RESUMO
A Educação Alimentar é muito mais do que apenas fornecer informações sobre nutrição e dietas saudáveis. Ela representa um direito fundamental de todos os indivíduos, garantindo o acesso a conhecimentos que promovam escolhas alimentares conscientes e saudáveis. Ao entender a importância da alimentação equilibrada, as pessoas podem não apenas melhorar sua qualidade de vida, mas também prevenir uma série de doenças relacionadas à má nutrição. É por meio da Educação Alimentar que se aprende a valorizar não apenas a quantidade, mas também a qualidade dos alimentos que consumimos, levando em consideração questões como sustentabilidade, sazonalidade e origem dos alimentos. Promover a Educação Alimentar como um direito é assegurar que todos tenham acesso a informações que possam transformar suas vidas e de suas comunidades. É empoderar indivíduos para fazerem escolhas conscientes, respeitando não apenas seus corpos, mas também o meio ambiente e a cultura alimentar local. Portanto, investir na Educação Alimentar como um direito é investir no bem-estar e na saúde de toda a sociedade, construindo um futuro mais sustentável e equitativo para as gerações presentes e futuras. O desenvolvimento de políticas sociais de transferência de renda articuladas com os setores de educação e saúde conseguiu interferir na reprodução intergeracional da pobreza, incentivando a escolarização e melhorando a nutrição infantil.
Palavras-chave: Educação Alimentar; Nutrição Infantil; Sustentabilidade.

INTRODUÇÃO

A preocupação política nos países latino-americanos com os problemas de desnutrição se manifesta no desenvolvimento de políticas e programas alimentares e em estratégias educacionais que buscam modificar a prevalência de dois polos fundamentais da questão: obesidade e sobrepeso, por um lado, e desnutrição, por outro. Essa dupla carga de desnutrição ao longo da vida afeta indivíduos, famílias e povos (Organização Mundial da Saúde (OMS), 2017) no presente e no futuro, dado o desenvolvimento dessas prevalências na população infantil, cuja situação nutricional na América Latina é premente.

Melhorar o escopo da educação formal é uma das estratégias recomendadas para abordar as causas e determinantes da desnutrição (OMS, 2017). O alcance de níveis mais elevados de escolaridade na população é benéfico em termos de cuidado e promoção da saúde, favorecendo a apropriação de diretrizes de autocuidado e o desenvolvimento de trajetórias sociais, educacionais e laborais em melhores condições. Dados sobre a relação entre gravidez na adolescência, escolaridade e nutrição/nutrição mostram o impacto que a escolarização tem na saúde atual e futura de mães e filhos: quanto mais escolaridade, melhores práticas de cuidados infantis serão encontradas, bem como menor a probabilidade de baixa estatura (BLACK ET AL., 2013).

A desnutrição é uma preocupação generalizada em todos os países da região que implementam políticas nacionais de educação alimentar abrangentes ou focadas e que produzem dados que revelam o problema da obesidade e do sobrepeso na população infantil. Outras pesquisas na região, como a Pesquisa de Orçamentos Familiares realizada no Brasil, fornecem informações sobre os usos das famílias para o fornecimento de alimentos e compreendem o desenvolvimento de programas como o Bolsa Família que melhorou a disponibilidade de recursos para grupos sociais de baixa renda, aumentando "os gastos com aves e ovos, aves e ovos, aves e ovos". leguminosas e verduras, cereais, leguminosas e oleaginosas, farinhas, amidos e massas, tubérculos e raízes" (NOGUEIRA-FERRARIO, 2014, p. 166). Segundo os autores, essa política melhorou a relação com o sistema educacional ao aumentar os gastos com livros escolares.

Essas estratégias mostram um efeito positivo na provisão de recursos alimentares e

no apoio à escolarização de crianças e adolescentes: a escola é uma instância fundamental para o desenvolvimento integral da população infanto-juvenil, embora faltem revisões sistemáticas das ações implementadas nas escolas para conhecer os limites e potencialidades das estratégias de educação nutricional e provisão de alimentos que as envolvem. Essas revisões são necessárias para que a contribuição da pesquisa facilite uma ponte entre a produção de conhecimento vinculada a três campos específicos: a situação alimentar e nutricional de crianças e adolescentes na escola, as políticas que buscam enfrentar os respectivos problemas e as estratégias pedagógicas sobre os problemas implantadas pelas escolas.

A oferta de alimentação escolar vem se desenvolvendo em diferentes países desde pelo menos meados do século XX, embora tenha se expandido fortemente no final do mesmo século. Baseia-se em estratégias que buscam atingir a maioria da população infantil para garantir o fornecimento de alimentos e refeições uma ou duas vezes ao dia, por meio da cantina escolar. A alimentação na escola é marcada por uma desigualdade pronunciada.

Em alguns países como Brasil, Argentina ou Colômbia, estão sendo desenvolvidas estratégias pedagógicas específicas que incluem educação alimentar e nutricional que busca promover hábitos alimentares que tendam a uma maior integralidade, diversidade e acesso a uma dieta saudável. Para tanto, é necessário repensar a forma como os atores escolares se relacionam com os saberes das famílias e com os seus próprios, para sua integração na dinâmica do cotidiano escolar.

A ESCOLA E ALIMENTAÇÃO: CAUSA, CONDIÇÃO E CONTEXTO ENTRE ULTRAPROCESSADOS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A pesquisa sobre desnutrição e educação coloca a escola como parte do problema e da solução. A pesquisa se posiciona em uma preocupação com a desnutrição e no âmbito de uma visão multicausal da mesma. Na escola, aprendem-se conhecimentos e estilos de vida, modos de agir e proceder, valorizar e organizar o cotidiano. É também um espaço onde esses modos e hierarquias são reproduzidos e disputados. A infraestrutura escolar e seus serviços também influenciam a relação com a alimentação e seu ambiente, com a influência negativa dos quiosques/cantinas escolares em termos de seus alimentos e bebidas não nutritivos, açucarados e ultraprocessados.

A pesquisa sobre alimentação escolar explica uma transformação nas famílias e em sua relação com a alimentação e suas condições (RESTREPO & MAYA, 2005). As práticas alimentares de crianças e adolescentes são estruturadas de acordo com uma certa relação entre a escola, as famílias e a indústria de alimentos com seu aparato publicitário. Como dizem Bustos et al. (2017), as políticas que previnem a obesidade e o sobrepeso em crianças em idade escolar devem poder fazer parte de "regulamentações mais amplas sobre preços, disseminação, comercialização e distribuição de alimentos que impactam a saúde presente e futura" (p.22). Há algumas décadas, a estruturação dos horários de alimentação vem passando por transformações ligadas a mudanças nas estratégias de subsistência doméstica e alterações nos padrões de trabalho da população adulta, que alteram rituais e condições alimentares. É preciso ampliar a visão dos processos educativos para além da escola e dos sistemas educacionais, embora sem nos desvincularmos completamente deles. A transmissão de sistemas de pensamento envolve a alimentação e o comer, problematizando visões sobre a experiência escolar delimitada da vida de crianças e adolescentes. Nesse caso, além disso, viu-se que as famílias incorporam em suas dietas alimentos industrializados e não apenas aqueles cultivados por elas mesmas: a chegada dos alimentos industrializados ocorre por meio do mercado e do Estado com seu abastecimento de alimentos. Essa abordagem constitui uma contribuição crucial para a análise dos programas de alimentação escolar quando eles não contemplam o que significa comer e aprender a comer e produzir alimentos em cada contexto.

As preferências são limitadas ou possibilitadas pela disponibilidade de alimentos na escola (locais para comprar e o tipo de regulamentação que está ou não em vigor sobre os alimentos que vendem), a capacidade econômica de arcar com esse custo, serviços

de alimentação escolar, entre outros.
Identifica-se que os recessos são espaços de aprendizagem, nos quais os hábitos alimentares e os conhecimentos são adquiridos entre pares e/ou fora do que está estabelecido nos referenciais curriculares, como apontamos acima. A abordagem etnográfica e a perspectiva de gênero permitem identificar como as meninas consomem mais bebidas e alimentos no recreio do que os meninos, diferença que diminui à medida que a idade escolar aumenta. Os jogos são de gênero e respondem a certas expectativas sobre o movimento: as meninas jogam jogos mais calmos e podem comer mais, enquanto as brincadeiras dos meninos são marcadas por intensa atividade e movimento, comendo menos ou gastando menos tempo com isso. Alimentação, movimento e exercício são peças-chave para identificar problemas no estado nutricional das crianças, sua abordagem e também pesquisas.
Os serviços de alimentação escolar são considerados estratégias para fortalecer o desenvolvimento das crianças ou para prevenir a evasão escolar. Em outras palavras, os serviços de alimentação são concebidos como uma estratégia socioalimentar e escolar-educacional, visando evitar o abandono por motivos relacionados ao fornecimento de alimentos em casa, ao trabalho infantil ou à sobrecarga de tarefas de cuidado em crianças devido à carga de trabalho dos adultos. Ao mesmo tempo, a política de alimentação escolar busca garantir o desenvolvimento orgânico das crianças nas melhores condições, fornecendo uma base alimentar que compense as desigualdades sociais em torno da renda econômica.

ENQUADRAMENTOS TEÓRICOS E ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS

A produção de conhecimento sobre alimentação escolar na região vem aumentando e se diversificando, atendendo à abordagem do problema a partir de diversos campos de estudo, como estudos nutricionais e de saúde pública, avaliação de políticas sociais e educacionais, e mais estudos antropológicos com ênfase qualitativa que visam estudar que tipo de relações sociais são geradas nas escolas em situação de alimentação e processos de ensino e aprendizagem sobre este tema.
A pesquisa é desenvolvida sob um quadro de estudos voltados para nutrição e alimentação no contexto escolar, mas enfoca a temática de diferentes disciplinas - como estudos sobre saúde pública e educação alimentar e nutricional, percepções e representações sobre alimentação, avaliação de políticas públicas, estudos qualitativos e etnográficos sobre o cotidiano escolar, entre outros-. As categorias utilizadas falam sobre disponibilidade, consumo e percepções sobre alimentos, padrões de consumo, representações sociais sobre alimentação na escola, estilos de vida e hábitos saudáveis, habilidades cognitivas e sociais, nutrição e estado nutricional, escola como ambiente, educação alimentar oculta, satisfação com os serviços de alimentação escolar, modos de aprendizagem na comunidade, comportamento e práticas alimentares, etc.
Algumas variáveis ou condicionantes estruturais são utilizadas na pesquisa, como a idade dos alunos, a área de implantação da escola (rural/urbana), a renda econômica e o capital educacional dos domicílios, a presença ou ausência de cantinas, a perspectiva de gênero para analisar a experiência dos alunos na sociabilidade e alimentação na escola, entre outros.
Da mesma forma, também são desenvolvidas estratégias de pesquisa-ação e estudos quase-experimentais, onde, a partir de diferentes posições epistemológicas, são implantadas intervenções socioeducativas com produção sistemática de conhecimento sobre as mesmas. Nesse conjunto heterogêneo, são utilizadas diferentes técnicas, que vão desde a mensuração nutricional, a elaboração de questionários em inquéritos, o uso de recordatórios de 24 horas, o levantamento do consumo calórico e de nutrientes nos alimentos cadastrados, a realização de entrevistas com atores escolares (incluindo famílias), a observação etnográfica nos recessos escolares, entre outras.
Esse campo temático de estudos goza de uma poderosa heterogeneidade para dar conta de diferentes dimensões, embora não tenha sido encontrado tanto diálogo entre perspectivas. Identificamos um conjunto de trabalhos no campo das ciências da saúde

(Nutrição, sobretudo) que circulam em periódicos dessa grande área disciplinar. Enquanto isso, os estudos mais voltados para as políticas alimentares e a abordagem pedagógica qualitativa da escola circulam em periódicos de ciências sociais ou de educação, destacando a ausência de discussões propriamente pedagógicas sobre a educação alimentar nas escolas.

A pesquisa sobre alimentação escolar/escolar a partir de uma perspectiva preocupada com a desigualdade se manifesta na abordagem de estratégias de provisão de alimentos que buscam garantir pisos alimentares básicos e universais (que devem ser saudáveis) na população infantil como um todo. A perda de renda familiar tem impacto na capacidade dos grupos familiares de lidar com o consumo de alimentos, e a escola atua como um trampolim quando garante serviços de alimentação. Além de analisar o nível de renda familiar e seu impacto na alimentação, é necessário compreender as relações e redes dos grupos familiares para lidar com essas situações.

Da mesma forma, é necessário problematizar e aprofundar o conhecimento sobre as práticas alimentares das famílias de acordo com seus níveis de renda, posições de classe e as relações e demandas que estabelecem nas escolas e vice-versa. No segundo, são necessários estudos que abordem como as escolas questionam a nutrição familiar, se é que questionam. Em relação ao primeiro, há evidências convergentes de que quanto menor a possibilidade econômica, a tendência nos setores populares é aumentar o consumo de alimentos ultraprocessados e mais baratos e que isso é ensinado e aprendido desde cedo. Em crianças e adolescentes de famílias de melhor renda, observam-se práticas de desprezo pela alimentação escolar quando há cantinas em escolas particulares. Mesmo em escolas onde o nível educacional dos pais é mais alto, não há melhor nutrição para as crianças.

Embora os programas de educação alimentar sejam mais eficazes quando envolvem famílias e não apenas crianças, a caracterização sociocultural das famílias e suas relações heterogêneas com as escolas devem ser levadas em consideração no desenvolvimento de estratégias de educação alimentar e no estudo das mesmas. Há uma relação poderosa a ser construída entre escola e identidade cultural por meio do ensino de alimentos, o que implica coletivização e estratégias de grupo. A literatura sugere que a relação entre escolas, famílias e atores comunitários é necessária, mas a relação em termos de disputas, tensões e conflitos não aparece necessariamente nos estudos ou nas estratégias de educação e provisão de alimentos analisadas.

Por outro lado, a forte abordagem prescritiva, que busca modificar comportamentos ou corrigir diretamente os hábitos de consumo apresenta contrastes. Estes priorizam o papel dos professores em sua capacidade de modificar o comportamento dos alunos. Outros estudos identificam a capacidade dos alunos de conhecer e priorizar os alimentos. Ponderando essa relação pedagógica, o desafio emerge em sua articulação, especialmente no desmantelamento de pressupostos mecanicistas de modificação de comportamento baseados apenas na informação que é adquirida como um bem que é incorporado. Isso implica também uma certa magia pedagógica, onde se espera modificar comportamentos por meio de espaços específicos e limitados, em vez de implantar programas sistemáticos incorporados ao ensino regular e a todos os espaços-tempos escolares, incluindo cantinas e playgrounds. Há necessidade de abordagens mais ecológicas e abrangentes para aprender sobre alimentos – como talvez seja implantado na perspectiva aimará da união da vida e da aprendizagem – onde as famílias, a indústria com sua máquina de publicidade e a mídia são consideradas atores-chave nessas aprendizagens e são problematizadas como tal. As famílias podem saber quais alimentos são saudáveis e quais não são, mas ao escolher alimentos para seus filhos, aparecem critérios de conveniência, preço, entre outros (PIAGGIO ET AL., 2011). As modificações não podem ser baseadas apenas em meras informações, descontextualizando-as dos processos e atores culturais próximos (famílias, comunidade, pares) e globais (indústrias, políticas públicas).

As Escolas têm como objetivo desenvolver uma metodologia para disseminar conhecimento sobre sistemas alimentares que me-

lhorem a produção de alimentos. Para que a agenda política se afaste dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável que propõem acabar com a pobreza, alcançar a fome zero e garantir educação de qualidade para todas as pessoas até 2030, é necessário que tanto as políticas quanto a pesquisa abordem conjuntamente a educação alimentar, a segurança alimentar e a soberania alimentar. como estratégias comunitárias sistêmicas para melhorar as condições, recursos e conhecimentos de crianças e adolescentes na escola da região. Por fim, aponta-se a necessidade de aumentar o conhecimento sobre alimentação na escola a partir de uma perspectiva de gênero e aprendizagem entre pares.

No ambiente educacional, o conhecimento teórico e prático relacionado à saúde e enfermidade foi moldado conforme a ideologia predominante em cada era, e as discussões sobre saúde eram fundamentadas nos princípios teóricos do momento. A biologia desempenha um papel crucial na exploração da existência humana e animal, guiando-nos na busca por uma nutrição apropriada desde a infância.

A alimentação, permeada por sentimentos e percepções, surge como uma interação social na qual os alimentos representam significados psicológicos fortes, moldados individualmente por cada pessoa através de sua relação singular com os alimentos a serem consumidos. Essas experiências começam desde o nascimento, com a amamentação, e continuam com as interações diárias com os alimentos, sendo influenciadas constantemente pela maneira como são apresentados.

De acordo com a Organização Pan-americana da Saúde - OPAS (1995), a promoção da saúde nas escolas é baseada em uma visão abrangente e interdisciplinar do ser humano, considerando as pessoas em seus contextos familiares, comunitários, sociais e ambientais. Portanto, as iniciativas de promoção da saúde visam capacitar os indivíduos com conhecimentos, habilidades e competências para cuidar da própria saúde e prevenir comportamentos de risco em todas as oportunidades educacionais, além de estimular uma reflexão sobre os valores, comportamentos, condições sociais e estilos de vida dos sujeitos envolvidos.

Apesar disso, essa abordagem nem sempre esteve presente nas práticas pedagógicas adotadas nas instituições de ensino. Antes de 1996, de acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN) 5692, a saúde era tratada nos currículos escolares sob o título de Programas de Saúde, sem ser integrada como disciplina curricular, mas como uma atividade a ser realizada de forma prática e contínua.

Com a nova LDBEN 9394 e a implementação dos Parâmetros Curriculares Nacionais, a saúde no âmbito educacional passou a ser considerada um tema transversal, enfatizando a importância de uma ação integrada e intencional entre os campos da educação e da saúde, baseando-se nos princípios de formação de consciência crítica e engajamento social.

Em concordância com essa perspectiva, em 1998, o Ministério da Saúde, por meio da Secretaria de Políticas de Saúde, estabeleceu o Projeto Promoção da Saúde, com o objetivo de formular e implementar uma política nacional de promoção da saúde. Para a execução de seu plano de ação, foram delineadas as seguintes áreas de atuação: Promoção da Saúde Familiar e Comunitária, Promoção de Ações contra a violência, Capacitação de Recursos Humanos para a promoção da saúde, Escola Promotora da Saúde, Ambientes Saudáveis e Comunicação e Mobilização Social.

Os ambientes educacionais não são simplesmente locais onde os alunos aprendem, mas desempenham um papel crucial na construção de conhecimento e identidades/subjetividades - incorporando valores, crenças e tradições específicas. Com um foco crescente nos desafios da doença e da saúde mental, estamos nos movendo em direção a uma nova era em que o conceito de saúde não é apenas mais abrangente, mas fundamentalmente diferente.

A saúde está sendo redefinida não apenas pela ausência de doença ou sintomas, mas por características distintas que se relacionam não apenas com a condição biológica, mas também com a condição subjetiva e historicamente determinada do ser humano. Dentro dessa visão, adotamos a definição de saúde proposta por Gonzáles (1993, p. 3), que afirma: “a saúde é um processo

qualitativo que engloba o funcionamento integral do organismo, integrando de forma sistêmica o físico e o mental, formando uma unidade em que a influência de um afeta necessariamente o outro".

Além disso, a saúde, concebida dessa maneira, é influenciada, entre outros fatores, pelo desenvolvimento de recursos subjetivos no indivíduo que possibilitam uma interação adequada com o contexto social em que está inserido, lidando com as contradições e conflitos diários. A saúde também é determinada por um estilo de vida saudável, que, em sua complexidade e especificidade, depende em grande parte dos recursos internos do indivíduo, os quais ele assume por fim.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Estabelecer uma rotina de alimentação saudável não deve ser uma preocupação exclusiva na idade adulta. Desde os primeiros anos de vida, as crianças podem ser encorajadas a experimentar alimentos funcionais, e nesse contexto, as escolas desempenham um papel crucial ao lado das famílias para facilitar esse processo.

As instituições educacionais atuam como locais de absorção e disseminação de conhecimentos e valores, promovendo a saúde através de práticas que valorizem as diversas culturas. A disciplina de biologia desempenha um papel fundamental na promoção da saúde, pois ao compreendermos o funcionamento do nosso organismo, especialmente o sistema digestivo, podemos adotar hábitos mais saudáveis.

É essencial incentivar a prática de hábitos saudáveis desde a primeira infância, e as escolas que lidam com crianças nessa fase devem desenvolver estratégias que estimulem o consumo de alimentos saudáveis, por meio de atividades que promovam uma alimentação equilibrada.

Uma alimentação saudável não apenas contribui para o conhecimento dos educandos, mas também possibilita uma melhor qualidade de vida. As ações pedagógicas, além de fornecerem conhecimento sobre a importância da nutrição, influenciam na adoção de hábitos alimentares saudáveis no dia a dia dos alunos.

Através de projetos que abordam o tema da Alimentação Saudável, é possível desenvolver a autonomia das crianças para cuidar da sua higiene pessoal, refletindo sobre suas escolhas diárias em relação à saúde, incluindo o cuidado e a preservação do meio ambiente e da higiene pessoal.

A escola desempenha um papel crucial na formação dos hábitos alimentares de seus alunos. Uma alimentação adequada é essencial para a saúde e o desenvolvimento adequado das crianças e adolescentes, influenciando não só no aprendizado e na concentração, mas também no prazer de estudar. Portanto, é de extrema importância desenvolver métodos que promovam a educação alimentar no ambiente escolar.

A alimentação das crianças reflete em parte suas rotinas e seu dia a dia. Dentro da sala de aula, os professores lidam com diversas realidades e precisam integrar, gerenciar e, por vezes, mediar conflitos, como no caso de crianças com intolerâncias alimentares e outras questões relacionadas à alimentação.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BLACK, R., VICTORA, C., WALKER, S., BHUTTA, Z., CHRISTIAN, P., ONIS, M., EZZATI, M., GRANTHAM, S., KATZ, J., MARTORELL, R., & UAUY, R. (2013). Desnutrição e excesso de peso materno-infantil em países de baixa e média renda. (Desnutrição materno-infantil e excesso de peso em países de baixa e média renda). Lanceta, 382, 427-451. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X . Acesso em 20 jul.2025.

BRASIL. IEC/FIOCRUZ. Promoção da saúde. Declaração de Alma-Ata. Carta de Ottawa. Declaração de Adelaide. Declaração de Sundsvall. Declaração de Santafé de Bogotá. Declaração de Jacarta. Rede de Megapaíses. Declaração do México. Brasília: Ministério da Saúde, 2001.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria da Educação Fundamental. Referenciais Curriculares Nacionais para a Educação Infantil. Brasília, 1997a.

NOGUEIRA-FERRARIO, M. (2014). Os efeitos do programa Bolsa Família sobre o consumo das famílias. Revisão da CEPAL, 112, 151-167.

Disponível em: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/36648/RVE112NogueiraFerrario_es.pdf?sequence=1. Acesso em 27 jul. 2025.
Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). (2018). Promoção da saúde na escola. Como construir uma escola promotora de saúde? Disponível em: https://iris.paho.org/handle/10665.2/49146. Acesso em 27 jul.2025.
PIAGGIO, L., CONCILIO, C., ROLÓN, M., MACEDRA, G., & DUPRAZ, S. (2011). Alimentação infantil no ambiente escolar: entre playgrounds, salas de aula e cantinas. Salud Colectiva, 7(2), 199-213. Disponível em: https://doi.org/10.18294/sc.2011.380. Acesso em 25 jul.2025.
RESTREPO, M. & MAYA, M. (2005). A família e seu papel na formação de hábitos alimentares em escolares. Uma abordagem da vida cotidiana. Boletín Antropología Universidad de Antioquia, 19(36), 127-148. Disponível em: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55703606. Acesso em 20 jul.2025.