

Educação nutricional no Brasil: evolução e descrição de proposta metodologica para escolas.

Nutritional education in Brazil: evolution and description of a pedagogical proposal for schools

Livia Penna Firme Rodrigues¹
Maria José Roncada²

RESUMO

Introdução: A alimentação é, atualmente, origem de grande parte dos problemas socioambientais e de saúde. As sociedades modernas têm um padrão insustentável, tanto para a saúde quanto para a conservação ambiental. Consequentemente, os problemas nutricionais prevalecem no país, o que requer uma educação nutricional com metodologia ativa e conteúdos ampliados.

Objetivo: Analisar a trajetória da educação nutricional no Brasil e descrever uma proposta de prática pedagógica que utiliza métodos ativos de aprendizagem com inclusão das questões ambientais.

Métodos: Revisão bibliográfica sobre educação nutricional e descrição de atividade de educação nutricional em escolas públicas de Taguatinga, Ceilândia e Samambaia, no Distrito Federal, realizada em parceria com a Universidade Católica de Brasília, Ong Mão na Terra e Sitio Geranium.

Resultados: A importância adquirida pela educação nutricional nos últimos anos, indica a necessidade de metodologias ativas de aprendizagem que valorizem em seu conteúdo as questões culturais e ambientais. A experiência descrita contempla esses aspectos, e observou-se que as crianças participaram ativamente e consumiram com prazer as hortaliças preparadas na oficina de culinária. Segundo relato das mães, os filhos passaram a pedir saladas em casa e o acesso a receitas inovadoras estimulou o consumo de hortaliças na família.

Conclusão: A utilização dessa metodologia de educação nutricional contribui na formação de cidadãos conscientes com relação à origem e produção dos alimentos, tornando-os aptos a fazerem escolhas mais saudáveis na alimentação diária, aspecto essencial na promoção da saúde.

Palavras-chave: Educação nutricional; Alimentação saudável; Promoção da saúde.

¹Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília, Brasília-DF, Brasil.

²Departamento de Nutrição da Universidade de Brasília, Brasília-DF, Brasil.

Correspondência

Livia Penna Firme Rodrigues
SQN 411, bloco E, apartamento 208, Asa Norte, Brasília-DF. 70866-050, Brasil.
liviapennafirme@gmail.com

Recebido em 02/abril/2008
Aprovado em 01/outubro/2008

ABSTRACT

Introduction: Nowadays eating is the origin of great part of socio-environmental and health problems. Modern societies have an unsustainable pattern, both for health and for environment conservation. As a result, nutritional problems prevail in the country, and this requires a nutritional education with an active methodology and ample contents.

Objective: The aim of this paper is to analyze the trajectory of nutritional education in Brazil and describe a proposal for a pedagogical practice that makes use of active methods of learning with the inclusion of environmental issues.

Methodology: A bibliographical review of nutritional education in Brazil and a description of nutritional education practices in public schools of Taguatinga, Ceilândia and Samambaia, all located in Federal District. These were carried out in partnership with the Universidade Católica de Brasília, the Mão na Terra NGO and the Geranium farm.

Results: The importance acquired by nutritional education over the last years indicates the necessity for active methodologies of learning that include cultural and environmental matters. The experience described contemplates these aspects. It was observed that the children who actively participated in the project started eating the vegetables produced by the end of the workshop. According to the mothers' report, the children started asking for salad at home. Also, the access to innovative recipes stimulated the consumption of vegetables in the family.

Conclusion: The use of this methodology in nutritional education contributes to the formation of more conscious citizens in relation to the origin and production of food, making them more apt to make healthier choices in their daily feeding habits, an essential aspect in the promotion of health.

Key words: Educational nutrition; Healthy eating; Health promotion.

INTRODUÇÃO

As causas de maior mortalidade no mundo, hoje, são doenças que poderiam ser evitadas com alimentação adequada, prática regular de exercícios físicos e um estilo de vida saudável, com lazer, controle de estresse, cuidado pessoal, com o próximo e com o meio ambiente.

Atualmente a alimentação, pela forma de cultivo dos alimentos e sua industrialização, é a origem de grande parte dos problemas socioambientais e de saúde. As sociedades modernas têm um padrão

alimentar insustentável, tanto para a saúde quanto para a conservação ambiental. A tecnologia e industrialização levam ao consumo de alimentos de origem desconhecida, embalados, descaracterizados com relação ao aroma, textura e sabor. As estratégias de marketing condicionam o consumo de alimentos muitas vezes nocivos à saúde e ao ambiente¹.

O sistema brasileiro de abastecimento priorizou os alimentos pré-preparados e embalados, com-

prados em grandes redes de supermercados, contribuindo para a mudança dos hábitos alimentares da população, em detrimento da sua qualidade. Apesar da importância da agricultura familiar para o abastecimento do mercado interno e, também, para a exportação, o modelo do agronegócio aqui empregado e o uso excessivo de agrotóxicos e sementes transgênicas nas plantações refletem, também, no estado nutricional da população.

Consequentemente predomina, hoje, a insegurança alimentar e nutricional em um contingente amplo e diversificado da população. Além da desnutrição e doenças carenciais, ainda presentes nos bolsões de pobreza do país, houve um aumento do sobrepeso e da obesidade, levando as doenças crônicas degenerativas ser uma das principais causas de morbidade e mortalidade no país, em todas as classes sociais².

Nesse contexto, a promoção da alimentação saudável é uma medida essencial para a saúde, devendo estar integrada a um programa de política pública intersetorial, que estimule a produção, a comercialização e o consumo, de alimentos saudáveis, de preferência integrados à agricultura familiar, e com respeito à cultura alimentar.

A educação nutricional é um dos caminhos existentes para a promoção da saúde, que leva a população a refletir sobre o seu comportamento alimentar a partir da conscientização sobre a importância da alimentação para a saúde, permitindo a transformação e o resgate dos hábitos alimentares tradicionais.

A introdução de questões ambientais à educação nutricional é importante porque vários pontos discutidos na educação ambiental, como o acesso à água, o uso de agrotóxicos, transgênicos, aditivos e a produção de resíduos, fazem parte do contexto da alimentação saudável devendo, portanto, ser integrados ao seu conteúdo.

Considerando a importância e atualidade desse tema, esse artigo tem como objetivo analisar a trajetória da educação nutricional no Brasil e descrever uma prática pedagógica em escolas públicas de Taguatinga, Ceilândia e Samambaia, no Distrito Federal, realizada pela Universidade Católica de Brasília, em parceria com a Ong Mão na Terra e Sítio Geranium, que inclui as questões ambientais em seu conteúdo e utiliza metodologia ativa de aprendizagem, como visita a horta com produção orgânica de hortaliças e oficina de culinária.

METODOLOGIA

A metodologia constou de duas etapas:

A) Revisão bibliográfica da literatura sobre educação nutricional dos últimos dez anos, nas bases de dados da Medline e Scielo e em documentos oficiais do Ministério da Saúde, Ministério de Desenvolvimento Social e do Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA);

B) Descrição de atividade de educação nutricional, com conteúdos ambientais, em escolas públicas de Taguatinga, Ceilândia e Samambaia, no Distrito Federal, realizada pelo Curso de Nutrição da Universidade Católica de Brasília, em parceria com o *Sítio Geranium* e ONG *Mão na Terra*, cuja avaliação foi de caráter qualitativo, por meio de observação direta, durante o desenvolvimento do evento e por entrevista semi-estruturada, realizada com as mães das crianças participantes, ao final das atividades.

A educação nutricional no Brasil: evolução e prática metodológica

A educação nutricional foi pouco valorizada como disciplina e como estratégia de política pública até a década de noventa, quando pesquisas científicas mostraram que o aumento das doenças crônicas degenerativas tem, como determinante importante, os hábitos alimentares da população³, sendo necessário, portanto, considerar essa educação como uma medida eficaz para a sua transformação.

O debate sobre Segurança Alimentar iniciado em 1985⁴, reforçado em 1986 pela I Conferência Nacional de Alimentação e Nutrição (um desdobramento da 8ª Conferência Nacional de Saúde) e a criação, em 1993, do Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA), que organizou e coordenou a I Conferência Nacional de Segurança Alimentar, realizada em 1994, foi um marco importante para o fortalecimento da educação nutricional no Brasil, reforçado dez anos mais tarde, em 2004, pela II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional⁵, que cita a educação nutricional como estratégia de promoção de práticas alimentares saudáveis, devendo estar presente na comunidade, na atenção básica à saúde, nas escolas de ensino fundamental e médio, valorizando os produtos e hábitos alimentares locais e regionais.

A atual Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN)⁶ considera a educação nutricional como uma estratégia importante para a promoção

da alimentação saudável, mas não aprofunda a sua reflexão nem estabelece normas para o seu planejamento, desenvolvimento e avaliação; ao contrário, ressalta essa dificuldade ao assumir a necessidade de buscar consenso sobre conteúdos, métodos e técnicas do processo educativo. Embora a educação nutricional seja valorizada, ao mesmo tempo se dilui no conjunto de propostas, pelo fato de suas bases teórico-conceituais e operacionais, não estarem claramente estabelecidas⁷.

Na análise da prática de educação nutricional no âmbito do aleitamento materno⁶, a PNAN reconhece que houve avanços importantes, mas sugere a revisão de métodos e estratégias de atuação e a articulação dos diferentes segmentos sociais, como entidades representativas de diversas categorias profissionais em saúde; da indústria de alimentação e nutrição; de comunicadores sociais e de educação; de lideranças comunitárias; de defesa do consumidor; de extensionistas; e de organizações da sociedade civil, de um modo geral, o que mostra a necessidade de uma mobilização maior, com um amplo engajamento da sociedade, para que os objetivos propostos sejam atingidos.

Mas, como propor e realizar a educação nutricional que o Brasil, enquanto país multicultural, necessita no cotidiano?

Boog³ destaca que o desafio que se coloca hoje à sua prática, é promover a alimentação saudável valorizando e resgatando a cultura alimentar, mas considerando, também, a segurança alimentar. Além de respeitar e modificar crenças e atitudes em relação à alimentação é preciso levar em conta o acesso econômico e social à alimentação adequada, promover essa questão em programas comunitários e de saúde e discutir a fome, pobreza e desnutrição em todos os setores da sociedade. Relata ainda que, além dos aspectos biológicos e de saúde, vários outros componentes pertencentes ao contexto cultural, social e ecológico devem ser analisados, exigindo para sua realização que conhecimentos, crenças e valores da população sejam reconhecidos e respeitados.

Para clarear mais essas questões e em busca de novos caminhos para a prática da educação nutricional, outras iniciativas de discussão têm sido realizadas, como o I e II Fórum de Educação Alimentar e Nutricional para a Promoção da Saúde⁸, organizados pela Coordenação Geral de Políticas de Alimentação e Nutrição (CGPAN), em outubro de 2006 e 2008, que apresentaram estratégias e experiências de educação alimentar e nutricional

desenvolvidas no Brasil. Foi lançado, também, o Guia Alimentar Brasileiro⁹, que contém as primeiras diretrizes oficiais da alimentação brasileira, baseado nos alimentos produzidos no país, considerando-se sua cultura alimentar. Analisando-se o Guia, pode-se afirmar que a descrição e normatização de seus princípios e diretrizes, fornecem conteúdos a serem abordados na Educação Nutricional, trazendo um consenso nesse sentido, o que o torna um instrumento importante, fruto do amadurecimento ocorrido nos últimos anos.

Outra publicação recente intitulada “Alimentos Regionais Brasileiros”¹⁰ é dirigida a profissionais e agentes comunitários de saúde e contribui para o resgate da alimentação regional, sendo um guia de consulta dos possíveis educadores. Mas, onde estão esses educadores e como são formados, são questões ainda sem resposta na atual Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Brasil, com relação à educação nutricional.

Tem-se, ainda, o 1.º Seminário de Educação Alimentar¹¹, realizado na Câmara dos Deputados no ano de 2007, e que teve como objetivos obter um diagnóstico sobre a educação nutricional no Brasil, a partir do conhecimento das normas técnicas para a publicidade de produtos destinados a crianças e adolescentes e das ações de prevenção de doenças associadas aos maus hábitos alimentares, debatendo a qualidade dos alimentos fornecidos para a merenda escolar, bem como as propostas, normas e regulamentação para o combate a uma alimentação inadequada, visando a promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida. Houve, nesse seminário, um reconhecimento oficial de que a mídia é responsável pela criação de hábitos alimentares “ofensivos” e que é preciso elaborar, cada vez mais, normas técnicas para impedir que a indústria alimentícia divulgue seus produtos principalmente para as crianças e adolescentes que, por sua vez, devem estar preparadas para fazerem escolhas alimentares mais saudáveis, o que compete à educação nutricional. Nesse sentido, a descrição da experiência de educação nutricional relatada nesse artigo, é uma contribuição importante por incluir em seu conteúdo, temas como segurança alimentar e nutricional, sustentabilidade, origem e produção dos alimentos e influência das questões ambientais na saúde e qualidade de vida, além dos conteúdos tradicionais da nutrição, como a importância da alimentação saudável, consumo de alimentos regionais, entre outros.

A educação nutricional é um processo longo que, para obter resultados, como qualquer ação educa-

tiva, exige continuidade e permanência, tornando-se um desafio para educadores e profissionais de saúde. Ressalta-se que educar não é um adesamento, mas sim um processo amplo, que envolve vários aspectos do desenvolvimento da pessoa, com uma metodologia de ensino-aprendizagem capaz de desenvolver habilidades individuais, possibilitando escolhas adequadas com relação à alimentação e nutrição¹² como, por exemplo, relativas ao consumo de frutas, legumes e verduras, uma prioridade da CGPAN¹³. Esse conteúdo é importante para a educação nutricional e pode ser transmitido nas escolas utilizando-se a horta como um instrumento pedagógico transdisciplinar, seguido de oficinas de culinária onde são ensinadas formas de preparação e consumo integral dos alimentos produzidos, respeitando-se os aspectos culturais¹⁴ e evitando-se o desperdício (que hoje atinge cerca de 30% da produção). O envolvimento e treinamento dos professores¹⁵ é um aspecto motivador para os alunos¹⁶ possibilitando que projetos de educação para a saúde, onde a educação nutricional está inserida, tenham resultado positivo. Esses tópicos estão contemplados na experiência de educação nutricional realizada pelo Curso de Nutrição da Universidade Católica de Brasília e seus parceiros, demonstrando a viabilidade dessa proposta pedagógica.

Atualmente, não se concebe mais a prática da educação nutricional “tradicional”¹⁷ que consistia na transmissão de conceitos de nutrição para a população, de forma homogênea, com palestras cujos conteúdos limitavam-se aos aspectos biológicos da alimentação, destacando o efeito dos nutrientes no organismo o que, embora seja uma informação importante, não considera os aspectos regionais e as desigualdades sociais que comprometem o acesso da população a uma alimentação adequada¹². O desenvolvimento do conceito de “Educação Nutricional Crítica”, desenvolvido por Valente¹⁸, permitiu uma evolução conceitual da educação nutricional no país que influenciou sua metodologia, ao integrar vários aspectos que até então eram ignorados, como os políticos, ideológicos e econômicos, além de acesso à terra, emprego e renda, educação e serviços de saúde, entre outros, destacando-os como essenciais para a aquisição dos alimentos e a manutenção da saúde. A “educação nutricional crítica” teve influência nos conteúdos da educação nutricional, presente nas grades curriculares dos cursos de Nutrição do país, contribuindo para a melhoria da formação do profissional Nutricionista, tornando-o mais consciente da situação da sociedade em que vai atuar⁷ e buscando, junto com a população, alternativas

para superar as dificuldades, através do diálogo e da reflexão crítica sobre a realidade¹⁹.

Atualmente, tem havido uma priorização, por parte dos pesquisadores da área, em desenvolver novas teorias e métodos educativos em nutrição²⁰, que sejam transformadores, com influência na mudança dos hábitos alimentares. Entre eles, destaca-se o resgate da culinária²¹ como uma prática educativa que valoriza a cultura da comunidade e a participação ativa dos indivíduos envolvidos, sendo um instrumento viável para a promoção das práticas da alimentação saudável. Complementando, a inclusão das questões ambientais nos conteúdos de educação nutricional, é outra opção que, por envolver aspectos comunitários importantes, estará contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos cidadãos²².

A discussão das questões ambientais no Brasil, a partir da década de oitenta, coloca a educação ambiental como uma exigência das transformações ocorridas na sociedade moderna, a partir da destruição da natureza, levando à necessidade da formação de uma nova consciência ecológica, que preserve o meio ambiente, garantindo a sobrevivência do ser humano. A Política Nacional de Educação Ambiental define sua prática como “uma atividade educativa integrada, contínua e permanente em todos os níveis e modalidades do ensino formal”²³. A chave para a sustentabilidade é a educação, desenvolvida de novas formas, aproveitando todas as áreas do conhecimento e levando o saber para todas as atividades da vida, exigindo um comprometimento da sociedade como um todo para que aconteçam mudanças de padrões de produção e consumo criando estilos de vida sustentáveis²⁴. Entende-se que a educação nutricional tem uma contribuição a dar nesse sentido ao incluir em seu conteúdo transmitido nas escolas, as questões ambientais. Sabe-se, por exemplo, o quanto a água é importante para a saúde e a necessidade de sua ingestão diária de, pelo menos, oito copos. Este simples tema envolve vários questionamentos: há água potável suficiente para a população? A água disponível é tratada? A água domiciliar para beber e cozinhar é filtrada? As pessoas estão sendo educadas para terem um uso consciente da água? Os habitantes locais estão conscientes que a água é um recurso finito?

Outro ponto importante é relativo ao consumo de agrotóxicos, sobre os quais se podem questionar alguns tópicos. Se os nutricionistas enfatizam a importância do consumo de, no mínimo, seis porções diárias de frutas, legumes e verduras, per-

gunta-se: qual é a procedência desses alimentos? Que tipos de resíduos de agrotóxicos possuem? Qual a procedência da água de irrigação? Como esses alimentos estão sendo higienizados e preparados em nível doméstico? Os resíduos do preparo estão sendo aproveitados para compostagem a ser utilizada na adubação de hortas? E que tipos de hortas estamos propondo?

O debate sobre essas questões, na escola e na comunidade, contribuiu para a conscientização dos problemas existentes, mostrando que a solução está interligada e que a promoção da saúde exige um trabalho concomitante em várias frentes. A descrição da experiência de educação nutricional, em que se incluiu no conteúdo apresentado as questões ambientais, utilizando-se as hortas e oficinas culinárias como métodos pedagógicos, mostrou que essa pode ser uma opção viável de metodologia de educação nutricional para as escolas.

Atividade pedagógica de educação nutricional para escolas: descrição de experiência.

O Curso de Nutrição da Universidade Católica de Brasília (UCB), Distrito Federal (DF), por meio do Projeto de Extensão intitulado “Projeto de Alimentação Saudável” (PAS) desenvolveu, durante o período letivo de 2007, em parceria com o Sítio Geranium e a Organização Não Governamental (ONG) Mão na Terra, atividade pedagógica que incluiu questões ambientais no conteúdo de atividade de educação nutricional, direcionada para escolares e pré-escolares, mães e professores do ensino fundamental de escolas públicas das regiões de Taguatinga, Ceilândia e Samambaia, no DF.

O Sítio Geranium vem desenvolvendo agricultura ecológica desde 1986 sendo, hoje, um centro de referência na produção de alimentos livres de contaminantes, com preservação ambiental. É um espaço socioambiental de informação e formação ambiental, que abriga o projeto Sala Verde, do Ministério do Meio Ambiente, possibilitando o acesso da população à informação, por meio de vídeos, livros e apoio de monitores. A ONG Mão na Terra faz a conexão do Sítio Geranium com outros espaços da comunidade, por meio de apoio logístico e administrativo dos projetos realizados. Ambos atuam em parceria com a APRONTAG – Associação de Pequenos Produtores Rurais de Taguatinga.

O objetivo geral dessa atividade pedagógica foi o de proporcionar educação nutricional, com ênfase na importância do consumo de hortaliças na alimentação diária e com a inclusão, em seu conteúdo, de questões ambientais.

As atividades foram realizadas em três diferentes escolas, nas datas de 29 de maio, com a participação de 50 crianças e 4 professores, 21 de setembro, com 70 crianças e 5 professores e 22 de novembro de 2007, com a participação de 54 crianças, 15 mães e 5 professores.

A metodologia constou de acolhida da escola pela equipe envolvida e do desenvolvimento da atividade, com as seguintes etapas: trilha para a horta, reconhecimento e colheita de hortaliças, oficina de culinária, degustação dos alimentos e avaliação. A equipe foi formada por um representante do Sítio, a secretária executiva da ONG, três alunos estagiários de Engenharia Florestal da Universidade de Brasília, três alunas de Nutrição da Universidade Católica de Brasília, estagiárias do PAS e duas auxiliares de cozinha, funcionárias do Sítio, além da autora deste trabalho que, como Nutricionista, planejou e supervisionou as oficinas de culinária.

No trajeto de ida para a horta orgânica do Sítio Geranium, comentou-se sobre a importância, para a saúde humana, do cultivo de alimentos sem agrotóxicos, da situação da água no planeta, considerando-se que é um recurso escasso atualmente. Já no local, fez-se o reconhecimento e colheita das hortaliças existentes na época: brócolos, couve, chicória, almeirão, alface, salsa, cebolinha, pimentão, tomate cereja e cenoura. Posteriormente, os participantes foram encaminhados para a cozinha do Sítio, onde foi realizada a oficina de culinária. As etapas dessa oficina foram: lavagem das mãos, colocação de avental e touca protetora de cabelos, reconhecimento das receitas a serem preparadas, higienização das hortaliças observando-se o uso racional da água, preparação dos alimentos em clima de cooperação e solidariedade, com divisão de tarefas entre os participantes e, por último, degustação. Durante a oficina de culinária, acompanhada pelos monitores estudantes de Nutrição, comentou-se sobre o valor nutricional dos alimentos colhidos, tipos de técnicas dietéticas possíveis, importância do consumo de fibras para a saúde, uso consciente da água na cozinha, tipos de energia existentes para cozinhar os alimentos e necessidade da separação do lixo produzido. Para a degustação, os alimentos preparados (pizza de hortaliças, sanduíche de patê de cenoura com alface e tomate, suco de limão com couve) foram

dispostos nas mesas e os participantes se serviram, de acordo com sua preferência.

Durante a fase de avaliação, que veio a seguir, constatou-se por observação direta o interesse demonstrado pelas crianças em todas as etapas da atividade. Ficou evidente que, o fato de estarem em ambiente agradável e realizarem tarefa não usual no cotidiano escolar, contribuíram para o sucesso do evento, o que foi confirmado pelos professores presentes. O conhecimento, pelas crianças, da origem dos alimentos, provocou grande curiosidade de experimentá-los e o cardápio preparado foi degustado com prazer, não havendo recusa das hortaliças oferecidas, as quais, segundo depoimentos dos próprios estudantes, são raramente consumidas nos domicílios. As questões ambientais abordadas levaram as crianças a entrarem em contato com a realidade que os rodeia, permitindo a reflexão sobre temas importantes que passam despercebidos na vida diária e no cotidiano escolar. Foi entregue, ao final da atividade, um questionário com perguntas sobre os conteúdos abordados, para ser respondido e trabalhado posteriormente na escola; portanto, não houve análise das respostas. A entrevista semi-estruturada foi realizada com as mães após a última atividade, com a presença de doze participantes, quando se permitiu a livre expressão das entrevistadas, com um discurso amplo, que incluiu opiniões, fatos e impressões gerais. Algumas afirmaram que as crianças se tornaram mais curiosas com relação às hortaliças e começaram a pedir “saladas” em casa, após a realização da atividade. Outro aspecto comentado foi em relação às receitas, consideradas uma novidade no preparo de hortaliças estimulando o consumo nas famílias. Houve, também, um consenso entre as mães sobre a importância e prazer na realização da proposta efetuada no Sítio, além da afirmação da vontade de participar outras vezes de eventos semelhantes.

Os resultados observados no primeiro ano dessa experiência mostraram que o modelo de atividade pedagógica de educação nutricional proposto, com horta, oficina de culinária e inclusão das questões ambientais, desde que ocorra com participação ativa da comunidade escolar (alunos, professores, funcionários e pais) e de forma continuada, contribui para o consumo de hortaliças. Os conteúdos ambientais, somados aos específicos de nutrição, contribuem para a formação de cidadãos mais conscientes com relação à sustentabilidade, origem e produção dos alimentos, tornando-os aptos a fazerem escolhas mais saudáveis.

Apesar das limitações existentes (falta de apoio financeiro, tempo limitado, equipe iniciante) que não permitiram avaliação mais consistente das atividades realizadas nos hábitos alimentares das crianças e respectivas famílias, sugere-se a aplicação dessa proposta em escolas, com pesquisa e avaliação de outras variáveis, pela importância do tema na busca de conteúdos e metodologias que valorizem mais a educação nutricional, como importante estratégia na promoção da saúde.

REFERÊNCIAS

1. Poubel RO. Hábitos alimentares, nutrição e sustentabilidade: agroflorestas sucessionais como estratégia na agricultura familiar. [Dissertação de Mestrado]. Brasília: Centro de Desenvolvimento Sustentável, UnB; 2006.
2. Consea. III Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Documento Final. Fortaleza; 2007.
3. Boog MCF. Educação nutricional: Por que e para que? *Jornal da Unicamp* [periódico eletrônico]2004; 260. Disponível em: www.unicamp.br/unicamp/unicamp hoje/ju/agosto/2004. Acessado em 25/jan/2008.
4. Valente FLS. Direito Humano à Alimentação: desafios e conquistas. São Paulo: Editora Cortez; 2002.
5. Consea. Princípios e Diretrizes de uma Política de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília; 2004.
6. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde; 2000.
7. Santos LAS. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. *Rev.Nutr.* 2005; (18):5.
8. www.saude.gov.br/nutricao/documentos_forum_educacao_nutricional. Acessado em 10/07/2008.
9. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde, Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Guia Alimentar Para a População Brasileira: promovendo a Alimentação Saudável. Brasília: 2005.
10. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde, Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Alimentos Regionais Brasileiros. Brasília: 2002.

11. Câmara dos Deputados. Seminário de Educação Alimentar. <http://www.camara.gov.br/internet/eve/realizados/educacaoalimentar> (acessado em 01/12/2007).
12. Ferreira VA, Magalhães R. Nutrição e promoção da saúde: perspectivas atuais. *Cad. Saúde Pública*. 2007; 23 (7):1674-81.
13. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde, Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. A iniciativa de incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras (FL&V) no Brasil: documento base. Brasília; 2004
14. Gomes FS. Frutas, legumes e verduras: recomendações técnicas *versus* constructos sociais. *Rev. Nutr.* 2007; 20 (6): 669-80
15. Davanço GM, Taddei, JAAC, Gaglianone CP. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a curso de educação nutricional *Rev. Nutr.* 2004; 17(2): 177-84.
16. Toral N, Slater B, Cintra IP, Fisberg M. Comportamento alimentar de adolescentes em relação ao consumo de frutas e verduras. *Rev. Nutr.* 2006, 19(3):331 – 40.
17. Turano W, Almeida CCA. Educação nutricional. In: Gouveia ELC. Nutrição, comunidade e saúde. Rio de Janeiro: Editora Revinter; 1999.
18. Valente FLS. Em busca de uma educação nutricional crítica. In: Fome e Desnutrição, Determinantes Sociais, São Paulo: Editora Cortez; 1986, p.66-94.
19. Franco AC, Boog MCF. Relação teoria-prática no ensino de educação nutricional. *Rev. Nutr.* 2007; 6 (20).
20. Boog MCF. Educação nutricional: passado, presente e futuro. *Rev. Nutr.* 1997;10(1): 5-19.
21. Castro IRR, Souza TSN, Maldonado LA et.al. A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e profissionais das redes de saúde e de educação. *Rev. Nutr.* 2007; 20 (6): 571-88.
22. Grynszpan D. Educação em saúde e educação ambiental: uma experiência integradora. *Cad. Saúde Pública*. 1999; 15 (Sup.2): 133-138.
23. Carvalho, ICM. A Invenção Ecológica: Narrativas e trajetórias da educação ambiental no Brasil. Porto Alegre: Editora Universidade; 2001.
24. Unesco. Educação para um futuro sustentável: uma visão transdisciplinar para ações compartilhadas. Brasília: Editora Ibama; 1999.

Este trabalho faz parte da Tese de Doutorado do Programa de Pós-Graduação da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília, intitulada “Educação Nutricional no Brasil: Contribuição para a Prevenção da Deficiência de Vitamina A”.