



## MERENDA ESCOLAR DE QUALIDADE PARA ENSINO FUNDAMENTAL I DO MUNICÍPIO DE POMBAL-PB

Nayara Felix da Silva<sup>1</sup>, Ana Luisa de Medeiros Oliveira<sup>2</sup>, Tamires Carvalho da Silva Santos<sup>3</sup>, Rita de Kassia Carvalho da Silva Fernandes<sup>4</sup>, Jocielys Jovelino Rodrigues<sup>5</sup>, Alfredina dos Santos Araújo<sup>6</sup>  
alfredina.santos@professor.ufcg.edu.br e jocielysr@gmail.com

**Resumo:** Este projeto visou desenvolver e conhecer a merenda escolar das escolas municipais do município de Pombal, afim de ofertar as crianças uma visão diferente e uma boa alimentação saudável. Foram atendidos estudantes do fundamental I de quatro escolas públicas municipais de Pombal, com a aplicação de avaliações formativas e lúdicas sobre alimentação saudável. Gerando assim, ricas trocas de experiências e ampliação de novas percepções sobre o impacto que uma educação de qualidade reflete na vida das crianças.

**Palavras-chaves:** Educação alimentar, Crianças, Alimentação escolar.

### 1. Introdução

A alimentação adequada é um dos pilares fundamentais para a promoção da qualidade de vida e o bem-estar dos indivíduos, sendo especialmente relevante no contexto educacional. As atividades educativas promotoras de saúde na escola, em particular a promoção da alimentação saudável (PAS), representam possibilidade concreta de produção de impacto sobre a saúde, a autoestima, os comportamentos e o desenvolvimento de habilidades para a vida de todos os membros da comunidade escolar [6]. A merenda escolar desempenha um papel importante na alimentação dos estudantes, fornecendo nutrientes essenciais para o crescimento, desenvolvimento e aprendizado. Além disso, a alimentação escolar também pode contribuir para a formação de hábitos alimentares saudáveis e para a prevenção de problemas relacionados à nutrição, como a obesidade e doenças crônicas não transmissíveis.

O paladar é um dos principais fatores que influenciam o comportamento alimentar. A compreensão das preferências gustativas e do paladar pode auxiliar na compreensão dos comportamentos alimentares, como a escolha dos alimentos, a aceitação de novos sabores e texturas, e a relação emocional com a comida. Esses conhecimentos podem ser utilizados para desenvolver estratégias de promoção de uma alimentação saudável, considerando as preferências individuais dos indivíduos.

Nesse contexto, a alimentação escolar, que nas escolas públicas tem interface com o Programa Nacional de

Alimentação Escolar (PNAE), além de proporcionar assistência alimentar suplementar aos escolares, deve promover a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino-aprendizagem, estimulando, dessa forma, o envolvimento da comunidade escolar nesse processo [2]. É fundamental promover a oferta de merenda escolar de qualidade e diferenciada como estratégia para melhorar a saúde dos estudantes e contribuir para o sucesso na formação das crianças.

A educação alimentar e nutricional é uma tarefa complexa, na qual teorias do campo das Ciências Humanas devem ser incluídas. As atitudes em relação à alimentação são baseadas em conhecimentos, crenças, valores, predisposições pessoais, e sua modificação demanda tempo e orientação competente [7]. Quanto ao educador, tem um papel que vai além da mera transmissão de conhecimentos, cabendo-lhe atuar como interlocutor das escolhas alimentares, criando situações que permitam identificar novos significados, dando sentido às aprendizagens, além de atuar como modelo de comportamento, facilitando a partilha de experiências e opiniões relativas à alimentação entre os alunos [4].

A educação alimentar é uma estratégia importante na promoção de hábitos alimentares saudáveis. Compreender a relação entre nutrição e paladar pode contribuir para o desenvolvimento de ações educativas mais eficazes, que considerem as preferências gustativas dos indivíduos [5]. Ao entender como o paladar influencia nas escolhas alimentares, é possível desenvolver estratégias de educação alimentar mais personalizadas, adaptadas aos gostos e preferências individuais, promovendo uma alimentação saudável de forma mais eficaz e duradoura [8]. Além disso, pode contribuir na prevenção e tratamento de doenças crônicas relacionadas à alimentação inadequada como obesidade e diabetes, considerando a relação entre as preferências de cada paladar e a qualidade nutricional dos alimentos.

Nesse sentido, a escola é considerada um ambiente importante para a promoção da alimentação adequada, uma vez que pode influenciar os hábitos alimentares dos estudantes por meio da oferta de uma merenda escolar de qualidade [3].

Desse modo, esse projeto visou desenvolver e conhecer a merenda escolar das escolas municipais do município

<sup>1</sup>Nayara Felix da Silva, <sup>2</sup>Ana Luisa de Medeiros Oliveira, Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>3</sup>Tamires Carvalho da Silva Santos, <sup>4</sup>Rita de Kassia Carvalho da Silva Fernandes, Mestrandas, PPGGSA, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>5</sup>Jocielys Jovelino Rodrigues, Orientador, <Professor>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>6</sup>Alfredina dos Santos Araújo, Coordenadora, <Professora>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

de Pombal, afim de ofertar as crianças uma visão diferente e uma boa alimentação bastante saudável e bem aceita pelas mesmas.

O projeto teve como objetivos específicos: Sensibilizar estudantes, professores, pais e comunidade escolar sobre a importância da alimentação saudável e sua relação com a qualidade da educação; Oferecer atividades de educação nutricional que estimulem o conhecimento sobre a composição nutricional dos alimentos, leitura de rótulos, escolha consciente dos alimentos e práticas de higiene na manipulação de alimentos; Estimular a participação dos estudantes em atividades práticas, como oficinas culinárias, hortas escolares, feiras de alimentos e visitas a mercados locais, promovendo o contato direto com alimentos frescos e nutritivos; Promover a integração entre os aspectos nutricionais e pedagógicos, por meio de atividades interdisciplinares; Conscientizar as crianças que uma alimentação saudável é boa para o nosso organismo; Proporcionar um prazer agradável para uma boa alimentação.

Sendo possível alcançar com o projeto a promoção da educação de qualidade por meio da merenda escolar, com o desenvolvimento integral dos estudantes visando uma alimentação saudável, consciente e gostosa.

## 2. Metodologia

Para atender as demandas e a temática este projeto contou com uma equipe composta por docentes, discentes do curso de engenharia de alimentos e profissionais mestres em Sistemas Agroindustriais (CCTA/UFCG).

Este projeto atendeu quatro escolas públicas municipais de Pombal, Paraíba. Direcionado aos estudantes do fundamental I, onde foi possível promover o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis e incentivar a adoção de escolhas alimentares adequadas ao longo da vida escolar por meio de atividades integradas à prática pedagógica. Promovendo oficinas de Educação Alimentar e Nutricional: As oficinas são atividades práticas realizadas com os estudantes, abordando temas relacionados à alimentação saudável, como o valor nutricional dos alimentos, a importância de uma alimentação equilibrada e a adoção de hábitos alimentares saudáveis. As oficinas incluem atividades lúdicas, como jogos, brincadeiras e preparação de receitas saudáveis, estimulando a participação ativa dos estudantes; Projetos Interdisciplinares: Projetos interdisciplinares são estratégias que envolvem a integração de diferentes disciplinas curriculares para abordar um tema específico. No contexto da alimentação escolar, é possível desenvolver projetos que envolvam disciplinas como ciências, biologia, matemática, português, entre outras, para explorar diferentes aspectos relacionados à alimentação saudável, como a produção de alimentos, a leitura de rótulos, a análise de tabelas nutricionais, a escrita de receitas e a compreensão de

conceitos nutricionais; Palestras e Workshops: Palestras e workshops podem ser realizados com a participação de nutricionistas, educadores físicos, cozinheiros ou outros profissionais da área de alimentação e nutrição. Essas atividades abordaram diferentes temas, como a importância de uma alimentação equilibrada, a relação entre alimentação e saúde, o valor nutricional dos alimentos, a leitura de rótulos, a preparação de lanches saudáveis e outras questões relevantes relacionadas à merenda escolar e à educação nutricional.

O projeto foi desenvolvido de acordo com a aprendizagem dos estudantes, aplicando avaliações formativas e lúdicas em relação aos conteúdos abordados. Essas avaliações incluíram questionários escritos, apresentações orais, palestras informativas, atividades práticas e musicais, entre outras atividades que permitiram medir o conhecimento adquirido pelos alunos sobre a alimentação saudável, valor nutricional dos alimentos e outros temas relevantes.

## 3. Resultados e Discussões

Durante o projeto foi feito a elaboração de entrevistas com os alunos, com o intuito de conhecer o público que estavam trabalhando e a disponibilidade que os mesmos tem de alguns alimentos no dia a dia. Foi realizada a dinâmica com alimentos, onde foram apresentados aos alunos algumas frutas e verduras e explicada às suas funções e benefícios para a saúde. A atividade foi aplicada em todas as turmas das escolas participantes do projetos e os alunos tiveram a oportunidade de visualizar e tocar nesses alimentos, estimulando assim o uso dos sentidos (visão, audição, tato e olfato).



Figura 1 - Dinâmica dos alimentos

A equipe do projeto realizou uma capacitação com as merendeiras do município de Pombal, onde foram passados vários conhecimentos sobre como reaproveitar alimentos que são descartados no dia a dia em novos produtos para consumo, com dicas sobre boas práticas de fabricação e manipulação de alimentos. Também foi ministrado um minicurso sobre compostagem, afim de reutilizar parte de alimentos que não podem ser reaproveitados, em adubo para criação de hortas.

<sup>1</sup>Nayara Felix da Silva, <sup>2</sup>Ana Luisa de Medeiros Oliveira, Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>3</sup>Tamires Carvalho da Silva Fernandes, <sup>4</sup>Rita de Kassia Carvalho da Silva Fernandes, Mestrandas, PPGGSA, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>4</sup>Jocielys Jovelino Rodrigues, Orientador, <Professor>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>5</sup>Alfredina dos Santos Araújo, Coordenadora, <Professora>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.



Figura 2 – Capacitação com as merendeiras

Entre as atividades desenvolvidas em sala de aula com os alunos foi feita a aplicação de um questionário confeccionado com algumas perguntas com ilustrações sobre alimentos. Com a sua aplicação foi possível entender sobre o conhecimento dos alunos sobre alimentos saudáveis, assim como, o consumo desses alimentos dentro do hábito escolar.



Figura 3 – Aplicação de questionário

Também foi elaborado um livreto contendo receitas saudáveis a partir do reaproveitamento de alimentos, a fim de estimular a prática de reaproveitamento nos alunos das turmas contempladas pelo projeto. Foram realizadas atividades com os alunos com explicações práticas sobre reaproveitamento de alimentos e seus possíveis destinos, importância nutricional de alguns alimentos essenciais no nosso consumo diário e questões ambientais e econômicas geradas a partir do desperdício desses alimentos. Além disso, os alunos puderam ter conhecimento sobre a arêa da compostagem e como partes de alimentos jogados fora podem se tornar nutrientes importantes para o cultivo de plantas. Essa atividade permite que as crianças possam ter estímulo para evitar o desperdício e consumir mais alimentos saudáveis que são fontes de recursos essenciais para o nosso corpo e ainda incentivar a prática da compostagem, que pode gerar vários benefícios para o meio ambiente.



Figura 4 – Entrega de livretos

A equipe fez a confecção de frutas em e.v.a, avental, cesta, livro e todo material necessário para contar a história da cesta da Dona Maricota, que foi trabalhada em sala de aula com todos os alunos [1]. Durante as visitas as turmas, foi contada a história da cesta da Dona Maricota onde os alunos puderam aprender de forma divertida a importância de ter uma boa alimentação. O principal objetivo da atividade foi de identificar os alimentos da história e incentivar os bons hábitos alimentares, enfatizando a importância da alimentação saudável para o desenvolvimento. Durante a atividade também foi estimulado por meios de perguntas interativas, todo conhecimento passado aos alunos ao longo do projeto, abordando temas já trabalhados com as turmas anteriormente.



Figura 5 – História “Cesta da Dona Maricota”

A música “Forte e Grandão” foi outra atividade trabalhada com os alunos de todas as turmas participantes do projeto, incentivando suas expressões corporais e alimentação saudável. O trabalho com a música desenvolve nas crianças as capacidades de ouvir, perceber e discriminar eventos sonoros diversos, brincar com a música, imitar, inventar e reproduzir canções musicais. Além disso, atividades musicais lúdicas permitem a identificação natural da criança ligando a

<sup>1</sup>Nayara Felix da Silva, <sup>2</sup>Ana Luisa de Medeiros Oliveira, Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>3</sup>Tamires Carvalho da Silva Fernandes, <sup>4</sup>Rita de Kassia Carvalho da Silva Fernandes, Mestrandas, PPGGSA, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>4</sup>Jocielys Jovelino Rodrigues, Orientador, <Professor>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>5</sup>Alfredina dos Santos Araújo, Coordenadora, <Professora>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

descoberta e à criatividade. A música também é uma ferramenta de desenvolvimento infantil, porque permite criar vínculos com outras pessoas, ampliando as possibilidades de relações interpessoais. Nesses contatos, a criança aprende lições de trabalho em equipe, permitindo o aprendizado de virtudes como empatia e respeito entre os colegas, ajudando também a romper as barreiras da timidez e da insegurança. A música trabalhada em sala de aula nas visitas mensais realizadas as escolas foi usada para ensinar hábitos alimentares saudáveis, alertar sobre os perigos de uma má alimentação e conscientizar as crianças sobre os benefícios de uma alimentação equilibrada.



Figura 6 – Música “Forte e Grandão”

Promover bons hábitos alimentares nas escolas, é trabalhar a favor de uma melhor aprendizagem, pois o aluno bem alimentado mostra um potencial maior. Sendo assim, o consumo de alimentos de forma adequada leva as crianças ao bom desempenho escolar e assegura maior facilidade de assimilação dos conhecimentos, além de prevenir uma série de doenças e desequilíbrios futuros, como problemas relacionados ao crescimento, colesterol alto e, também, obesidade infantil. A aceitação dos alimentos pelos alunos é um fator determinante da qualidade da alimentação escolar e da atenção dada aos estudantes na escola. Além disso, evita o desperdício de alimentos e do dinheiro gasto na compra de gêneros alimentícios rejeitados.

#### 4. Conclusões

Ao longo do projeto foi possível observar o impacto na mudança de comportamento dos estudantes em relação à alimentação saudável, com a adoção de novos hábitos alimentares, a escolha de alimentos mais frescos e nutritivos na merenda escolar e a compreensão e aplicação dos conceitos nutricionais aprendidos, tanto dentro do âmbito escolar como no dia a dia dessas crianças. Além disso, também é importante destacar o impacto do projeto na comunidade escolar e local, esse impacto se dá nas mudanças na oferta de alimentos na merenda escolar e na conscientização sobre a importância da alimentação saudável nas merendeiras que

participaram das capacitações executadas durante o projeto.

A participação da comunidade também é fundamental na construção de uma educação democrática, e a escola deve se transformar em um espaço público, onde haja abertura para o diálogo. Esse projeto contribuiu com as habilidades de comunicação, o saber ouvir, esperar sua vez, a psicomotricidade, a associação e a interação entre todos os alunos da sala de aula. Com isso, acreditamos que esse trabalho nos ajudou a ampliar nossas percepções sobre o aprendizado de cada criança e a perceber o impacto que uma educação de qualidade reflete na vida das mesmas, pois tivemos ricas trocas de experiência durante a formação.

#### 5. Referências

- [1] BELINKY, Tatiana 1919-2013. **A cesta da dona Maricota**. Ilustrações de MARTINEIZ. 14 ed. São Paulo, SP: Paulinas, 2012. 24 p., il. col. ISBN 9788535630480.
- [2] BRASIL. Ministério 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, Brasília, DF, 18 de junho de 2013. Disponível em: <http://www.fnnde.gov.br/index.php/aceso-a-informacao/institucional/legislacao/item/4456-resolucao-cd-fnde-n-26-de-17-de-junho-de-2013>. Acesso em: 10 de dezembro de 2023.
- [3] BURLANDY, L.; MOUBRAY, K. Merenda escolar: educação e saúde em uma só medida. São Paulo: Cortez Editora, 2013.
- [4] Juzwiak CR, Castro PM, Batista SHSS. A experiência da Oficina Permanente de Educação Alimentar e em Saúde (OPEAS): formação de profissionais para a promoção da alimentação saudável nas escolas. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2013;18(4):1009-18.
- [5] Organização Mundial da Saúde (OMS). Quadro político escolar: implementação da estratégia global da OMS em matéria de alimentação, atividade física e saúde. Genebra: OMS, 2008.
- [6] Pérez-Rodrigo C, Aranceta J. Educação nutricional escolar: lições aprendidas e novas perspectivas. *Saúde Pública Nutr*. 2001;4(1A):131-9.
- [7] Ramos FP, Santos LAS, Reis ABC. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. *Cad Saúde Pública*. 2013;29(11):2147-61.
- [8] SOUZA, D. S. S.; SANCHES, D. M. A. Merenda escolar e alimentação saudável: desafios para a promoção da saúde nas escolas. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. 4, p. 1261-1270, 2015.

<sup>1</sup>Nayara Felix da Silva, <sup>2</sup>Ana Luisa de Medeiros Oliveira, Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>3</sup>Tamires Carvalho da Silva Fernandes, <sup>4</sup>Rita de Kassia Carvalho da Silva Fernandes, Mestrandas, PPGGSA, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>4</sup>Jocielys Jovelino Rodrigues, Orientador, <Professor>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>5</sup>Alfredina dos Santos Araújo, Coordenadora, <Professora>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

### *Agradecimentos*

Ao Centro Vocacional Tecnológico de Pombal e à Secretaria Municipal de Educação de Pombal pelo suporte e colaboração no desenvolvimento das atividades.

À UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 002/2023 PROBEX/UFCG.

<sup>1</sup>Nayara Felix da Silva, <sup>2</sup>Ana Luisa de Medeiros Oliveira, Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>3</sup>Tamires Carvalho da Silva Fernandes, <sup>4</sup>Rita de Kassia Carvalho da Silva Fernandes, Mestrandas, PPGGSA, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>4</sup>Jocielys Jovelino Rodrigues, Orientador, <Professor>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.

<sup>5</sup>Alfredina dos Santos Araújo, Coordenadora, <Professora>, UFCG, Campus Pombal, PB. Brasil.