



**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA DA PARAÍBA
DIRETORIA DE DESENVOLVIMENTO DE ENSINO COORDENAÇÃO DO
CURSO ESPECIALIZAÇÃO EM DOCÊNCIA PARA EDUCAÇÃO
PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA.**

RAYSSA VILAR MELO DE MORAES

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ESCOLAS TÉCNICAS: UMA
REVISÃO DE LITERATURA**

**CABEDELO-PB
2023**

RAYSSA VILAR MELO DE MORAES

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ESCOLAS TÉCNICAS: UMA
REVISÃO DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso Especialização em Docência para Educação Profissional e Tecnológica, do Instituto Federal da Paraíba – Campus Cabedelo, em cumprimento às exigências parciais para a obtenção do título de Especialista.

ORIENTADOR (A): SUZANA FIRMINO DA SILVA

**CABEDELO-PB
2023**

Dados Internacionais de Catalogação – na – Publicação – (CIP)
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba – IFPB

M828e Moraes, Rayssa Vilar Melo de.
Educação Alimentar e Nutricional em Escolas Técnicas: Uma revisão de literatura / Rayssa Vilar Melo de Moraes – Cabedelo, 2023.
19 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Docência para Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba – IFPB.

Orientadora: Profa. Suzana Firmino da Silva.

1. Alimentação escolar. 2. Nutrição. 3. Ensino técnico. I. Título.

CDU 377:641/642

FOLHA DE APROVAÇÃO

RAYSSA VILAR MELO DE MORAES

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ESCOLAS TÉCNICAS: UMA
REVISÃO DE LITERATURA

Trabalho de conclusão de curso elaborado como requisito parcial avaliativo para a obtenção do título de especialista no curso de Especialização em Docência EPT , campus Cabedelo, e aprovado pela banca examinadora.

Cabedelo, 05 de Novembro de 2023.

ENFERMAGEM E LIBRAS : A LINGUAGEM NA EDUCAÇÃO EM SAÚDE

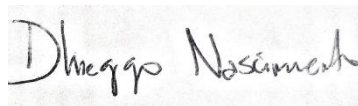


Me. Suzana Firmino da Silva (**Orientador**) / CPF: 819.497.234-53/ IFPB



Prof^ª. PhD. Ana Maria Gonçalves Duarte Mendonça– CPF: 032.623.904-96

(Examinador Interno do IFPB)



CPF: 088.250.614-55
Professor : Dhiego Nascimento

RESUMO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no Brasil é identificada como uma ação estratégica para o alcance efetivo da Segurança Alimentar e Nutricional e da garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada. Não é de hoje que se reconhece o vínculo entre a saúde e a educação. Bons níveis de educação estão relacionados a uma população mais saudável assim como uma população saudável tem maiores possibilidades de apoderar-se de conhecimentos da educação. Diante do exposto, o objetivo do estudo é identificar a importância de metodologias que priorizem a Educação Alimentar e Nutricional em escolas técnicas contribuindo para o avanço educacional e na saúde do educando. Para realização do trabalho em questão foram consultadas literaturas, a cerca, do tema, livros, artigos no scielo, revistas de educação e de nutrição, sobre hábitos alimentares, nutricionistas, ações sustentáveis, merenda escolar, saúde e escola, ensino técnico entre outros. Conclui-se que a escola é um ambiente importante para promover saúde e melhoria nos hábitos alimentares dos alunos, através de metodologias que priorizem a educação alimentar e nutricional em escolas técnicas, também foi visto que o nutricionista é um profissional responsável por incentivar e assegurar boas práticas alimentares na sociedade, o qual zela pela qualidade dos alimentos, a fim de que promover uma alimentação cada vez mais rica em nutrientes.

Palavras Chave: Educação Alimentar e Nutricional; Ensino Técnico; Alimentação escolar.

ABSTRACT

Food and Nutrition Education (FNE) in Brazil is identified as a strategic action for the effective achievement of Food and Nutrition Security and the guarantee of the Human Right to Adequate Food. The link between health and education has been recognized for a long time. Good levels of education are related to a healthier population, just as a healthy population has greater possibilities of taking hold of knowledge from education. In view of the above, the objective of the study is to identify the importance of methodologies that prioritize Food and Nutrition Education in technical schools, contributing to the educational advancement and health of the student. To carry out the work in question, literature, the fence, the theme, books, articles in scielo, education and nutrition magazines, on eating habits, nutritionists, sustainable actions, school meals, health and school, technical education, among others, were consulted. It is concluded that the school is an important environment to promote health and improvement in the eating habits of students, through methodologies that prioritize food and nutrition education in technical schools, it was also seen that the nutritionist is a professional responsible for encouraging and ensuring good eating practices in society, who cares for the quality of food, In order to promote an increasingly nutrient-rich diet.

Keywords: Food and Nutrition Education; Technical education; School feeding.

LISTA DE ABREVIATURA E SIGLAS

EAN	Educação Alimentar e Nutricional
DCNT	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
PNAE	Programa Nacional de Alimentação Escolar

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 DESENVOLVIMENTO	10
2.1 Alimentação Escolar	10
2.2 Nutricionista Escolar	12
3 METODOLOGIA	14
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES	15
5 CONCLUSÃO	19
REFERÊNCIAS	20

1 INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no Brasil é identificada como uma ação estratégica para o alcance efetivo da Segurança Alimentar e Nutricional e da garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada. A EAN é fundamental para o controle e prevenção dos problemas alimentares e nutricionais, como as doenças crônicas não transmissíveis e deficiências nutricionais. A Educação Alimentar e Nutricional contribui no fortalecimento de hábitos regionais, valorização de diferentes culturas e redução do desperdício de alimentos, contribuindo para uma alimentação saudável e sustentável (BRASIL, 2012).

Não é de hoje que se reconhece o vínculo entre a saúde e a educação. Bons níveis de educação estão relacionados a uma população mais saudável assim como uma população saudável tem maiores possibilidades de apoderar-se de conhecimentos da educação. A educação visa pleno desenvolvimento do educando para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho (BRASIL, 1996).

No contexto escolar, é visto a ausência de referências que patrocinem práticas de EAN. Verifica-se que a formação de hábitos alimentares ocorre por diferentes meios, fatores fisiológicos, psicológicos, socioculturais e econômicos tendo sua formação iniciada na primeira infância (DEMINICE et al., 2007). O hábito alimentar é identificado como práticas alimentares que tendem a se repetir ao longo do tempo, portanto, quando o indivíduo inicia no contexto escolar experimentará outros alimentos promovendo alterações significativas nos seus hábitos alimentares pelas influências do novo grupo social e dos estímulos presente no sistema educacional (PACHECO SSM, 2008).

O ato de se alimentar envolve bem mais que a ação de comer e a disponibilidade dos alimentos. Existe uma linha de produção que tem início no campo, ou até mesmo antes, na preparação de sementes, mudas e insumos, que passa por vários ciclos. Contudo, esse processo natural vem sendo modificado cada vez mais por questões tecnológicas, financeiras e sociais (RIBEIRO; JAIME; VENTURA, 2017).

Nesse sentido, a alimentação vem ganhando cada vez mais relevância no cenário mundial, diante da sua importância para o crescimento e

desenvolvimento humano, exigindo-se a adoção de medidas no âmbito escolar e fora dele. Diante do que foi abordado anteriormente, surge o questionamento: qual a importância da Educação Alimentar e Nutricional para a formação de bons hábitos alimentares em escolas técnicas?

Acredita-se que a escola é um ambiente estratégico para promoção da saúde, com grande influência nos hábitos alimentares dos alunos. Diante do exposto, o objetivo do estudo é identificar a importância de metodologias que priorizem a Educação Alimentar e Nutricional em escolas técnicas contribuindo para o avanço educacional e na saúde do educando.

2 DESENVOLVIMENTO

Nesse capítulo será abordado a importância da Educação Alimentar e Nutricional em escolas técnicas, sobretudo relacionado às metodologias adotadas que interfiram nos hábitos alimentares e no desenvolvimento educacional, se discorrerá sobre o impacto da alimentação no âmbito escolar para saúde do estudante e a importância de um profissional Nutricionista para ajudar no desenvolvimento de práticas alimentares saudáveis.

2.1 Alimentação Escolar

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são um problema de saúde global, uma ameaça à saúde e ao desenvolvimento humano, políticas importantes para sua prevenção e controle têm sido implementadas. Dados mostram que a população brasileira tem passado por modificação nutricional, com aumento de obesidade e sobrepeso principalmente entre os jovens, também foi visto a diminuição da subnutrição (FLORES et al., 2013).

Com o aumento das doenças crônicas não transmissíveis e sua relação com o aumento da obesidade e sobrepeso a alimentação e nutrição vem ganhando mais notoriedade pelo Estado Brasileiro sendo fortalecida pela Lei 8.080/90, que põe a alimentação como “fator que condiciona e determina a saúde possibilitando o pleno desenvolvimento humano com qualidade de vida e cidadania” (BRASIL, 2012a).

Um grande marco para alimentação escolar que possibilita a melhoria de práticas alimentares saudáveis foi a criação e implementação do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) que se firma na lei 11.947/09, no seu artigo 2º são relatadas as seguintes diretrizes da alimentação escolar:

- I – o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a sua faixa etária e seu estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica;
- II - a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar,

abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional; III - a universalidade do atendimento aos alunos matriculados na rede pública de educação básica; IV - a participação da comunidade no controle social, no acompanhamento das ações realizadas pelos Estados, pelo Distrito Federal e pelos Municípios para garantir a oferta da alimentação escolar saudável e adequada; V - o apoio ao desenvolvimento sustentável, com incentivos para a aquisição de gêneros alimentícios diversificados, produzidos em âmbito local e preferencialmente pela agricultura familiar e pelos empreendedores familiares rurais, priorizando as comunidades tradicionais indígenas e de remanescentes de quilombos; VI - o direito à alimentação escolar, visando a garantir segurança alimentar e nutricional dos alunos, com acesso de forma igualitária, respeitando as diferenças biológicas entre idades e condições de saúde dos alunos que necessitem de atenção específica e aqueles que se encontram em vulnerabilidade social (BRASIL, 2009, p. 5).

Diante das diretrizes apresentadas é possível observar que a alimentação escolar de qualidade com boa influência no desenvolvimento do aluno dentro e fora das escolas, segundo Mercante et al (2021) precisam de ações educativas que percorram na matriz curricular, sendo a educação alimentar e nutricional introduzida no processo de ensino e aprendizagem, não apenas o cenário de segurança alimentar e nutricional, mas também currículo escolar voltado para o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida.

Em relação ao objetivo do PNAE, segundo a legislação 11.947/09 tem-se que contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de práticas alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo (BRASIL, 2009).

Para Accioly (2009) algumas iniciativas e estratégias promovem boa alimentação na escola, como a inclusão de nutrição no currículo escolar e na formação de profissionais; atividades didático-pedagógicas onde o alimento pode ser inserido no processo educativo, não apenas em disciplinas relacionadas às ciências da biologia e da saúde, mas em todas as áreas; atividades complementares que busquem melhorias como jogos que explorem conhecimento sobre alimentos, oficinas com manuseio de alimentos, hortas escolares, murais informativos; também ressalta a importância de capacitação para os professores e mudanças de atitudes em frente à alimentação para servir como exemplo para os demais.

Araki et al (2011) realizou uma pesquisa sobre padrão de refeições realizadas por adolescentes que frequentam escolas técnicas de São Paulo e segundo ele é necessário conhecer o comportamento alimentar dos adolescentes pela relação positiva entre dieta adequada e risco de morbimortalidade, fornecendo subsídios para implementação de políticas públicas e estratégias para melhoria da qualidade e estilo de vida.

2.2 Nutricionista Escolar

A atuação do nutricionista provoca impactos diretos no controle de doenças crônicas não transmissíveis, tendo em vista que, com a oferta de uma alimentação adequada em todos os aspectos e incorporação de hábitos alimentares saudáveis, os riscos de desenvolver essas doenças crônicas serão menores, impactando positivamente os dados sobre saúde pública e na qualidade de vida da população, portanto, é indispensável esse profissional no âmbito da alimentação coletiva (FERREIRA; MAGALHÃES, 2007).

Segundo Graça et al (2014) o nutricionista pode agregar muitas mudanças positivas para alimentação escolar, se apresentando como um comunicador eficiente sobre alimentação e nutrição, ajudando na modificação de comportamentos alimentares do seu público alvo, também considera o profissional capaz de criar e implantar projetos que trabalhem a educação alimentar, avaliar esses hábitos já existentes e corrigir com eficácia.

Desse modo, podemos observar a importância de um nutricionista no âmbito escolar, elaborando cardápio adequado e seguro com relação as condições de higiene dos alimentos, realizando atividades de educação alimentar e nutricional, fazendo avaliação física dos alunos, trazendo melhorias para uma alimentação mais sustentável e melhorando os hábitos alimentares para promover mais qualidade de vida.

Faria e Sousa (2020) em sua pesquisa sobre a educação alimentar em meio escolar e a figura do nutricionista concordam com o exposto acima, visto que ressaltam atribuições importantes que este profissional pode trazer para as escolas, avaliação do estado nutricional e de consumo alimentar, melhoria na qualidade dos alimentos ofertados nas cantinas e máquinas de venda

automáticas, consultas de nutrição, e ainda o relacionamento, a comunicação e o entendimento entre direções de escolas, autarquias e respetivas divisões.

3 METODOLOGIA

A referida pesquisa tem como característica bibliográfica, onde, segundo Fonseca (2002), uma pesquisa bibliográfica é feita a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas, e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, páginas de web sites. Qualquer trabalho científico inicia-se com uma pesquisa bibliográfica, que permite ao pesquisador conhecer o que já se estudou sobre o assunto.

Quanto à natureza trata-se de uma pesquisa qualitativa. Segundo Minayo et al (2001) a pesquisa qualitativa trabalha com o universo de significados, aspirações, valores, motivos, crenças e atitudes, o que equivale a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Quanto aos objetivos, trata-se de uma pesquisa de caráter explicativa. Uma pesquisa explicativa preocupa-se em identificar os fatores que determinam ou que contribuem para a ocorrência dos fenômenos, ou seja, este tipo de pesquisa explica o porquê das coisas através dos resultados oferecidos (GIL, 2007).

Para realização do trabalho em questão foram consultadas literaturas, a cerca, do tema, livros, artigos no scielo, revistas de educação e de nutrição, sobre hábitos alimentares, nutricionistas, ações sustentáveis, merenda escolar, saúde e escola, ensino técnico entre outros.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Neste capítulo, serão analisados e discutidos os resultados obtidos de pesquisas relacionadas a educação alimentar e nutricional em escolar técnicas em localidades diferentes, realizadas por estudiosos da área, em que foram levados em consideração diversos fatores.

Considerando a importância de realizar pesquisa sobre educação alimentar e nutricional no ensino médio técnico, Mercante et al (2020) realizou um estudo exploratório com alunos do Instituto Federal do Sertão Pernambucano – Campus Floresta, no período de dezembro de 2017 a setembro de 2018, com alunos e docentes do curso técnico de agropecuária. A população do estudo é composta por 25 alunos e 2 professores. Os docentes passaram por uma entrevista com perguntas sobre educação alimentar e nutricional e os alunos foram entrevistados antes e depois das intervenções de educação nutricional.

Na pesquisa de Mercante et al (2020) também foi realizada uma pesquisa documental, sendo selecionadas disciplinas que oferecem ponto de contato com a educação alimentar e nutricional. As disciplinas selecionadas foram educação física, geografia e sociologia, os professores dessas disciplinas foram convidados para participar do projeto de educação alimentar e nutricional com a parceria com alunos de graduação em Nutrição da Universidade de Pernambuco (UPE) implementando jogos educativos acerca do tema.

Após a aplicação das atividades propostas em conjunto com os professores das disciplinas, foi feita uma avaliação dos resultados segundo a percepção dos alunos e dos professores. Segundo os alunos o ponto negativo foi a duração da experiência, achando mais apropriados aulas semanais durante todo o ano ou que houvesse a inclusão de mais disciplinas. Sugeriram ainda que o projeto fosse aplicado às disciplinas de física, biologia e química, disciplinas com as quais veem maior relação com o tema (Mercante et. al, 2020).

Outro ponto que foi abordado pelos alunos foi sobre a importância da participação dos professores como colaboradores ativos no processo de ensino e aprendizagem. Sendo muito mais fácil compreender os assuntos abordados quando o educador usa nas aulas seguintes parte dos jogos educativos realizados (Mercante et. al, 2020).

Segundo Mercante et al (2020), a partir da sua pesquisa foi possível constatar que a introdução da educação alimentar e nutricional possuiu mais êxito ao utilizar recursos da interdisciplinaridade. As ações educativas por meio de palestras, oficinas ou ações isoladas não estavam recebendo devida importância por parte da comunidade acadêmica. Por fim, constatou que juntar a educação alimentar e nutricional com as disciplinas existentes contribuiu para que os alunos tenham maior consciência para realizar escolas alimentares mais saudáveis no ponto de vista nutricional.

Araki et al (2011), realizou uma pesquisa sobre padrão de refeições realizadas por adolescentes que frequentam escolas técnicas de São Paulo com o objetivo de avaliar e caracterizar o consumo de refeições realizadas. Para estudo transversal com população de 71 alunos foi utilizado um questionário para avaliar atitudes alimentares. As variáveis estudadas foram: frequência, local, com quem realiza as refeições e substituição de refeições por lanches. Os dados foram analisados descritivamente. Resultados da pesquisa descritos nas seguintes tabelas abaixo:

Tabela 1: Distribuição de adolescentes segundo local, frequência e com quem fazem as refeições

	Desjejum		Almoço		Jantar		Lanche	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Local								
Casa	59	88	61	91	65	96	47	70
Escola	6	9	1	2	2	3	18	25
Lanchonete <i>Fast Food</i>	1	2	3	4	0	0	1	2
Outros restaurantes	0	0	1	2	1	2	0	0
Casa de outra pessoa	1	2	1	2	0	0	1	2
Frequência								
Nunca	3	4	0	0	3	4	1	1
1 a 2 dias	9	13	6	6	9	13	13	18
3 a 4 dias	9	13	8	11	10	14	20	28
5 a 6 dias	15	21	11	16	13	18	10	14
Todos os dias	35	49	46	65	36	51	27	38
Com quem								
Sozinho	32	48	28	39	10	14	40	58
Pai e, ou mãe	22	33	29	41	54	77	11	16

Outros	13	19	14	20	6	9	18	25
--------	----	----	----	----	---	---	----	----

Fonte: Araki et al (2011, p. 166).

Tabela 2: Associação entre gênero, local e frequência com quem os adolescentes fazem as refeições segundo café de manhã e lanche entre refeições

	Café da manhã			Lanche entre refeições		
	Meninos n (%)	Meninas n (%)	Valor p	Meninos n (%)	Meninas n (%)	Valor p
Local						
Casa	26 (93)	33 (85)	0,285	20 (77)	27 (66)	
Escola	1 (4)	5 (13)		6 (23)	12 (29)	
Lanchonete <i>Fast Food</i>	1 (4)	-		-	1 (2)	0,621
Outros restaurantes	-	-		-	-	
Casa de outra pessoa	-	1 (3)		-	1 (2)	
Frequência						
Nunca	1 (3)	2 (5)	0,118	-	1 (2)	
1 a 2 dias	2 (7)	7 (17)		7 (23)	6 (15)	
3 a 4 dias	1 (3)	8 (20)		9 (30)	11 (27)	0,464
5 a 6 dias	7 (23)	8 (20)		2 (7)	8 (20)	
Todos os dias	19 (63)	16 (39)		12 (40)	15 (37)	
Com quem						
Sozinho	16 (59)	16 (40)	0,224	19 (66)	21 (53)	
Pai e, ou mãe	8 (30)	14 (35)		6 (21)	5 (13)	0,129
Outros	3 (11)	10 (25)		4 (14)	14 (35)	

Fonte: Araki et al (2011, p. 167).

Tabela 3 Associação entre o gênero, local e frequência com quem fazem as refeições segundo almoço e jantar

	Café da manhã			Lanche entre refeições		
	Meninos n (%)	Meninas n (%)	Valor p	Meninos n (%)	Meninas n (%)	Valor p
Local						

Casa	27 (96)	35 (88)	0,677	30(100)	35 (92)	
Escola	-	1 (3)		-	2 (3)	
Lanchonete <i>Fast Food</i>	1 (4)	2 (5)		-	-	0,290
Outros restaurantes	-	1 (3)		-	1 (2,6)	
Casa de outra pessoa	-	1 (3)		-	-	
Frequência						
Nunca	-	-	0,262	-	3 (7)	
1 a 2 dias	2 (7)	4 (10)		4 (13)	5 (12)	
3 a 4 dias	1 (3)	7 (17)		4 (13)	6 (15)	0,565
5 a 6 dias	6 (20)	5 (12)		7 (23)	6 (15)	
Todos os dias	21 (70)	25 (61)		15 (50)	21 (51)	
Com quem						
Sozinho	14 (47)	14 (34)	0,196	8 (27)	2 (5)	
Pai e, ou mãe	13 (43)	16 (39)		2 (70)	2 (83)	0,022
Outros	1 (10)	11 (27)		1 (3,3)	5 (13)	

Fonte: Araki et al (2011, p. 167).

Diante dos resultados do seu estudo, Araki et al (2011), observou-se que os adolescentes tendem a fazer o café da manhã e o almoço sozinhos em casa, deixando dessa forma realizar suas próprias escolhas alimentares. É visto que os adolescentes de modo geral possuem preferencialmente alimentos com elevado teor de gordura saturada, colesterol e quantidade substancial de sódio e carboidratos refinados.

Gambardella et al (1999) observaram que, dentre 153 adolescentes residentes na região de Santo André (SP), menos da metade (45%) realizava o café da manhã padrão, cerca de 75% consumiam o almoço e 53% realizavam o jantar, essas escolhas podem influenciar na qualidade da alimentação dos adolescentes.

5 CONCLUSÃO

Ao decorrer do presente trabalho, foram levantados alguns questionamentos a cerca da educação alimentar e nutricional, sobretudo em escolas técnicas, bem como o papel do profissional da nutrição nesses ambientes. Além disso, a influência que a escola tem para criação e manutenção de hábitos alimentares saudáveis.

Ademais, pôde-se perceber que, embora se encontre dificuldades ao implementar métodos que trabalhem a educação alimentar e nutricional nas escolas técnicas, tal medida é possível. Viu-se que, nesse sentido, a educação alimentar e nutricional pode ser aplicada nas escolas através de atividades interdisciplinares, sendo o professor o principal exemplo para os alunos em sala de aula.

A partir das pesquisas apresentadas, constatou-se que a educação alimentar e nutricional vem ganhando espaço nas escolas, melhorando os hábitos alimentares dentro e fora do ambiente escolar, porém a pequenos passos. A literatura tem destacado o fato de haver um consumo abaixo do recomendado na merenda escolar levada pelos alunos para os grupos das frutas, legumes, verduras e, acima, para grupos de alimentos ultraprocessados e doces, açúcares e gorduras. No entanto, as escolas que trabalham a educação alimentar e nutricional e que possuem nutricionista conseguiram uma melhora nos hábitos alimentares.

Assim, conclui-se que a escola é um ambiente importante para promover saúde e melhoria nos hábitos alimentares dos alunos, através de metodologias que priorizem a educação alimentar e nutricional em escolas técnicas, também foi visto que o nutricionista é um profissional responsável por incentivar e assegurar boas práticas alimentares na sociedade, o qual zela pela qualidade dos alimentos, a fim de que promover uma alimentação cada vez mais rica em nutrientes.

REFERÊNCIAS

ACCIOLY, Elizabeth. A escola como promotora da alimentação saudável. **Ciência em tela**, v. 2, n. 2, p. 1-9, 2009.

ARAKI, Erica Lie et al. Padrão de refeições realizadas por adolescentes que frequentam escolas técnicas de São Paulo. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 29, p. 164-170, 2011.

BRASIL. Lei 11.947 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**. Brasília: DOU, 2009.

BRASIL. Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN). Brasília: **Ministério da Saúde**, 2012^a

BRASIL. **Lei 9.394 de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília: DOU, 1996.

_____. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional; 2012.

BRASIL. Lei no 11.947, 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. Diário Oficial da União 2009; 17 jun.

Deminice R, Laus MF, Marins TM, Silveira SDO, Dutra-de-Oliveira JE. Impacto de um programa de educação alimentar sobre conhecimentos, práticas alimentares e estado nutricional de escolares. **Alimentos e Nutrição** 2007; 18:35-40.

FARIA, Rita; SOUSA, Bruno. A educação alimentar em meio escolar e a figura do nutricionista escolar. **Acta Portuguesa de Nutrição**, v. 20, p. 20-25, 2020.

FERREIRA, V; MAGALHÃES, R. Nutrição e promoção da saúde: perspectivas atuais. **Caderno Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 23, n. 7, jan. 2007.

FLORES, L.S. et. al. Tendência do baixo peso, sobrepeso e obesidade de crianças e adolescentes brasileiros. **Jornal de Pediatria**, 2013, v. 89, n. 5. <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2013.02.021>.

FONSECA, J. J. S. Metodologia da pesquisa científica. Fortaleza: UEC, 2002.

Gambardella AM, Frutuoso MF, Franchi C. Prática alimentar de adolescentes. **Rev Nutr** 1999;12:55-63.

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed. São Paulo: **Atlas**, 2007.

Graça P, Padrão P, Gregório MJ, Barros R, Viana V, Moreira P. O percurso inicial das áreas disciplinares de comunicação e educação alimentar na formação dos nutricionistas em Portugal. **Revista Nutrícias** [Internet]. 2014.

MERCANTE, S. C. .; RUFINO, L. S. D. M. .; NUNES, J. V. .; LYRA, P. S. .; SILVA, I. R. S. .; MESSIAS, C. M. B. de O. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO ENSINO MÉDIO TÉCNICO: UMA ABORDAGEM INTERDISCIPLINAR. **Revista Inter-Ação**, Goiânia, v. 45, n. 3, p. 827–840, 2021. DOI: 10.5216/ia.v45i3.64539. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/interacao/article/view/64539>. Acesso em: 13 nov. 2023.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

Pacheco SSM. O hábito alimentar enquanto um comportamento culturalmente produzido. In: Freitas MCS, Fontes GAV, Oliveira N, organizadores. Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura. Salvador: Edufba; 2008. p. 217-38.

RIBEIRO, H. et al. Alimentação e Sustentabilidade. Estudos Avançados. São Paulo, v. 31, n. 89, jan. 2017.