

Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo

Promotion of a healthy nutrition for school children: learning and perceptions of an operative group

ABSTRACT

BOTELHO, L. P.; ZANIRATI, V. F.; PAULA, D. V.; LOPES, A. C. S.; SANTOS, L. C. Promotion of a healthy nutrition for school children: learning and perceptions of an operative group. *Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.* = J. Brazilian Soc. Food Nutr., São Paulo, SP, v. 35, n. 2, p. 103-116, ago. 2010.

This study aimed to evaluate the learning and perceptions of students participating in an operating group that oriented discussions for the promotion of a healthy nutrition. The study protocol consisted of demographic information, nutrition intervention and its evaluation. The intervention lasted for about three months and consisted of workshops of food and nutrition education, in addition to oral health, using the techniques of the operative group as reference. At the end of each workshop, brief verbal evaluations covered the main issues. The acceptance was also verified by a hedonic scale appropriate to the age. The evaluation of the intervention was performed three months after the finalization of group education through a qualitative assessment. This was conducted using a semi-structured interview that included the main topics addressed in the intervention. Forty-eight school children participated of the intervention, with a mean age of 8.5 ± 1.4 years, 50% female. There was a prevalence of 85.8% satisfaction of children concerning the workshops, indicated by a higher frequency of happier facial expressions in the workshops. The evaluation after the intervention showed a positive impact for children and the answers to the activities were, for the most part, as expected ("C: I learned to eat right"). In conclusion, the developed education activities allowed not only the construction of relevant knowledge on food and nutrition, but the development of motivation, reflection and exchange of knowledge by the children. Moreover, future activities can be developed taking into account the suggestions of the participants, encouraging the promotion of healthy eating habits.

Keywords: Food Consumption.
Food and Nutrition Education.
Child. Group Practice.

LUCILA PIRES BOTELHO¹;
VIVIANE FERREIRA
ZANIRATI²; DANIELLE
VASCONCELLOS DE
PAULA¹; ALINE CRISTINE
SOUSA LOPES³; LUANA
CAROLINE DOS SANTOS³

¹Nutricionista pela
Universidade Federal de
Minas Gerais (UFMG).

²Nutricionista pela UFMG,
Mestranda do Programa de
Pós-graduação da Escola de
Enfermagem da UFMG.

³Doutora, Departamento
de Enfermagem Materno-
Infantil e Saúde Pública,
UFMG.

**Endereço para
correspondência:**

Lucila Pires Botelho
Av. Professor
Alfredo Balena, 190
4º andar - Sala 420
CEP 30130-100
Belo Horizonte - MG
e-mail:
lucilapires@gmail.com

RESUMEN

El objetivo del estudio fue evaluar el aprendizaje y las percepciones de escolares participantes de una práctica en grupo que tenía por objetivo orientar el debate para la promoción de una alimentación saludable. El protocolo del estudio se fundaba en informaciones demográficas, intervención nutricional y evaluación de la misma. La intervención se extendió por tres meses y consistía en talleres de educación alimentaria y nutricional, además de la salud bucal, utilizando como referencial las técnicas de práctica en grupo. Al final de cada taller se aplicaron evaluaciones orales cortas considerando los temas y la aceptación verificada por medio de una escala hedónica adecuada a la faja de edad. La evaluación de la intervención fue realizada tres meses después de finalizadas las oficinas educativas usando un método cualitativo: una entrevista semi-estructurada que consideraba los principales temas abordados en la intervención. Participaron en la intervención cuarenta y ocho estudiantes, con media de edad de $8,5 \pm 1,4$ años, la mitad de cada sexo. Fue comprobada una satisfacción de 85,8% de los estudiantes en relación a las oficinas, señalizada por una frecuencia mayor de la expresión facial más feliz. La evaluación después de la intervención demostró, por medio de relatos, que las oficinas tuvieron un impacto positivo para los estudiantes y la mayoría de las respuestas a las actividades correspondieron a lo que era esperado (“C: he aprendido a comer bien”). Se concluye que las acciones educativas desarrolladas inducen a la construcción de conocimientos importantes sobre alimentación y nutrición, son motivadoras y provocan reflexiones e intercambio de conocimiento entre los estudiantes. Además, pueden ser programadas actividades futuras considerando las sugerencias de los participantes y favoreciendo la promoción de hábitos alimentares saludables.

Palabras clave: Consumo de Alimentos. Educación Alimentaria y Nutricional. Niño. Práctica de Grupo.

RESUMO

O estudo objetivou avaliar os aprendizados e percepções dos escolares participantes de um grupo operativo, voltado para discussões que visam a promoção da alimentação saudável. O protocolo de estudo foi composto por informações demográficas, intervenção nutricional e avaliação da mesma. A intervenção apresentou duração de três meses, sendo composta por oficinas de educação alimentar e nutricional, além de saúde bucal, utilizando como referencial as técnicas de grupo operativo. Ao final de cada oficina, foram realizadas avaliações verbais breves contemplando os temas, sendo a aceitação verificada por meio de escala hedônica adequada à faixa etária. A avaliação da intervenção foi realizada três meses após a finalização das oficinas educativas por meio de método qualitativo. Essas oficinas foram conduzidas por meio de entrevista semi-estruturada que contemplaram as principais temáticas abordadas na intervenção. Participaram da intervenção quarenta e oito escolares, com média de idade de $8,5 \pm 1,4$ anos, sendo 50,0% do sexo feminino. Verificou-se prevalência de 85,8% de satisfação das crianças em relação às oficinas, indicando maior frequência da expressão facial mais feliz. A avaliação após a intervenção demonstrou, por meio das falas, que as oficinas apresentaram impacto positivo para as crianças e que as respostas às atividades corresponderam, em sua maioria, ao esperado (“C: Aprendi a comer direito”). Conclui-se que as ações educativas desenvolvidas propiciaram a construção de conhecimentos importantes sobre alimentação e nutrição, motivações, reflexões e troca de saberes pelas crianças. Ademais, atividades futuras podem ser desenvolvidas levando em consideração as sugestões dos participantes, favorecendo a promoção de hábitos alimentares saudáveis.

Palavras-chave: Consumo de Alimentos. Educação Alimentar e Nutricional. Criança. Prática de Grupo.

INTRODUÇÃO

A educação alimentar e nutricional pode ser definida como uma série de ações de comunicação com o intuito de modificar práticas alimentares inadequadas. Elas podem ser alteradas por meio de mudanças voluntárias na rotina da alimentação dos participantes com o objetivo de melhorar o seu estado nutricional (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A AGRICULTURA E ALIMENTAÇÃO, 1999).

Sabe-se que o estado nutricional está diretamente relacionado à alimentação. Esta é, portanto, de fundamental importância, sobretudo quando realizada de forma saudável, completa, variada e agradável ao paladar, promovendo assim a saúde nos organismos jovens e em fase de desenvolvimento. Sugere-se que os programas de educação nutricional sejam aplicados e iniciados desde a infância, além disso, o fornecimento de informações sobre alimentação e nutrição ainda no período infantil pode contribuir para a aquisição de hábitos saudáveis permanentes (BIZZO; LEDER, 2005; BOOG, 1999; GAGLIANONE et al., 2006; KAIN et al., 2009; TRICHES; GIUGLIANI, 2005).

A educação nutricional pode ser realizada por meio de ações individuais ou coletivas. No entanto, atividades coletivas parecem favorecer a efetividade das ações, tendo em vista que o trabalho em conjunto proporciona o estabelecimento de um objetivo em comum e troca de ideias entre os participantes, o que favorece a modificação dos seus hábitos alimentares e a adesão ao processo educativo (MAFFACCIOLLI; LOPES, 2005; TORRES; HORTALE; SCHALL, 2003). Adicionalmente, a utilização de técnicas de trabalhos em grupo evita o uso de abordagens comportamentais ou pedagógicas, as quais normalmente concebem o participante como mero receptor de informações e não promovem o diálogo e a troca entre os saberes científico e popular (COLOSIO et al., 2007).

Pichón-Rivière, psicólogo que desenvolveu a dinâmica de grupos operativos, define esta atividade como o conjunto de pessoas que apresentam um objetivo em comum, que operam e se estruturam à medida que se relacionam (FORTUNA et al., 2005; PICHÓN-RIVIÈRE, 1998). Desta técnica desdobra-se um sujeito ativo que ao interagir com o meio ambiente, atua como determinante do processo e é, ao mesmo tempo, determinado por ele (COLOSIO et al., 2007). Desta forma, os objetivos do sujeito se fundem aos do grupo e em conjunto os seus processos de pensamento, comunicação e ação são organizados. Assim, o termo *operativo* refere-se a um aspecto tríplice de pensamento, sentimento e ação (OSÓRIO, 1986).

O grupo operativo pode ser conduzido de formas diversas e sugere-se, sempre que possível, a inserção de atividades lúdicas como dinâmicas e jogos educativos, que são instrumentos de comunicação, expressão e aprendizado que favorecem a integração entre os participantes (TORRES; HORTALE; SCHALL, 2003). Entre as crianças, observa-se que a dificuldade de expressão, comum a este ciclo de vida, pode ser superada pela aplicação de jogos que irão propiciar satisfação emocional e contribuir para participação, integração com os colegas e troca de saberes que culminarão com a construção e consolidação da aprendizagem. Assim, a atividade grupal se adequa às necessidades do público e permite o movimento, desligando-se de dinamismos formais que dificultariam o aprendizado (MAFFACCIOLLI; LOPES, 2005).

Denota-se que o ambiente escolar é um local interessante para o desenvolvimento de grupos operativos, além de ser fortemente recomendado como propício à promoção da saúde (ANJOS; CASTRO; AZEVEDO, 2003; BIZZO; LEDER, 2005). Nesse ambiente, existe uma estrutura organizada para o ensino; o tempo de permanência dos alunos é grande, e, além disso, nela acontece uma ou duas refeições diárias (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2006).

Ressalta-se que no presente estudo, a formação do grupo operativo foi ainda favorecida pela estrutura da Escola Integrada que é um programa multidisciplinar da Prefeitura Municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais. Neste programa, são oferecidas oficinas sobre temas diversos, com destaque para aquelas relacionadas à difusão de modos de vida saudáveis, o que se aplica às propostas de educação nutricional (PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE, 2007a).

Considerando a importância da educação nutricional na formação de hábitos alimentares saudáveis do público infantil, este estudo objetivou avaliar o aprendizado e as percepções dos escolares de uma Escola Municipal do Distrito Sanitário Leste de Belo Horizonte, MG, participantes de um grupo operativo sobre a promoção da alimentação saudável.

MATERIAL E MÉTODOS

PROGRAMA ESCOLA INTEGRADA

Este programa objetiva integrar os diferentes programas públicos e sociais, tendo como base a intersetorialidade e o compartilhamento de ações entre as diversas Secretarias Municipais de Belo Horizonte. Além disso, promove a ampliação da jornada educativa de crianças de 6 a 14 anos, com permanência total de nove horas, e visa proporcionar melhoria da aprendizagem. Os estudantes são atendidos pela manhã e tarde, com ampliação do número de refeições (desjejum, almoço e dois lanches na escola), sendo contemplados todos os grupos alimentares por meio da oferta de alimentos como arroz, feijão, carne, leite, hortaliças, frutas e sucos naturais (PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE, 2007a).

TIPO DE ESTUDO E CASUÍSTICA

Tratou-se de um estudo experimental de intervenção realizado no período de dezembro de 2008 a outubro de 2009 cuja amostra foi composta por 48 escolares de 6 a 10 anos, integrantes da Escola Integrada de uma Escola Municipal do Distrito Sanitário Leste de Belo Horizonte, MG. O tamanho amostral foi baseado no número total de participantes da Escola Integrada. Nos primeiros meses, foi realizada uma aproximação com a escola, mobilização dos alunos e preparações das atividades. Posteriormente, foram realizadas as oficinas e, por fim, a entrevista.

A população estudada situa-se em uma região de elevada e média vulnerabilidade social (elevado risco=44,6%; risco médio=55,4% da população), apresentando baixo

Índice de Qualidade de Vida Urbana (0,385) (PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE, 2007d).

COLETA DE INFORMAÇÕES

O protocolo de estudo foi composto por informações demográficas, intervenção nutricional e avaliação da mesma.

As informações demográficas da criança como sexo, idade, data de nascimento, telefone e endereço foram obtidas a partir da documentação escolar.

A intervenção nutricional apresentou duração de aproximadamente três meses, sendo composta por oficinas educativas ministradas por acadêmicas de Nutrição da UFMG com a supervisão de seus respectivos professores. Com o objetivo de manter uma periodicidade das atividades foi mantido um intervalo entre as oficinas de aproximadamente três semanas. Utilizou-se como referencial a estratégia de grupo operativo, consistindo em uma técnica de trabalho coletivo, cujo objetivo foi promover a aprendizagem (PICHÓN-RIVIÈRE, 1998).

As oficinas de educação nutricional totalizaram quatro encontros (Quadro 1), com duração aproximada de 1 hora e 30 minutos cada. O tempo previsto para as oficinas foi elaborado de forma a permitir o adequado desenvolvimento das atividades propostas. Estas foram subsidiadas por materiais educativos do Ministério da Saúde (BRASIL, 2001) e cartilhas desenvolvidas pela Secretaria Municipal Adjunta de Abastecimento (PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE, 2007b, c).

Oficinas	Objetivos	Temáticas	Atividades
1	Introduzir e explicar os conceitos da Pirâmide dos Alimentos* com destaque para o grupo de Frutas e Hortaliças.	Importância para a saúde do consumo de todos os alimentos de forma moderada, ressaltando necessidade do consumo diário de frutas e hortaliças.	Teatro de fantoches, dominó das frutas e hortaliças, jogo da memória de frutas, atividade de colorir e desenhar alimentos dos grupos das frutas e hortaliças.
2	Apresentar os principais alimentos constituintes do grupo das carnes e ovos, leite e derivados e leguminosas, tendo como base a Pirâmide Alimentar*.	Explicitar a relevância do consumo de leite e derivados, carnes e ovos, e leguminosas para o crescimento e desenvolvimento, apresentando sugestões de consumo diário.	Teatro de fantoches, pescaria dos alimentos, batata-quente, colorir e desenhar alimentos dos grupos de alimentos trabalhados.
3	Trabalhar grupo dos açúcares e gorduras tendo como guia a Pirâmide Alimentar com enfoque para a saúde bucal*.	Abordar a importância da alimentação saudável para a saúde bucal, em especial o consumo de alimentos do grupo de açúcares.	Teatro de fantoches, jogo “Vivo ou Morto”, supermercado saudável, colorir (lápis de cor e cola colorida) figuras de saúde bucal.
4	Abordar o grupo dos cereais; encerramento das atividades de educação alimentar e nutricional. Montagem da pirâmide alimentar.	Apresentar os alimentos do grupo dos cereais; promover bate-papo recordando os grupos alimentares trabalhados nas oficinas anteriores.	Bate-papo, montagem da pirâmide pequena, colagem de alimentos da pirâmide grande, montagem de massinha.

*Philippi, et al., 1999

Quadro 1 – Caracterização do grupo operativo para promoção da alimentação saudável de escolares. Belo Horizonte - MG, 2009

Os quatro momentos descritos foram realizados em duplicata, sendo executados separadamente para crianças de 6 a 8 anos (n=26) e de 9 a 10 anos (n=22), objetivando adaptar as atividades à faixa etária das crianças, totalizando assim oito encontros.

Ressalta-se que a oficina sobre açúcares e doces foi realizada com a participação da equipe de Odontologia da Unidade Básica de Saúde (UBS) de referência da escola para destacar a relação entre a nutrição e a saúde bucal.

Adotou-se para as oficinas a seguinte metodologia: 1. Explicação dialogada sobre o assunto com auxílio de teatro de fantoches (30 minutos); 2. Atividades lúdicas como jogo da memória, “batata-quente”, montagem de pirâmide alimentar, dominó e colorir desenhos referentes ao tema (de 15 a 20 minutos cada); 3. Fechamento da Oficina por meio de perguntas e respostas aos alunos, avaliando-se a construção do conhecimento, dificuldades e satisfação dos mesmos.

Em relação aos jogos e brincadeiras citados acima, o jogo da memória consistiu na visualização de peças com ilustrações de verduras e legumes, cujo objetivo era encontrar o par da figura retirada. A “batata-quente” foi uma brincadeira de roda na qual houve a passagem de um alimento de mentira por cada participante ao som de uma música, até parar em um deles, para que este respondesse a uma pergunta sobre alimentação. A montagem de pirâmide alimentar consistiu em uma brincadeira de colagem na pirâmide de alimentos. E, por fim, o dominó correspondeu a uma brincadeira de combinação de peças entre si, de acordo com a ilustração que apresentavam.

Ressalta-se que para a realização dessas atividades, do segundo momento, os alunos foram divididos em três grupos, supervisionados pelas acadêmicas. Cada grupo fazia uma atividade e, em intervalos regulares, trocavam de atividade permitindo a participação em todas as ações propostas.

O fechamento das oficinas foi efetuado de forma a verificar a construção do conhecimento e dificuldades apresentadas pelos escolares. Para tal, foram realizadas avaliações verbais breves contemplando o assunto abordado. A aceitação também foi verificada por meio de uma escala hedônica adequada à faixa etária (ASSIS et al., 2007) com 5 ilustrações de respostas faciais à pergunta “Como me sinto em relação ao que eu fiz e aprendi nesta oficina?”. As expressões faciais correspondiam às seguintes respostas: “Gostei muito”, “gostei”, “não gostei nem desgostei”, “não gostei” e “odiei”.

A avaliação da intervenção foi realizada três meses após a finalização das oficinas educativas por meio de análise qualitativa. O intervalo se justificou pelo fato de as oficinas terem sido realizadas praticamente ao final do primeiro semestre letivo, e por isso as atividades de avaliação foram retomadas no início do segundo semestre, conforme sugerido pela escola. Esse período, somado ao tempo decorrido para os ajustes do início das aulas, computou um total de cerca de três meses. Foram convidadas as crianças participantes das oficinas.

Conduziu-se a avaliação por meio de uma entrevista semiestruturada que contemplou as principais temáticas abordadas na intervenção. A entrevista abrangeu o questionamento

sobre a satisfação das crianças em relação às atividades, ações preferidas e sugestões para futuras atividades. A avaliação da satisfação realizada após a entrevista difere da realizada após a oficina, sendo que a primeira foi conduzida por meio de um questionário padronizado, contendo as perguntas mais importantes para a verificação do aprendizado e do sentimento em relação aos trabalhos. Já a segunda, foi conduzida na forma de um “bate-papo” com o objetivo apenas de reforçar e verificar se o conteúdo abordado no dia havia sido assimilado pelos alunos.

As crianças foram divididas em 10 grupos menores formados por quatro alunos, de forma a oportunizar a participação de todos e evitar a dispersão, mantendo o foco das perguntas. Cada grupo entrevistado explanou por aproximadamente 12 minutos, totalizando 2 horas de gravação. Visando a padronização da conduta, as entrevistas foram mediadas sempre pela mesma acadêmica de Nutrição, ao mesmo tempo em que as demais eram responsáveis pela gravação e anotação, além de colaborarem no estímulo à participação dos alunos.

ASPECTOS ÉTICOS

O presente estudo atendeu às resoluções do Conselho Nacional de Saúde, tendo sido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFMG pelo nº ETIC 009/09 e pela Prefeitura Municipal de Belo Horizonte (nº 0011.0.410.203-09A).

ANÁLISE DOS DADOS

As entrevistas foram gravadas e, além disso, uma estagiária ficou responsável pela transcrição das falas, visando auxiliar na identificação do seu locutor. Posteriormente, o conteúdo da gravação foi transcrito e categorizado de acordo com os temas propostos, destacando as respostas mais frequentes e consistentes, possibilitando melhor interpretação dos resultados.

RESULTADOS

Participaram da intervenção 48 escolares, com média de idade de $8,5 \pm 1,4$ anos, sendo 24 de cada sexo. Foi verificada alta satisfação das crianças em relação às oficinas (prevalência de 85,8%), indicando que a maioria das crianças assinalou a expressão facial *mais feliz* nas oficinas (85,7% na primeira, 94,0% na segunda, 76,3% na terceira e 87,5% na quarta).

Avaliou-se a intervenção por meio da entrevista de 83,3% (n=40) da amostra. Houve perda amostral de 16,6% (n=8), sendo que alguns saíram da escola e outros não se encontravam em nenhum dos dias da realização da entrevista. Notou-se que o número reduzido de crianças em cada grupo permitiu a participação efetiva das mesmas na entrevista. Dessa forma, houve interesse e envolvimento ao responderem o questionário avaliativo do grupo operativo.

O quadro 2 apresenta as principais respostas das crianças voltadas às questões avaliadas na entrevista. A avaliação demonstrou que as oficinas apresentaram um impacto positivo nas crianças e que as respostas às atividades corresponderam, em sua maioria, ao esperado.

Temas abordados na entrevista	Respostas dos Participantes
Questionamento se as crianças recordavam das acadêmicas de nutrição e atividades realizadas.	<p>“C: Lembramos!” “B: Nutricionistas.” “G: É da nutrição” “C: Nutricionista do posto lá de cima” “B: A gente ganhou um chapuzinho de alimentos (se referindo à pirâmide alimentar)” “C: De mexer com a massinha” “C: Brincar de fazer compra” “Y: Eu lembro da batata quente” “C: Eu lembro do Joãozinho” “C: Do teatro dos legumes” “C: Fez teatro, a gente pintou” “D: Já veio aqui deu oficina pra gente, ensinou que é importante comer verdura”</p>
Percepção das crianças sobre as atividades.	<p>“C: Eu gostei, eu adorei” “C: Gostamos” “C: Eu gostei muito” “D: Eu adorei, foi ótimo” “K: Eu amei” “G: Legal”</p>
Questionamento sobre o aprendizado.	<p>“V: Depois de comer doce escova os dentes” “G: Pode beber leite e iogurte” “AJ: Aqui, que não pode comer chips, não pode comer bala e nem pirulito... porque isso daí é porcaria ...dá dor no dente...e a cárie vem e pega” “AJ: Que pode comer arroz, feijão, muito legume e maçã, banana” “AJ: Pizza só pode comer de vez em quando e hambúrguer” “K: Não comer besteira...chiclete, bala, doce...porque faz cárie no dente” “D: O negócio dos amigos dos dentes...o ovo, a carne, as frutas, o leite” “C: Aprendi a comer direito” “L: sobre não comer doces, e comer legumes e frutas saudáveis” “D: Eu aprendi que é bom regular e comer nas horas certas” “D: Eu aprendi sobre a pirâmide o que deve comer certo” “S: Eu aprendi na pirâmide que a gente deve comer só coisa saudável, muita coisa saudável, doce só de vez em quando” “S: Que eu devo regular minha alimentação, devo comer só coisas...nutriente e coisas saudáveis, e eu não posso ficar comendo doce e também não posso ficar comendo muita carne gordurosa senão faz mal” “S: Não pode comer gordura....por causa que aumenta o nosso colesterol” “S: E eu acho também que se ficar comendo muita gordura, aí fica obeso, e eu acho também que a gordura atrapalha o sangue de correr aí a obesidade vai lá e mata” “D: Que só pode comer frutas que faz muito bem pra saúde e que pode servir também como um remédio” “L: Eu aprendi que não pode comer muito doce, só comer de vez em quando, senão dá cárie e aprendi a comer muita fruta ...e todos os alimentos. Legumes”</p>

Quadro 2 – Descrição das principais respostas dos escolares, segundo temas abordados na entrevista avaliativa, Belo Horizonte - MG, 2009

Foi verificado que a maioria das crianças apresentou grande interesse em expor suas opiniões acerca das oficinas. Muitas delas recordaram os pontos chave das atividades, como a necessidade de controlar o consumo de guloseimas, a fim de evitar o desenvolvimento de cáries, sobre a importância de restringir os alimentos ricos em gorduras, assim como

a recomendação de aumentar o consumo de frutas, verduras e legumes. Ainda referente aos aprendizados das crianças, as respostas mais citadas foram relacionadas à saúde bucal como, por exemplo: “Depois de comer doce, escova os dentes”, “Não comer besteira... chiclete, bala, doce...porque faz cárie no dente”, “Não comer muito doce e escovar os dentes pra não pegar bactéria”.

Quando questionadas sobre quais alimentos eram associados à força do super-herói do teatro apresentado na segunda oficina, muitos alunos se lembraram dos principais alimentos expostos: “C: leite, ele tomava muito leite”, “AJ: eu lembro que ele comia arroz, feijão...”, “Y: carne...”, “Y: leite, queijo”.

Ao indagar as atividades preferidas pelas crianças, as principais respostas foram: jogos, como dominó e da memória; brincadeiras como a batata-quente, compras no supermercado e a pescaria; atividades de colorir, pintar, colagem e modelagem com massinha. Ademais, foi frequentemente relatado pelas crianças como atividade preferida o teatro, como o que abordava a saúde bucal. Já as atividades que as crianças referiram não gostar foram as atividades de colorir e a pintura com cola. Em relação às principais atividades sugeridas pelas crianças para o desenvolvimento de trabalhos futuros, destacaram-se o pique-fruta, corre cutia, oficinas culinárias e teatro desenvolvido pelas crianças (Quadro 3).

Temáticas	Respostas dos Participantes
Atividades preferidas	<p>“D: Teve coisa de colorir, coisa de frutas...colorir frutas.”</p> <p>“D: Eu gostei foi do dia da massinha!”</p> <p>“S: Gostei da batata quente, gostei de que mais que eu fiz? Gostei de pegar os alimentos.”</p> <p>“R: Da pescaria, do dominó lá, do supermercado”</p> <p>“M: Num sei se é jogo da memória ou... Acho que é o jogo da memória mesmo”</p> <p>“A: Fessora, eu gostei do teatro também da cárie.”</p> <p>“E: Eu gostei do teatro e também da pirâmide.”</p> <p>“D: Porque lá tinha brinquedo para colorir...e porque também teve... pra gente fazer a pirâmide alimentar..”</p>
Atividade de menor preferência	<p>“C: Eu gostei de tudo.”</p> <p>“B: Eu gostei de tudo, tudo.”</p> <p>“C: O nome de que eu não gostei chama nada.”</p> <p>C: Não gostei de colorir</p> <p>C: A pintura! A pintura com cola.</p> <p>C: Eu também não gostei da pintura com cola, porque a gente sujava a mão e chegava em casa e a mãe xingava.</p> <p>C: De pintar.</p> <p>C: Dooo...de desenhar, de colorir.</p>
Sugestões para atividades futuras	<p>“E: E também depois música dos legumes...”</p> <p>“B: Eu queria cozinhar alimentos”.</p> <p>“AJ: Eu queria uma que vocês não deu.... brincar de pique fruta..é assim, nós corre e se fala a fruta não pode pegar...”</p> <p>“G: É, um lanchinho era bom....”</p> <p>“L: eu queria, por exemplo, a gente ia lá, lá em cima e fazia um teatrinho, cada pessoa fazia um alimento diferente”.</p> <p>“C: Eu queria que vocês fizessem brincadeira, por exemplo, a gente teria que trazer uma panelinha de casa e a gente teria que colocar dentro da panela, em uma panela a gente punha só as coisas que não podia comer e a outra a gente punha as comidas que podia comer”.</p> <p>“C: Corre cutia, daquelas coisas só que pode comer”.</p>

Quadro 3 – Descrição das principais respostas dos escolares sobre avaliação da satisfação em relação às oficinas, Belo Horizonte - MG, 2009

DISCUSSÃO

O estudo apresentou algumas limitações como o reduzido tempo de intervenção e o longo período entre a realização das oficinas e a avaliação, o que pode ter influenciado negativamente as respostas das crianças, considerando a sua dependência da capacidade de memorização. Contudo, a distância entre as oficinas e a avaliação pode ser considerada positiva, no sentido de não avaliar mera memorização de informação, e sim o entendimento do conteúdo construído em conjunto com as crianças. Além disso, apesar das limitações, observaram-se respostas positivas em relação às atividades desenvolvidas.

Quando estimuladas a recordarem das acadêmicas de nutrição, a maioria das crianças não apresentou dificuldades em descrever quem eram e quais atividades haviam desenvolvido na escola. Isso demonstra o vínculo criado entre as crianças e as acadêmicas, confirmando que as ações educativas estimulam a relação interpessoal entre indivíduos e profissionais de saúde (TORRES; HORTALE; SCHALL, 2003). Além disso, ressalta-se que a maioria dos grupos (90%) tinha, no mínimo, uma criança que se recordava de qual área eram as estudantes, denotando a importância das ações desenvolvidas.

Destacou-se que uma das atividades mais recordadas pelas crianças foi o teatro, o que pode ser justificado por esse ter sido um método presente em praticamente todas as oficinas, além de ter apresentado boa aceitação pelas crianças. Segundo Nazima et al. (2008) o teatro, em sua forma ilustrativa e em sua linguagem diferenciada, consegue interagir e aproximar-se do mundo da criança, contribuindo diretamente na educação da mesma, tornando-se assim mais um importante meio de promover a educação em saúde (NAZIMA et al., 2008).

Quando questionadas se haviam gostado das atividades desenvolvidas, todas as crianças deram um retorno positivo, sendo que algumas delas enfatizaram suas satisfações com respostas como: *“Eu adorei, foi ótimo”* e *“Eu amei”*. Destaca-se ainda que algumas questionaram a continuidade das atividades (*“Vai ter mais?”*), reforçando ainda mais o contentamento com as oficinas e o interesse da continuação das mesmas.

Em relação ao aprendizado, foram verificadas muitas respostas interessantes e em consonância com o que realmente havia sido ministrado nas oficinas. Isso demonstra que, mesmo já passado um tempo da intervenção, as crianças ainda recordavam do que haviam aprendido, ressaltando que, algumas delas, revelaram, inclusive, colocar em prática os ensinamentos com afirmações como *“Aprendi a comer direito”* e *“Eu não gostava de salada, agora eu tô comendo”*. As intervenções nutricionais realizadas em escolas sugerem que as crianças melhorem de fato seus conhecimentos, sendo que, mudanças nas preferências alimentares podem ocorrer devido ao fato de que estas conseguem, após a intervenção, reconhecer os fatores envolvidos em hábitos alimentares saudáveis (FERNANDES et al., 2009; GAGLIONE et al., 2006).

As crianças recordaram com facilidade também o tema saúde bucal. Destaca-se que a avaliação e o aconselhamento alimentar tornam-se fundamentais para o indivíduo

na prevenção e tratamento da doença cárie. Embora se reconheça que a etiologia da doença obedece a certa complexidade e que diversos fatores podem modificar o risco à cárie, o aconselhamento dietético constitui importante recurso para a sua diminuição, tanto como medida individual quanto coletiva (BOLAN et al., 2007). Ainda, o trabalho multidisciplinar auxilia para o cuidado integral do indivíduo, por meio da contribuição e participação de cada profissão, favorecendo o desempenho ampliado desses profissionais e, conseqüentemente, ultrapassando a divisão do pensamento e do conhecimento (SAUPE; BUDO, 2006).

Muitas crianças se lembraram do personagem super-herói presente em um dos teatros realizados. Tal atividade teve como objetivo demonstrar a importância do consumo de alimentos de origem proteica (grupos das carnes e ovos, do leite e derivados e das leguminosas) no desenvolvimento físico infantil (BARBOSA et al., 2005; BRASIL, 2005). O consumo desses alimentos é fundamental em todas as fases do curso da vida, particularmente na infância, adolescência, gestação e fase adulta jovem (BRASIL, 2005). A associação da força do super-herói com o consumo desses alimentos pode ser percebida por muitas crianças: *“C: Leite, ele tomava muito leite”*.

A relação entre os alimentos que contribuem com um desenvolvimento adequado e a “força” do super-herói era o principal objetivo desse teatro. Sabe-se que a ingestão adequada do leite e derivados pelas crianças é de suma importância para garantir o aporte adequado de vitamina D e cálcio e garantir o crescimento e a mineralização dos ossos, reduzindo risco de desenvolvimento de osteoporose no indivíduo adulto (NICKLAS; JOHNSON, 2004). No entanto, nos últimos anos esse alimento tem sido substituído pelo refrigerante, alimento pobre em nutrientes (BRASIL, 2004). Ao ser questionadas sobre a importância do leite e carnes segundo a história do teatro, percebem-se ainda a assimilação de algumas crianças quanto às peculiaridades desses alimentos: *“C: Ter cálcio”; “B: Tinha o leite; D: O leite também é bom? C: É.”*

As atividades desenvolvidas após o teatro contribuíram para rever os conteúdos abordados. Dessa forma, a cada assunto desenvolvido em uma oficina, eram realizadas atividades lúdicas que contemplavam o mesmo tema. Ao perguntar quais atividades as crianças mais gostaram, inúmeras delas foram relatadas como preferidas, como as brincadeiras e o teatro.

Vale destacar ainda outra atividade de suma importância para a educação alimentar e nutricional bastante citada pelas crianças: a pirâmide alimentar. Trata-se de um instrumento de orientação nutricional que pode auxiliar os profissionais a ensinar conceitos básicos de nutrição às crianças, por ser atrativa, utilizar cores e figuras. Seu desenvolvimento objetivou facilitar a promoção de mudanças de hábitos alimentares e garantir a adequação das necessidades nutricionais para um desenvolvimento satisfatório e a prevenção do surgimento de doenças (ACHTERBERG; McDONNELL; BAGBY, 1994; BARBOSA et al., 2005).

A realização das atividades lúdicas com as crianças como as anteriormente citadas, contribuíram com o aprendizado, pois favoreceram a adesão, a participação ativa e a

interação entre os participantes, auxiliando na construção conjunta dos conhecimentos (MAFFACCIOLLI; LOPES, 2005). O aprendizado de forma lúdica é importante para todos os públicos-alvo, porém é fundamental para a criança, em virtude da sua dificuldade de focar a concentração em um só aspecto por muito tempo, sendo também um artifício pela abstração importante para o aprendizado infantil. Além disso, para que possa ser efetiva, a aprendizagem deve ser prazerosa.

A fim de avaliar mais uma vez a satisfação das crianças em relação às atividades desenvolvidas, foram elaboradas as questões: “Vocês gostaram das atividades?”, “O que vocês não gostaram?” e “O que mais vocês gostariam de aprender?” Esses questionamentos também constituem uma oportunidade de aprimorar os trabalhos a serem realizados e propiciar a participação das crianças na construção das oficinas. De forma geral, percebeu-se grande satisfação em relação às atividades. A atividade referida como a menos satisfatória foi de colorir e pintar desenhos. A contradição observada com a atividade de colorir e pintar, que foi ao mesmo tempo uma das preferidas e uma das menos satisfatórias, se explica pelo fato de o grupo de crianças de menor idade gostar desse tipo de brincadeira, sendo que os alunos que referiram não gostar foram principalmente os de 9 a 10 anos, que normalmente realizam menos esse tipo de atividade. Pode-se inferir, portanto, que a insatisfação teria ocorrido em virtude de sua associação com o desenvolvimento das crianças.

Por fim, foi pedido ao grupo sugestões de novas atividades. Estes responderam de forma participativa e criativa. Pode-se inferir a necessidade das novas práticas sugeridas, como as seguintes: o pique-pega de frutas (pique-fruta), atividade na qual um aluno tenta pegar os outros, e estes para não serem pegos falam o nome de frutas, de acordo com perguntas das acadêmicas; corre-cutia, brincadeira de roda na qual quem perde assento na roda responde uma pergunta sobre nutrição; além dessas, foram citadas ainda a queimada, o esconde-esconde e o teatro.

CONCLUSÃO

As ações educativas desenvolvidas propiciaram, além da construção de conhecimentos importantes de alimentação e nutrição, também motivação, reflexão e troca de saberes pelas crianças. Percebeu-se pelas falas das crianças que conhecimentos básicos de nutrição, importantes para um desenvolvimento adequado dessa faixa etária, foram consolidados. Ademais, muitas crianças questionaram se as atividades de nutrição teriam continuidade, indicando uma possibilidade de inserção da educação alimentar e nutricional na grade curricular da escola, corroborando as premissas da Lei 11947 de 16/06/2009 (BRASIL, 2009).

Por fim, sugere-se que as próximas atividades a serem desenvolvidas sejam planejadas em conjunto com os educadores levando-se em conta as propostas das crianças. Ademais, seu desenvolvimento deverá considerar um período de tempo maior de execução, no intuito de concretizar a promoção de hábitos alimentares saudáveis e contribuindo, assim, para a prevenção de agravos nutricionais.

REFERÊNCIAS/REFERENCES

- ACHTERBERG, G.; McDONNELL, E.; BAGBY, R. How to put the food guide into practice. *J. Am. Diet Assoc.*, Chicago, v. 94, n. 9, p. 1030-1035, 1994.
- ANJOS, L. A.; CASTRO, I. R. R.; AZEVEDO, A. M. F. Crescimento e estado nutricional em amostra probabilística de escolares no Município do Rio de Janeiro, 1999. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 19, suplemento 1, p. 171-179, 2003.
- ASSIS, M. A. A.; GUIMARÃES, D.; CALVO, M. C. M.; BARROS, M. V. G.; KUPEK, E. Reprodutibilidade e validade de questionário de consumo alimentar para escolares. *Rev. Saúde Pública*, São Paulo, v. 41, n. 6, p. 1054-1057, 2007.
- BARBOSA, R. M. S.; CROCCIA, C.; CARVALHO, C. G. N.; FRANCO, V. C.; SALLES-COSTA, R.; SOARES, E. A. Consumo alimentar de crianças com base na pirâmide alimentar brasileira infantil. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 18, n. 5, p. 633-641, 2005.
- BIZZO, M. L. G.; LEDER, L. Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 18, n. 5, p. 661-667, 2005.
- BOLAN, M.; NUNES, A. C. G. P.; MOREIRA, E. A. M.; ROCHA, M. J. C. Guia alimentar: ênfase na saúde bucal. *Rev. Bras. Nutr. Clin.*, São Paulo, v. 22, n. 4, p. 305-310, 2007.
- BOOG, M. C. F. Educação Nutricional em serviços públicos de saúde. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 139-147, 1999.
- BRASIL. *Lei n. 11947, de 16 de junho de 2009*. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica; altera as Leis nºs 10.880, de 9 de junho de 2004, 11.273, de 6 de fevereiro de 2006, 11.507, de 20 de julho de 2007; revoga dispositivos da Medida Provisória nº 2.178-36, de 24 de agosto de 2001, e a Lei nº 8.913, de 12 de julho de 1994; e dá outras providências. Brasília, 16 de junho de 2009.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. *O guia alimentar da população brasileira: promovendo a alimentação saudável*. Brasília, 2005.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Caderno de atividades. *A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis*. Brasília, 2001. 16 p.
- BRASIL. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Pesquisa de Orçamentos Familiares 2002-2003*. Rio de Janeiro, 2004. 270 p.
- COLOSIO, R.; FERNANDES, M. I. A.; BERGAMASCHI, D. P.; SCARCELLI, I. R.; LOPES, I. C.; HEARST, N. Prevenção de infecção pelo HIV por intermédio da utilização do grupo operativo entre homens que fazem sexo com homens, São Paulo, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 4, p. 949-959, 2007.
- FERNANDES, P. S.; BERNARDO, C. O.; CAMPOS, R. M. M. B.; VASCONCELOS, F. A. G. Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar de escolares do ensino fundamental. *J. Pediatr.*, Rio de Janeiro, v. 85, n. 4 p. 315-321, 2009.
- FORTUNA, C. M.; MISHIMA S. M.; MATUMOTO S.; PEREIRA M. J. B. O trabalho de equipe no programa de saúde da família: reflexões a partir de conceitos do processo grupal e de grupos operativos. *Rev. Latino-am. Enfermagem*, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 262-268, 2005.
- GAGLIANONE, C. P.; TADDEI, J. A. A. C.; COLUGNATI, F. A. B.; MAGALHÃES, C. G.; DAVANÇO, G. M.; MACEDO, L.; LOPEZ, F. A. Nutrition education in public elementary schools of São Paulo, Brazil: the Reducing Risks of Illness and Death in Adulthood project. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 19, n. 3, p. 309-320, 2006.

- KAIN, J.; CONCHA, F.; SALAZAR, G.; LEYTON, B.; RODRÍGUEZ, M. P.; CEBALLOS, X.; VIO, F. Prevención de obesidad en preescolares y escolares de escuelas Municipales de una Comuna de Santiago de Chile: proyecto piloto 2006. *Arch. Latinoam. Nutr.*, v. 59, n. 2, p. 139-146, 2009.
- MAFFACCIOLLI, R.; LOPES, M. J. M. Educação em saúde: a orientação alimentar através de atividades de grupo. *Acta Paul. Enferm.*, v. 18, n. 4, p. 439-445, 2005.
- NAZIMA, T. J.; CODO, C. R. B.; PAES, I. A. D. C.; BASSINELLO, G. A. H. Orientação em saúde por meio do teatro: relato de experiência. *Rev. Gaúcha Enferm.*, Porto Alegre, v. 29, n. 1, p. 147-151, 2008.
- NICKLAS, T.; JOHNSON, R. American Dietetic Association. Position of the American Dietetic Association: Dietary guidance for healthy children ages 2 to 11 years. *J. Am. Diet Assoc.*, v. 104, n. 4, p. 660-677, 2004.
- ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA AGRICULTURA E ALIMENTAÇÃO. *Guia metodológico de comunicação social em nutrição*. 1999. Disponível em: <<http://www.fao.org/DOCREP/003/T0807P/T0807P01.htm>>. Acesso em: 13 ago. 2008.
- OSÓRIO, L. C. *Grupoterapia hoje*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1986.
- PHILIPPI, S. T.; LATTERZA, A. R.; CRUZ, A. T.; RIBEIRO, L. C. Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha dos alimentos. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 12, n. 1, p. 65-80, 1999.
- PICHON-RIVIÈRE, E. *O processo grupal*. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
- PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE. *Para as escolas da prefeitura, Belo Horizonte é uma sala de aula*. Belo Horizonte, 2007a. Disponível em: <http://portal1.pbh.gov.br/pbh/index.html?id_conteudo=13226&id_nivel1=-1>. Acesso em: 16 nov. 2007.
- PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE. Secretária Municipal Adjunta de Abastecimento. Programa Educação Alimentar e Nutricional. *Aprendendo com os alimentos*. Belo Horizonte, 2007b.
- PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE. Secretária Municipal Adjunta de Abastecimento. Programa Educação Alimentar e Nutricional. *Por dentro dos alimentos – A importância e a função dos nutrientes*. Belo Horizonte, 2007c.
- PREFEITURA MUNICIPAL DE BELO HORIZONTE. Secretaria Municipal de Planejamento, Orçamento e Informação. *Manual Metodológico: Instrumentos de Articulação entre Planejamento Territorial e Orçamento Participativo URB-AL R9-A6-04*. Belo Horizonte, 2007d.
- SAUPE, R.; BUDO, M. L. D. Pedagogia interdisciplinar: “Educare” (Educação e cuidado) como objeto fronteiro em saúde. *Texto Contexto Enferm.*, Florianópolis, v. 15, n. 2, p. 326-333, 2006.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento Científico de Nutrologia. *Manual de orientação para alimentação do lactente, do pré-escolar, do escolar, do adolescente e na escola*. Rio de Janeiro, 2006. 63 p.
- TORRES, H. C.; HORTALE, V. A.; SCHALL, V. A experiência de jogos em grupos operativos na educação em saúde para diabéticos. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 4, p. 1039-1047, 2003.
- TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. J. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. *Rev. Saúde Pública*, São Paulo, v. 39, n. 4, p. 541-547, 2005.

Recebido para publicação em 18/10/09.

Aprovado em 16/04/10.