	Preparação e degustação do beijinho de coco. Enfatizar que esses alimentos devem ser consumidos com moderação.	5 anos
Pirâmide Alimentar- Dobradura - pirâmide Alimentar	Desenvolver a atividade dobradura da Pirâmide Alimentar	Pirâmide impressa, as crianças farão desenho de seus alimentos preferidos de acordo com o grupo da pirâmide. Em seguida irão colorir, recortar, dobrar e montar a pirâmide.	5 anos

Fonte: Elaborado por Rosângela de Fátima Caetano, Belo Horizonte, 2019.

9 ANEXOS

ANEXO A

Figura 1. Quadro de referência 2019 – CEI



Fonte: feig.org.br

Anexo B

Figura 2. Grupos de alimentos que devem compor as papas da criança

Grupos	Exemplos de alimentos
Cerais, raízes e tubérculos	Arroz, aipim/mandioca/macaxeira, milho, batata, batata doce, cará, inhame, fubá etc.
Legumes, verduras e frutas	Folhas verdes (espinafre, alface, rúcula, couve), beterraba, cenoura, abobrinha, abóbora, tomate, repolho, acelga, beldroega, laranja, banana, abacate, mamão, melancia, manga, limão, maçã, dentre outros.
Carnes e ovos	Frango, boi, peixe, porco, vísceras (miúdos) e ovos.
Feijões	Feijão, lentilha, ervilha, soja, grão de bico, etc.

Fonte: BRASIL (2010a).

Figura 3. Grupos de alimentos que devem compor as papas da criança

Grupos	Exemplos de alimentos
Cerais, raízes e tubérculos	Arroz, aipim/mandioca/macaxeira, milho, batata, batata doce, cará, inhame, fubá etc.
Legumes, verduras e frutas	Folhas verdes (espinafre, alface, rúcula, couve), beterraba, cenoura, abobrinha, abóbora, tomate, repolho, acelga, beldroega, laranja, banana, abacate, mamão, melancia, manga, limão, maçã, dentre outros.
Carnes e ovos	Frango, boi, peixe, porco, vísceras (miúdos) e ovos.
Feijões	Feijão, lentilha, ervilha, soja, grão de bico, etc.

Fonte: BRASIL (2010a).


ANEXO C

Figura 5. Modelo de escala hedônica facial.

Teste de Aceitação


Data: ____/____/____

Marque a carinha que mais representa o que você achou do _____




1

Detestei




2

Não Gostei




3

Indiferente



4

Gostei



5

Adorei

Fonte: Brasil, teste de aceitabilidade, FNDE 2017.

10 REFERÊNCIA

- ACCIOLY E. **A escola como promotora da alimentação saudável.** Rev. Ensaio. Ciência em Tela. nº 2, Rio de Janeiro; 2009
- AKUTSU R. C. et.al. **A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições.** Rev. Nutr. 2005.
- ANDRADE. J. C.; CAMPOS. F. M; **Porcionamento, adequação energética e controle do desperdício em uma creche.** Demetra: alimentação, nutrição & saúde. 7(3); 157-180, 2012.
- BOOG M. C. F. **Educação nutricional em serviços públicos de saúde.** Caderno de Saúde Pública 1999.
- BORGES E. M. **Percepção dos hábitos alimentares dos estudantes de uma escola de ensino fundamental do município de Jaciara- MT.** REMOA - v.14, Ed. Especial UFMT, 2015, p.89-100
- BRASIL, CFN– **Educação Alimentar e Nutricional e atividade a ser exercida pelo nutricionista?** Disponível em: <http://www.cfn.org.br/index.php/a-educacao-alimentar-e-nutricional-e-atividade-a-ser-exercida-pelo-nutricionista/> Acesso em novembro de 2018.
- BRASIL, CRN 9 – **Projeto: Escola promotora de alimentação saudável.** 2018.
- BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. **Guia de avaliação de alimentos doados aos Bancos de Alimentos.** Brasília, DF: Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2018.
- BRASIL, *et al.* **Educação alimentar e nutricional como ferramenta efetiva de saúde do escolar: uma revisão de literatura.** FIEP Bulletin On-line, Foz do Iguaçu, v. 83, n. 2, 2013.
- BRASIL, FEIG – **Fraternidade Espírita Irmão Glacus.** Disponível em: <http://feig.org.br/> . Acesso em novembro 2019.
- BRASIL, MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO - **Manual de orientação para a alimentação escolar na educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e na educação de jovens e adultos** / [organizadores Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos...et al.] – 2. ed. Brasília PNAE : CECANE-SC, 2012.
- BRASIL, Prefeitura Municipal de Contagem - Secretaria de Educação de Contagem - Superintendência de Abastecimento e Logística Diretoria de Merenda Escolar – 2019.
- BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução/CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013. **Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar** – PNAE. Diário Oficial da União 2013

BRASIL. Ministério da Educação; Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) 2017.**

BRASIL. Ministério da Saúde. NutriSUS – **Estratégia de fortificação da alimentação infantil com micronutrientes (vitaminas e minerais) em pó : manual operacional / Ministério da Saúde, Ministério da Educação.** – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 52 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: Norma técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN.** Brasília: Ministério da Saúde; 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. secretaria de atenção à saúde. departamento de atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica.** – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156 p.

BRASIL, Sociedade Brasileira de Pediatria. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/departamentos-cientificos/endocrinologia/graficos-de-crescimento/> Acesso em 27 de Novembro 2019.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** Brasília: MDS; 2012.

BRASIL. Portaria Interministerial Nº 1.010 De Maio de 2006. **Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional.**

BRASIL. **Resolução RDC Nº 2016, de 15 de setembro de 2004.**

BRASIL. Vigilância alimentar e nutricional - **Sisvan: orientações básicas para a coleta, processamento, análise de dados e informação em serviços de saúde.** Brasília, DF: Ministério da Saúde 2004.

CONSEA. **Alimentação e educação nutricional nas escolas e creches. Olinda-RE: In: CONFERÊNCIA NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR.** Relatório final. 2004, 2º ed.

CARMO M. C. L. *et. al*, **EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA PRÉ-ESCOLARES: UMA FERRAMENTA DE INTERVENÇÃO.** Em Extensão , Uberlândia, v. 12, n. 2, p. 64-74, jul. / dez. 2013.

CASEMIRO J. P. *et. al*. **Promover saúde na escola: reflexões a partir de uma revisão sobre saúde escolar na América Latina.** Ciência & Saúde Coletiva, 19(3):829-840, 2014.

CUNHA, L. F. **A Importância de uma Alimentação Adequada na Educação Infantil.** Pag.29. 2014. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências). Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2013.

DUTRA, J. S. **Gestão de pessoas por competência: um novo modelo de gestão ou modismo.** São Paulo: Paidéia, 2007.

FERNANDES A.G.S. *et al.* **Alimentação escolar como espaço para educação em saúde: percepção das merendeiras do município do Rio de Janeiro, Brasil.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(1):39-48, 2014.

FERNANDES M. T. B. *et.al.*, **Promoção da alimentação saudável do 0 aos 5 anos de idade: a contribuição dos agentes comunitários de saúde** *Rev Med (São Paulo)*. 2013. Disponível em: < <https://www.scielosp.org/article/csc/2018.v23n1/61-72/> > Acesso em Agosto de 2019.

FREITAS, P. G. **Saúde um Estilo de Vida. Baseado no Equilíbrio de Quatro Pilares.** São Paulo: IBRASA, 2002.

KRETSCHMER A C. **Estratégias de educação nutricional com escolares: o lúdico na construção de hábitos saudáveis na merenda escolar de um município do noroeste Gaúcho.** *Saúde em Redes*. 2017; 3 (4):389-397

MAINARDI, N. **A ingestão de alimentos e as orientações da escola sobre alimentação, sob o ponto de vista do aluno concluinte do Ensino Fundamental.** 150p. Piracicaba, 2005.

MATOZINHOS F. P. *et.al.* **Avaliação Nutricional em Crianças de uma Creche em Minas Gerais: Relato de Experiência.** Editora Unijuí – Revista Contexto & Saúde – vol. 18, n. 34, 2018.

MELLO A. L. *et. al.* Perfil do nutricionista do programa nacional de alimentação escolar na região Nordeste do Brasil. *Rev Nutr* 2012; 25(1):119-132.

OLIVEIRA H. M, Gonçalves MJF. **Educação em saúde: uma experiência transformadora.** *Rev Bras Enferm* 2004

OS NUTRIAMIGOS. Disponível em: <https://www.nutriamigos.com.br/> Acesso em: outubro de 2019.

PAIVA X. V. 2009. Disponível em: http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/5465/1/2009_XeniaVersianiPaiva.pdf Acesso em: outubro de 2019.

PUERTA, M. D. M. B. **Uma alimentação saudável para crianças na educação infantil.** 2011.

RESOLUÇÃO SEE Nº 1.511, de 26 de FEVEREIRO DE 2010

SALVI C, CENI GC. **Educação nutricional para pré-escolares da associação creche Madre Alix.** *Rev Vivências*. 2009; 5(8):71-76.

SILVA S. U. *et. al.*, **As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 2018.

SOUZA L. C. A. *et.al.*, **Perfil nutricional de pré-escolares do programa mais educação na cidade de Goiânia- GO.** Rev. Cient. Sena Aires. 2019

ONU. Assembleia Geral das Nações Unidas. **Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança. 1989.** Disponível em: <https://nacoesunidas.org/oms-lanca-novas-diretrizes-de-combate-aobesidade-infantil-no-mundo>>. Acesso em: 28 de outubro 2019.