



# ENEPEX

ENCONTRO DE ENSINO,  
PESQUISA E EXTENSÃO

8° ENEPE UFGD • 5° EPEX UEMS

## UTILIZAÇÃO DE ESPRESSÃO GRÁFICA DO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA: UM ESTUDO APLICADO AO PNAE

**Angélica Magalhães<sup>1</sup>; Lorena Fernandes Castilho<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Nutricionista, Doutora, Docente UFGD-FCS. Departamento de Nutrição. Universidade Federal da Grande Dourados, UFGD, Unidade 2, Rodovia Dourados – Itahum - Km 12, Cidade Universitária, 533, 79.804-970. Dourados, Mato Grosso do Sul, Brasil. [angelicamagalhaes@ufgd.edu.br](mailto:angelicamagalhaes@ufgd.edu.br). <sup>2</sup>Nutricionista, Aluna especial Mestrado Agronegócio. Universidade Federal da Grande Dourados, UFGD, Unidade 2, Rodovia Dourados – Itahum - Km 12, Cidade Universitária, 533, 79.804-970. Dourados, Mato Grosso do Sul, Brasil. [lorenafcastilho@hotmail.com](mailto:lorenafcastilho@hotmail.com).

### RESUMO

No Brasil, o Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional (EAN), determina que, as práticas de EAN devem ser desenvolvidas com base no Guia Alimentar para a População Brasileira e em vários setores, dentre eles o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Guias Alimentares são instrumentos de Educação Alimentar desenvolvidas por órgãos ligados à alimentação e a saúde, visando orientar uma alimentação adequada para a população. A representação gráfica de Guias Alimentares tem o propósito de ajudar o grupo populacional eleito a recordar facilmente que alimentos devem ser incluídos na dieta e em que proporções. Este trabalho teve por objetivo propor e validar uma Representação Gráfica do Guia Alimentar para a População Brasileira, visando sua utilização em Projetos e Ações de Educação Alimentar e Nutricional, desenvolvidos no PNAE. O estudo se caracterizou por um inquérito constituído de entrevista semiestruturada com utilização de questionário contendo questões fechadas. Como universo da pesquisa foram definidos os municípios do Território da Cidadania do estado de Mato Grosso do Sul. Os questionários contendo 3 opções de escolha de um modelo de Representação Gráfica do Guia Alimentar para População Brasileira, definidas como Figuras 1 (com figuras), 2 (com palavras) e 3 (pirâmide alimentar) respectivamente, foram encaminhados para Responsáveis Técnicos pelo PNAE de cada município. Com base nas respostas, pode se verificar que há predominância de atividades realizadas por Nutricionistas e Professores, a disciplina de ciências foi destacada como a mais utilizada para as atividades de EAN, a frequência com que são realizadas essas atividades durante o ano é variável, o recurso didático mais utilizado nas práticas de EAN foi o data

show e por fim, a Representação Gráfica utilizada com maior preferência entre os profissionais foi a Figura 3 (pirâmide alimentar).

**Palavras-chave:** Segurança alimentar e nutricional, alimentação escolar, instrumentos de educação alimentar.

## INTRODUÇÃO

Segurança Alimentar e Nutricional pode ser definida como a garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada que, por sua vez, significa o “Direito inerente a todas as pessoas de ter acesso regular, permanente e irrestrito, quer diretamente ou por meio de aquisições financeiras, a alimentos seguros e saudáveis, em quantidade e qualidade adequadas e suficientes, com respeito às tradições culturais do seu povo e que garanta uma vida livre do medo, digna e plena nas dimensões física e mental, individual e coletiva” (ONU, 2002).

O Brasil tem se destacado em Ações, Programas e Políticas de promoção da Segurança Alimentar e Nutricional (FAO, 2014), visando, não apenas o combate à fome, mas também a prevenção de sobrepeso, obesidade e Doenças Crônicas Não Transmissíveis, como Diabetes, Hipertensão Arterial e Dislipidemias, as quais já se manifestam em países em desenvolvimento, onde coexistem com as situações de pobreza e subnutrição (FILHO, 2008; TARDIDO & FALCÃO, 2006).

Enquanto Política Pública, a Segurança Alimentar e Nutricional engloba etapas de formulação, implantação e avaliação. Para implantação dessa Política o Brasil considera fundamental que se desenvolvam ações de educação alimentar e nutricional e, nesse sentido a Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional propôs em 2012, o Marco de Referência em Educação Alimentar e a Nutricional (BRASIL, 2012).

De acordo com o Marco de Referência, a Educação Alimentar e Nutricional é um campo de ação da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde e tem sido considerada uma estratégia fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos. Entre seus resultados potenciais identifica-se a contribuição na prevenção e controle das Doenças Crônicas Não Transmissíveis e deficiências nutricionais, bem como a valorização das diferentes expressões da cultura alimentar, o fortalecimento de hábitos regionais, a redução do desperdício de alimentos, a promoção do consumo sustentável e da alimentação saudável.

A educação alimentar e nutricional engloba um conjunto de ações formativas que objetivam promover a adoção de práticas e escolhas alimentares saudáveis, que dialoguem com a cultura alimentar de cada grupo e região, e o fortalecimento dos sujeitos de direito para participação e mobilização social (BRASIL/CAISAN, 2011).

Considerando o conceito de EAN, muitos são os setores que devem ser envolvidos nas relações de prática de educação para promoção da Alimentação Saudável, no contexto da busca pela garantia do Direito Humano a Alimentação Adequada. De acordo com o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para a População Brasileira, as ações de educação alimentar e nutricional devem ser desenvolvidas nas áreas de Educação (PNAE), nos Programas de Alimentação do Trabalhador (PAT), na Política Nacional de Atenção Básica, nas Redes de Proteção Social Básica e nos Equipamentos Públicos de Segurança Alimentar (cozinhas comunitárias, restaurantes populares e bancos de alimentos).

*A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar. (BRASIL, 2012).*

No contexto escolar, o principal objetivo das ações formativas de EAN deve ser o de incorporar o tema da alimentação e nutrição com ênfase na alimentação saudável e na promoção da saúde, reconhecendo a escola como um espaço propício à formação de hábitos saudáveis e à construção da cidadania, considerando que o ambiente escolar pode e deve ter função pedagógica, devendo estar inserida no contexto curricular (SCHMITZ et al., 2008; TRICHES & GIUGLIANI, 2005).

Serão ações de educação alimentar e nutricional, dentre outras, aquelas que, promovam a oferta de alimentação adequada e saudável na escola; promovam a formação de atores; articulem as políticas municipais, estaduais, distritais e federais no campo da alimentação escolar; dinamizam o currículo das escolas, tendo por eixo temático a alimentação no ambiente escolar; promovam metodologias inovadoras para o trabalho pedagógico; favoreçam o resgate dos hábitos alimentares regionais e culturais; estimulem e promovam a utilização de produtos orgânicos e/ou agroecológicos e da sociobiodiversidade e

estimulem o desenvolvimento de tecnologias sociais, voltadas para o campo da alimentação escolar (BRASIL/FNDE, 2014).

No Brasil, estas ações são disciplinadas pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que é gerenciado pelo Ministério da Educação e visa à transferência, em caráter suplementar, de recursos financeiros aos estados, ao Distrito Federal e aos municípios destinados a suprir, parcialmente, as necessidades nutricionais dos alunos. É considerado um dos maiores programas na área de alimentação escolar no mundo e é o único com atendimento universalizado.

*Implantado em 1955, garante, por meio da transferência de recursos financeiros, a alimentação escolar dos alunos de toda a educação básica (educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos) matriculados em escolas públicas e filantrópicas. Seu objetivo é atender as necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência em sala de aula, contribuindo para o crescimento, o desenvolvimento, a aprendizagem e o rendimento escolar dos estudantes, bem como promover a formação de hábitos alimentares saudáveis. O PNAE tem caráter suplementar, como prevê o artigo 208, incisos IV e VII, da Constituição Federal, quando coloca que o dever do Estado com a educação é efetivado mediante a garantia de "atendimento em creche e pré-escola às crianças de zero a seis anos de idade" (inciso IV) e "atendimento ao educando no ensino fundamental, através de programas suplementares de material didático-escolar, transporte, alimentação e assistência à saúde" (inciso VII). O repasse é feito diretamente aos estados e municípios, com base no censo escolar realizado no ano anterior ao do atendimento. O programa é acompanhado e fiscalizado diretamente*

*pela sociedade, por meio dos Conselhos de Alimentação Escolar (CAEs), pelo FNDE, pelo Tribunal de Contas da União (TCU), pela Secretaria Federal de Controle Interno (SFCI) e pelo Ministério Público (BRASIL, 2013).*

As ações de educação para profissionais da comunidade escolar no setor público são definidas pelo Programa Nacional de Alimentação Escola, sendo uma das atribuições obrigatórias do profissional Nutricionista, de acordo com a Lei 11.947/2009, regulamentada pela Resolução 026/2013 – FNDE, a qual cita no capítulo V, Artigo 12, item III, “que cabe ao Profissional, coordenar e realizar em conjunto com a direção e com a coordenação pedagógica das escolas, ações de educação alimentar e nutricional” (BRASIL/Resolução RDC nº 026, de 17 de junho de 2013).

Para o bom desempenho das ações de EAN, são imprescindíveis os Guias Alimentares, que são instrumentos de educação alimentar desenvolvidas por órgãos ligados à alimentação e a saúde, com vista a orientar uma alimentação adequada para a população. Os guias alimentares objetivam a promoção do bem-estar nutricional e a garantia do direito humano básico à alimentação através do fornecimento de orientações nutricionais sobre hábitos e práticas alimentares (USDA, 2013; HORTA, PASCOAL e SANTOS, 2011; MAGALHÃES, 2010).

Os guias alimentares devem ter uma representação gráfica, que facilite a compreensão de seus conteúdos por todas as faixas da população (LANZILLOTTI, COUTO e AFONSO, 2005). A representação gráfica de guias alimentares tem o propósito de ajudar o grupo populacional eleito a recordar facilmente que alimentos devem ser incluídos na dieta e em que proporções. A construção de um símbolo de fácil compreensão que represente o guia serve como excelente ferramenta de educação nutricional e pode ser utilizada por consumidores, por profissionais de educação nutricional e pela indústria de alimentos (BARBOSA, COLARES & SOARES, 2008).

Um trabalho de revisão realizado por Horta, Pascoal e Santos (2011), verificando guias alimentares para crianças e adolescentes, mostrou que 17 países possuem Guia Alimentar no mundo, sendo dez na América Latina, três na América do Norte, dois na Europa e dois na Ásia e Oceania. Destes, seis são organizados somente na forma de diretrizes, 10 na

forma de diretrizes e expressão gráfica e apenas um organizado somente na forma de expressão gráfica.

A Pirâmide Alimentar, é uma representação gráfica do Guia Alimentar americano que foi adotado pelo Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA) em 1992, usado como instrumento de educação alimentar para orientar o consumo adequado de alimentos. Com formato de triângulo, quando visto em três dimensões se transforma em uma pirâmide, com seis divisões. Cada divisão corresponde a um grupo de alimentos, classificados pela composição química, ou seja, pela função que exercem no organismo e também representando as proporções em que devem ser consumidos. Os seis grupos são: Carboidratos complexos, que compõem a base da pirâmide e, portanto devem ser consumidos em maior proporção; Frutas, Hortaliças, Lácteos, Cárneos, ovos e leguminosas, Doces e gorduras. Seguindo a sequência de proporcionalidade, os doces e gorduras são os devem ser ingeridos em menor quantidade (USDA,2014).

No Brasil, no ano de 1999 Philippi, et al, realizaram um trabalho de adaptação da pirâmide alimentar elaborada nos Estados Unidos em 1992, passando a ser a primeira representação gráfica de orientação alimentar adaptada à realidade brasileira tendo como proposta servir como instrumento para orientação nutricional de indivíduos e grupos populacionais, respeitando-se os hábitos alimentares e as diferentes realidades regionais e institucionais.

Em 2006, o Ministério da Saúde brasileiro lançou o Guia Alimentar para a População Brasileira, cuja elaboração considerou um prévio levantamento do perfil de morbidade e mortalidade da população e de dados de consumo alimentar existentes no País, com base na Pesquisa de Orçamento Familiar (POF, 2003; BRASIL, 2006).

Esse guia contém as primeiras diretrizes oficiais para a população. Trazendo mensagens centrais para a prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (Hipertensão, Diabetes, Dislipidemias e Obesidade), sem deixar de contemplar questões relacionadas às deficiências nutricionais (BRASIL, 2008).

Desde 2006, ocasião do lançamento oficial do Guia Alimentar da População Brasileira, o Ministério da Saúde deixou de recomendar o uso da Pirâmide Alimentar, porém não apresentou uma substituição para outra representação gráfica ser utilizada.

Em 2009, uma nova Pirâmide foi proposta pelo Departamento de Agricultura dos Estados Unidos visando a orientação para uma alimentação saudável no cotidiano moderno dos americanos e, considerando as situação epidemiológica nutricional da população, com elevadas taxas de prevalência de obesidade. A Nova Pirâmide orienta para um consumo três vezes maior de hortaliças e frutas, além do consumo diário de leguminosas, o que não acontecia com a orientação da Pirâmide Alimentar inicialmente implantada nos Estados Unidos. Essa modificação se fez na tentativa de reverter o quadro epidemiológico de crescente prevalência, naquele país, de obesidade e DCNT observado nas últimas décadas, comprovadamente resultante do modelo alimentar centrado em alimentos com alta densidade energética e pouca fibra, naquele país (USDA, 2014).

Em relação a projetos de educação alimentar e nutricional as expressões gráficas dos guias alimentares tem um papel primordial. A representação gráfica tem o propósito de ajudar o público-alvo a recordar facilmente os alimentos, incluindo na dieta os alimentos mais saudáveis e suas proporções devidamente corretas (LANZILLOTTI, COUTO e AFONSO, 2005; HORTA, PASCOAL e SANTOS, 2011; PHILIPPI, 1991).

Nesse sentido, este trabalho teve por objetivo propor um modelo de representação gráfica do Guia Alimentar para a População Brasileira, a ser utilizado nas ações de Educação Alimentar e Nutricional desenvolvida no contexto do Programa Nacional de Alimentação Escolar.

## **OBJETIVO**

Propor e validar uma representação gráfica do Guia Alimentar para a população brasileira, visando sua utilização em projetos e ações de Educação Alimentar e Nutricional, desenvolvidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Este estudo se caracteriza por um inquérito constituído de entrevista semiestruturada com utilização de questionário contendo questões fechadas. Como universo da pesquisa foram definidos os municípios do Território da Cidadania do estado de Mato Grosso do Sul. Os questionários contendo 3 opções de escolha de um modelo de representação gráfica do Guia Alimentar para População Brasileira, foram encaminhados para Responsáveis Técnicos pelo PNAE dos respectivos municípios. O envio foi feito via internet, tendo sido encaminhado juntamente com o questionário, um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, e a

solicitação de que as respostas fossem encaminhadas num período máximo de 10 dias. Este trabalho se define como pesquisa exploratória, no qual usualmente, não apresenta procedimentos de amostragem e técnicas quantitativas de coleta de dados.

### *Caracterização do Universo*

O universo da pesquisa foi o Território da Cidadania, com o envio de e-mails para todos os municípios que fazem parte deste Programa. Os profissionais entrevistados somente poderiam ser os Nutricionistas que estavam vinculados com esse Programa e com o Programa Nacional de Alimentação escolar (PNAE).

O Programa Territórios da Cidadania (PTC), elaborado por Decreto em fevereiro de 2008 pelo Governo Federal, teve como base para ser criado, uma Agenda Social cujo objetivo era estabelecer uma política para reduzir a desigualdade social, assegurando os direitos de todos (BRASIL/MAPA, 2013).

Os objetivos do PTC, se consolida em “promover e acelerar a superação da pobreza das desigualdades sociais no meio rural, inclusive as de gênero, raça e etnia, por meio de estratégia de desenvolvimento territorial sustentável”. Ou seja, suas ações visam incentivar o desenvolvimento econômico, universalizando projetos básicos de cidadania, destinando-se a garantir com o Estado seu apoio integral, com financiamento e suporte para as atividades que acarretem geração de renda, através de um plano de desenvolvimento territorial sustentável (BRASIL/MAPA, 2013). A participação social e a integração de ações entre Governo Federal, estados e municípios são fundamentais para a construção dessa estratégia (BRASIL/PORTAL DA CIDADANIA, 2013).

O Programa funciona por meio de Comitê Gestor, Grupos Interministeriais de Execução e Acompanhamento (participam 22 Órgãos Federais, sob a coordenação do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome), Comitês de Articulação Estaduais e Colegiados Territoriais (BRASIL/PORTAL DA CIDADANIA, 2013).

No Brasil, o Programa está distribuído em 5 regiões brasileiras, no qual estão agregados 120 Territórios da Cidadania. Entretanto, foram posicionados com prioridade municípios no Planejamento e Gestão Operacional no ciclo de 2013.

A região de Mato Grosso do Sul, é composta por quatro Territórios da Cidadania que são divididos em Território Cone Sul formado por oito municípios, Território Da Reforma

constituído por onze municípios, Território Vale do Ivinhema com dez municípios e por fim o Território Grande Dourados composto por doze municípios (BRASIL/MAPA, 2013).

A busca pelos endereços eletrônicos dos Nutricionistas foi realizada por uma pesquisa em todas as Secretarias de Educação dos municípios do Território da Cidadania, por meio de seus sites, buscando o número de telefone e o nome dos secretários de educação, ou também o próprio telefone do profissional nutricionista.

Por fim, foram enviadas as correspondências eletrônicas a todos os Nutricionistas que foram encontrados seus e-mails, com o propósito de se obter a colaboração de todos que receberam a pesquisa.

Não foi realizado nenhuma análise estatística para determinar o tamanho da amostra, no entanto foi enviada a todos os profissionais dos quais seus e-mails fossem encontrados.

#### *Instrumento de coleta de dados*

O questionário foi construído com 2 partes, sendo a primeira composta de questões relativas a caracterização do processo de educação alimentar e nutricional desenvolvido no município e a segunda apresentando as três propostas de Representação Gráfica do Guia Alimentar para a População Brasileira, sendo duas construídas com base em figuras e uma, em palavras.

As figuras construídas foram baseadas nas sete Diretrizes contidas no Guia Alimentar para a População Brasileira, onde buscou-se demonstrar da forma mais clara e explicativa todas as diretrizes, na qual o principal objetivo é indicar a importância de consumir refeições saudáveis coloridas e saborosas, com alimentos variados, tipos e quantidades adequadas à cada fase da vida, com alimentos de origem vegetal e animal, com no mínimo três refeições por dia (café da manhã, almoço e jantar) intercaladas por pequenos lanches. Orientar o consumo diário de 6 porções do grupo de arroz, pães, massas, tubérculos e raízes, dando preferência aos grãos integrais. Consumir diariamente pelo menos três porções de verduras e legumes como parte das refeições e três porções de frutas nas sobremesas e nos lanches. Valorizando os produtos da região, de acordo com a estação em que se encontra e os tipos de frutas, legumes e verduras consumidos na semana. Recomendar a ingestão de uma porção de feijão por dia, variando os tipos de feijões (preto, carioca, verde, branco, de-corda, entre outros) e suas preparações, consumir outros tipos de leguminosas (soja, grão-de-bico, ervilha seca, lentilha, fava, etc). Indicar a ingestão de três porções de leite e derivados, e uma porção

de carnes, peixes ou ovos diariamente preferindo carnes magras retirando sempre a gordura aparente antes da preparação. Evitar o consumo de alimentos embutidos ricos em sal e gordura. Reduzir a ingestão de bebida e alimentos ricos em gordura, açúcar e sal. Consumir no máximo uma porção de óleos vegetais, margarina, azeite, açúcar e doces por dia. Utilizando somente uma colher de chá rasa de sal iodado por pessoa diariamente. Por fim, a última Diretriz enfatiza a ingestão de seis a oito copos de água por dia sendo tratada, filtrada ou fervida para preparar refeições e para consumo (BRASIL, 2006).

As três figuras foram adaptações fundamentadas na Pirâmide criada pela Sônia Tucunduva Philippi em conjunto com as Diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira. A partir da Pirâmide adaptada da Sonia Tucunduva Philippi, foram inseridas nas figuras seus 4 níveis (1º nível: grupo dos cereais, tubérculos, raízes; 2º nível: grupo das hortaliças e grupo das frutas; 3º nível: grupo do leite e produtos lácteos, grupo das carnes e ovos e grupo das leguminosas; 4º nível: grupo dos óleos e gorduras e grupo dos açúcares e doces), a variedades dos alimentos típicos e do hábito alimentar dos brasileiros e a forma da representação gráfica como pirâmide, por ser dinâmica gerando uma fácil compreensão das diversas faixas etárias com o qual se trabalha como crianças, jovens, adultos, idosos, e outros (PHILIPP et al., 1999).

Juntamente com as abordagens consideradas a partir da criação da Pirâmide pela Sonia Tucunduva Philippi, foram levados em conta algumas características do Guia Alimentar para a construção das três figuras elaboradas, como a abordagem multifocal, que se refere às diretrizes expressas para toda população, por profissionais de saúde, para as família, para os setores públicos e para o governo. A explicitação das quantidades de porções, as variações das quantidades, e a originalidade de ser produzido oficialmente para os brasileiros. Tudo isto, compondo em conjunto para se formar uma única Representação Gráfica adequada para a População Brasileira (Figura 1).

### ***Procedimentos de coleta de dados***

Foram consultados os nutricionistas responsáveis pelo PNAE dos municípios de quatro Territórios da Cidadania do estado de Mato Grosso do Sul, em virtude dos mesmos fazerem parte de um Projeto de Extensão da Universidade Federal da Grande Dourados, relacionado a qualificação da gestão do PNAE.

A coleta de dados realizou-se basicamente por meio de questionários eletrônicos, destinados aos profissionais Nutricionistas escolhidos como população da pesquisa.

Procedimento em que foi baseado na pesquisa utilizada pela pesquisadora Cristina Moraes Neves (2003).

A abordagem da população da pesquisa foi elaborada por meio de e-mails enviados para os endereços eletrônicos dos participantes, no qual constava o questionário de pesquisa juntamente com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O fato de se ter usado os endereços eletrônicos, proporcionou uma maior mobilidade considerando a praticidade deste meio e o fato de poder abordar a população que está fisicamente longe da pesquisadora.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Neste capítulo, são apresentados os resultados descritivos da amostra encontrada no que se refere aos dados mencionados pelos profissionais no preenchimento dos questionários. Dentre os 41 municípios do Programa Territórios da Cidadania, apenas 9 mandaram o retorno com suas respostas.

Em relação aos profissionais, foi verificado que em 20% dos casos, as atividades são realizadas por Nutricionistas e em 80% dos casos as atividades são realizadas por Nutricionistas e professores. O gráfico 1 mostra a distribuição das atividades de educação em relação aos profissionais que as executam (Figura 2).

Com base nos resultados, é possível perceber que há predominância de atividades realizadas por Nutricionistas e Professores. Esse aspecto denota que, na região estudada, são seguidas as orientações da Resolução 026/2013, a qual define que as ações de EAN devem ser realizadas em conjunto com a equipe escolar.

De acordo com as questões em que se foram avaliadas as disciplinas no qual foi inserida as atividades de Educação Alimentar e Nutricional, 50% eram aplicadas na matéria de Ciências, 25% em todas as disciplinas e 25% em outras ocasiões em que não foi especificada a matéria (Figura 3).

Conforme o exposto, nota-se que a disciplina de Ciências é a mais envolvida nos projetos de Educação Alimentar e Nutricional devido ser uma área em que se trata do corpo humano, onde o tema de alimentação se destaca nos conteúdos sobre sistema digestório, no qual são estudadas as enzimas digestivas, os nutrientes, os processos digestivos e os órgãos que os compõe. Além de nesta matéria, serem abordados e implantados assuntos teóricos e aulas práticas sobre pomar, hortas e jardim (SOARES; LAZZARI; FERDINANDI, 2009).

Segundo a frequência em que as atividades de Educação Alimentar e Nutricional são realizadas, 80% dos profissionais destacaram que foi variável, em relação aos 20% que informaram que executavam as atividades de EAN uma vez ao ano (Figura 4).

A fase da infância é muito importante, pois consiste na formação dos hábitos e práticas de seu comportamento ao longo da vida, especialmente relacionados à alimentação (YOKOTA et al., 2010).

Observa-se cada vez mais o aumento da prevalência da obesidade em todos os segmentos sociais e faixas etárias, como consequência do elevado consumo de alimentos com altos índices de densidade energética e a falta da prática de atividade física (YOKOTA et al., 2010).

Com isso, estima-se o aumento na frequência com que as atividades de EAN devem ser aplicadas. Deve-se ter um planejamento anual, que potencialize as práticas dessas atividades sendo executadas mais vezes durante o ano, ou implantá-la como parte da estrutura curricular do aluno.

No que se refere aos recursos utilizados para se elaborar as práticas de Educação Alimentar e Nutricional, o mais utilizado foi o Data Show destacado como 36,4% das escolhas dos profissionais, logo em seguida se encontra Vídeos com 18,2% e Fantoches, Computador, Banners, Livros e Cartazes com 9,1% (Figura 5).

De acordo com o Manual Operacional para Profissionais de Saúde e Educação, as ações de educação em Nutrição exigem que a estrutura escolar disponibilize recursos e condições para que o profissional educador execute a aprendizagem para seus alunos (BRASIL, 2008). A partir disso, são indicados o uso de materiais educativos como, cartazes, folders, boletins, revistas e vídeos. A elaboração desses materiais educativos devem ser compostos de linguagem adequada, coloridos, integrado de figuras, de acordo com o público que se pretende despertar interesse (BRASIL, 2008).

Desta maneira, o último item abordado foi a escolha dos Nutricionistas entre as figuras propostas como Representação Gráfica das Diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira. A Figura 2 não foi escolhida entre nenhum dos participantes, por isso não consta nos dados do gráfico. A Figura 3 foi a qual agradou mais o público alvo com 66,7%, enquanto a Figura 1 ficou em segundo lugar no quesito preferência com 33,3% (Figura 6).

O Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2006), possui as primeiras diretrizes oficiais elaboradas particularmente para a nossa população, que são destinadas a todos que estão implicados com a Saúde Pública, como também às famílias (BRASIL, 2008).

A discussão do Guia está fundamentado na família, retratando a cultura brasileira e a atenção atual é em relação a Doenças Crônicas Não Transmissíveis, alimentação e os diferentes modo de vida. Entretanto, as diretrizes do Guia também são destinadas aos profissionais de saúde, ao governo, setor produtivo e a população em geral. Com isso, as diretrizes são mensagens com orientações compreensíveis para se colocar em prática no contexto familiar (BRASIL, 2006).

## **CONCLUSÃO**

Observou-se que a prática de Educação Alimentar é válida nas escolas e que estão sendo implantadas cada vez mais no currículo escolar, realizado juntamente por Nutricionistas e Professores, com uma frequência positiva de aplicação ao longo do ano, de modo que adequada as mais diversas disciplinas.

Os guias alimentares ainda representam um importante instrumento de trabalho didático nas escolas, pois apresentam uma forma mais fácil de aprendizado e adaptação para uma conduta de alimentação saudável. Dessa forma, ressalta-se a importância para a execução de programas de educação alimentar e nutricional nas escolas, com nutricionistas, professores, diretores empregando o uso de recursos didáticos variados, criativos, novos e originais para buscar o interesse do público em foco (crianças, adolescentes, jovens) em parceria com os pais desses alunos, dando suporte no âmbito familiar para concretizar essas ações de educação.

Não se obriga que a representação gráfica seja definida somente como pirâmide, o que importa é que sua forma seja dinâmica, com o objetivo de ampliar as redes de comunicação que facilitem a troca de experiências e informações entre o educador, alunos, família e a população como um todo.

Portanto, é importante que a representação gráfica de um guia alimentar seja sempre avaliada e adaptada em função de um objetivo em que se determina, da população a ser alcançada, respeitando sempre os seus hábitos alimentares locais e a disponibilidade de alimentos, permanecendo como um guia prático de orientação nutricional.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Barbosa RMS, Colares LGT & Soares EDA (2008). Percepção de responsáveis e recreadores sobre diferentes representações gráficas de guia alimentar para crianças de dois a três anos. **Revista Paulista de Pediatria**, 4: 350-356.

Brasil, Agência Nacional de Vigilância em Saúde (2013) Resolução RDC nº 026, de 17 de junho de 2013. **Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa nacional de Alimentação Escolar-PNAE.**

Diário Oficial da União, Poder Executivo. Brasília, 44 p. Brasil, Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (2011) **Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. CAISAN.** Brasília, 132 p.

Brasil, Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (2012) **PNAE: Ações educativas.** Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-acoes-educativas>. Acesso em: 10 de janeiro de 2014.

Brasil, Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (2013) **Cooperativismo nos territórios da cidadania.** Disponível em: <http://www.agricultura.gov.br/cooperativismo-associativismo/cooperativismo-territorios-cidadania>. Acesso em: 20 de dezembro de 2013.

Brasil, Ministério da Saúde (2006) **Guia Alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável,** Secretaria de Atenção à Saúde, Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Brasília, 210 p.

Brasil, Ministério da Saúde (2008) **Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas.** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília, 152 p.19

Brasil, Portal da Cidadania (2013) **Territórios da Cidadania: O Programa.** Disponível em: <http://www.territoriosdacidadania.gov.br/dotlrn/clubs/territoriosrurais/one-community>. Acessado em: 20 de dezembro de 2013.

Filho MP (2008) Anemia e obesidade: um paradoxo da transição nutricional brasileira. **Caderno Saúde Pública**, 2: 247-257.

Horta PM, Pascoal MN & Santos LCD (2011) Atualizações em guias alimentares para crianças e adolescentes: uma revisão. **Revista Brasileira de Saúde Materna e Infantil**, 2: 115-124.

Lanzillotti HS, Couto SEM & Afonso FM (2005) Pirâmides alimentares: uma leitura semiótica. **Revista de Nutrição**, 6: 785-792.

Neves CM (2003) **Possibilidades e dificuldades do uso da soja in natura na alimentação humana no Brasil**. Dissertação de Pós Graduação em Agronegócio.

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre RS, 130 p. Philippi ST et al (1999) Pirâmide Alimentar adaptada: Guia para escolha dos alimentos. **Revista Nutrição**, 1:65-80.

Schmitz BAS et al (2008) A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. **Caderno de Saúde Pública**, 2: 312-322.

Soares ACF, Lazzari ACM & Ferdinandi MN (2009) Análise da importância dos conteúdos da disciplina de educação nutricional no ensino fundamental segundo professores de escolas públicas e privadas da cidade de Maringá – Paraná. **Revista Saúde e Pesquisa**, 2:179-184.

Tardido AP & Falcão MC (2006) O impacto da modernização na transição nutricional e obesidade. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, 2: 117-124.

Triches RM & Giugliani ESR (2005) Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista Saúde Pública**, 4: 541-547.20.

Yokota RTC et al (2010) Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. **Revista Nutrição**, 1: 37-47.

## ANEXO



Figura 1



Figura 2

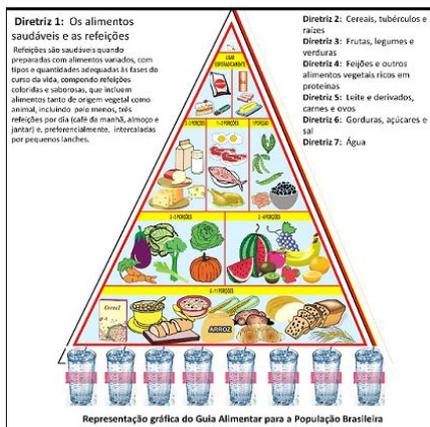
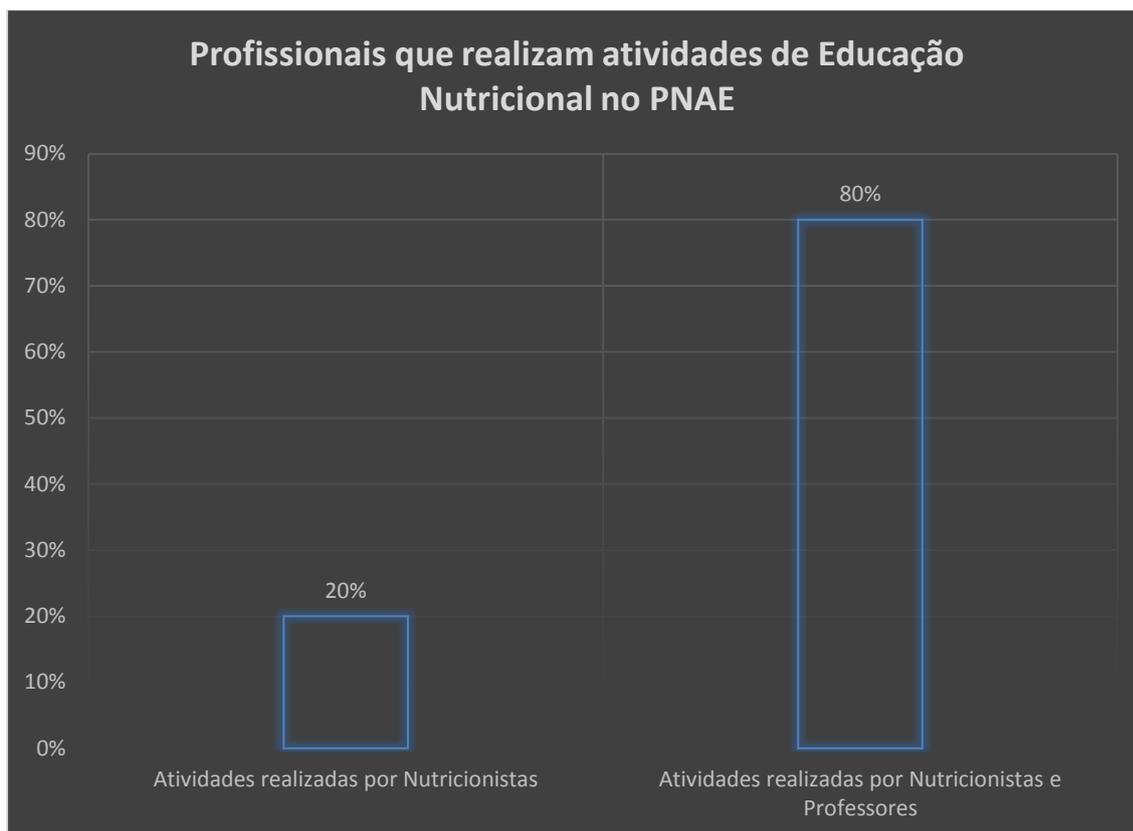
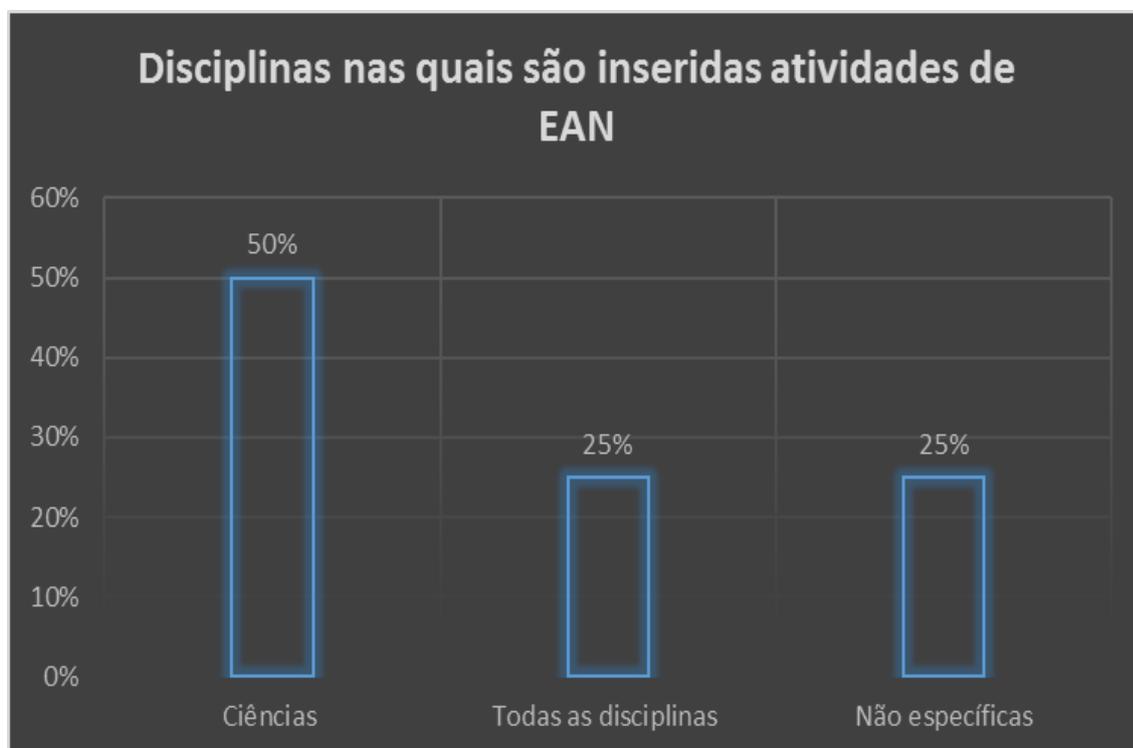


Figura 3

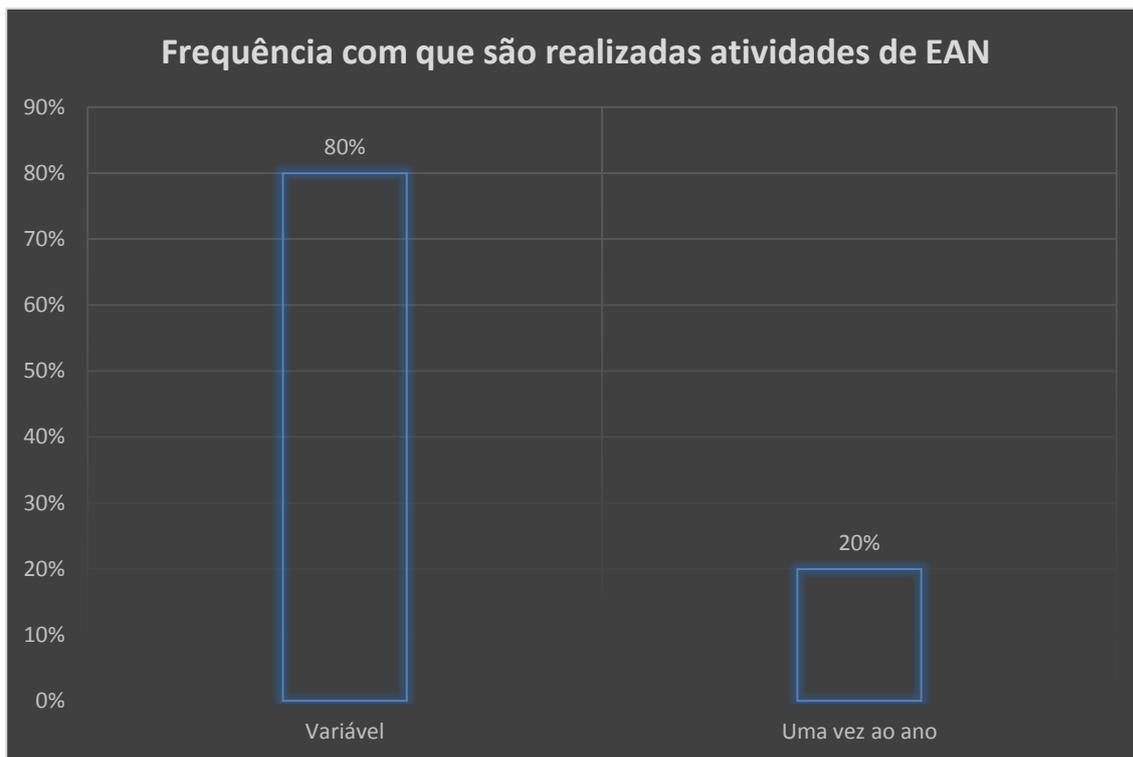
Figura 1: As três propostas de Representação Gráfica do Guia Alimentar para a População Brasileira.



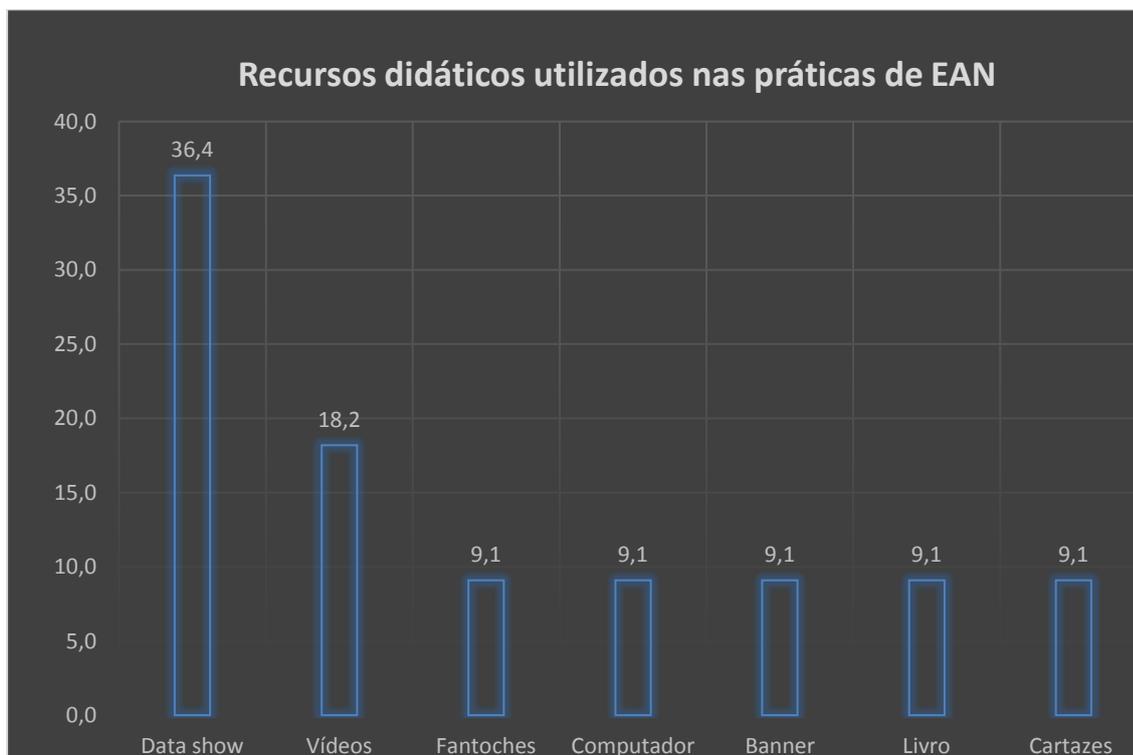
*Figura 2: Profissionais que realizam atividades de Educação Alimentar e Nutricional no PNAE.*



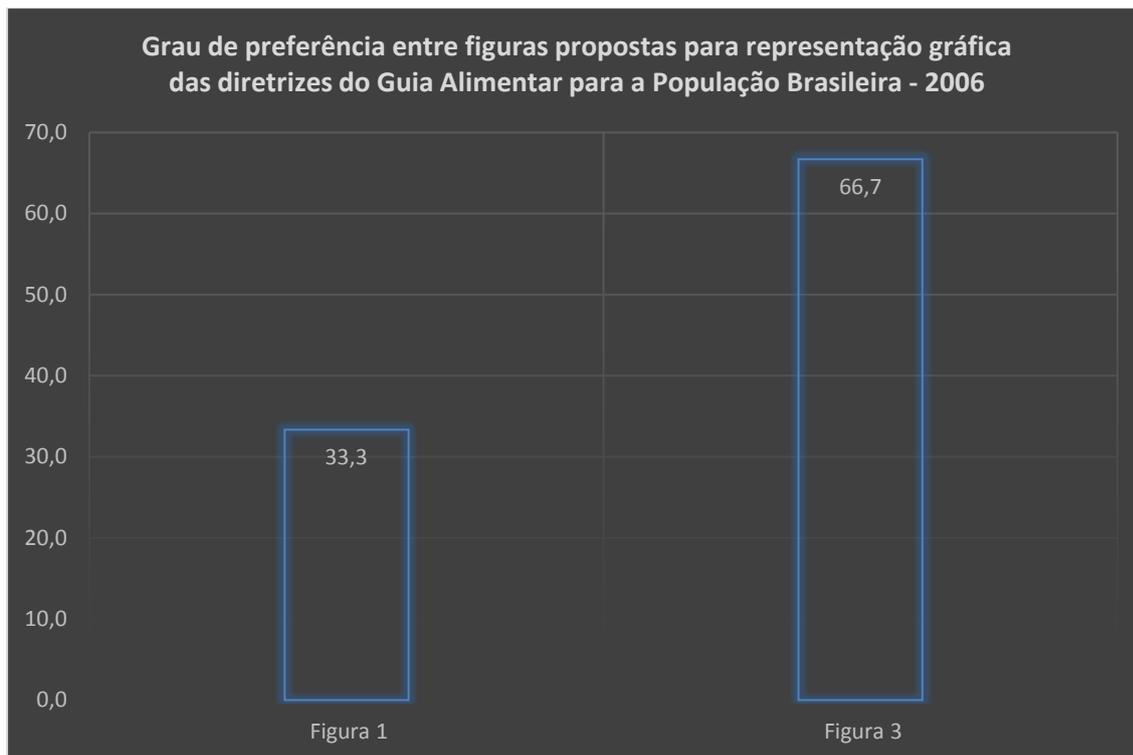
*Figura 3: Disciplinas nas quais são inseridas as atividades de Educação Alimentar e Nutricional.*



*Figura 4: Frequência com que são realizadas as atividades de Educação Alimentar e Nutricional.*



*Figura 5: Recursos didáticos utilizados nas práticas de Educação Alimentar e Nutricional.*



*Figura 6: Grau de Preferência entre as figuras propostas para Representação Gráfica das diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira – 2006.*