

EDUCAÇÃO ALIMENTAR: PROPICIANDO AO PROFESSOR BOAS PRÁTICAS DE SAÚDE

Autores

Amelia Sofia Chingui

Orientador

Denise gi como da Motta

Apoio Financeiro

Fae

1. Introdução

Segundo Costa et al 2001, as atividades educativas em nutrição podem e devem ser utilizadas como um importante instrumento de apoio na promoção da saúde, e a escola é um espaço privilegiado para o desenvolvimento dessas atividades. A escola tem sido, um espaço propício e privilegiado para o desenvolvimento de programas de intervenção junto à população, sua abrangência não se restringindo ao ensino, mas incluindo também, nas ações de promoção da saúde, as relações lar-escola-comunidade, a prestação de serviços, como o da alimentação escolar e a promoção do ambiente escolar saudável, físico e emocional (PELICIONE; TORRES, 1999).

A proposta da Escola Promotora de Saúde (EPS) implica não só em promover saúde e melhorar a qualidade de vida de estudantes, como também de professores, funcionários, familiares e comunidade. As escolas são vistas como potenciais ambientes para a promoção da saúde, proporcionando ações, como educação em saúde, com vistas a proteger e melhorar a saúde do escolar e da sua comunidade. O ensino pode envolver de forma tal o aluno, que consegue estreitar a comunicação da escola com a família por meio do desenvolvimento de temas que podem ser trabalhados em casa. O papel do professor é o de facilitador, desenvolvendo uma ampla variedade de estratégias de ensino e situações de aprendizagem, todas as experiências possíveis. (BICUDO-PEREIRA *et al.*, 2003)

O conhecimento, as atitudes, os comportamentos e habilidades desenvolvidos por meio de efetivos programas de saúde em escolas, voltados para a conscientização de que a adoção de hábitos saudáveis trará melhor qualidade de vida, capacitam professores, crianças e jovens para fazer escolhas corretas sobre comportamentos que promovem a saúde do indivíduo, sua família e comunidade. (VALLA & STOT)

Esses programas de educação nutricional são de extrema importância e muitas vezes são desenvolvidos a partir de programas de extensão universitária. A extensão universitária é o processo educativo, cultural e científico que articula o ensino e a pesquisa de forma indissociável e viabiliza a relação transformadora entre

universidade e sociedade (SOUSA,2000).

A universidade, por meio da extensão, influencia e também é influenciada pela comunidade, ou seja, possibilita uma troca de valores entre a universidade e o meio. A extensão universitária deve funcionar como uma via de duas mãos, em que a Universidade leva conhecimentos e/ou assistência à comunidade e também aprende com o saber dessas comunidades.

Contribuir no processo de melhoria contínua de uma comunidade é fundamental.

2. Objetivos

Formar professores de ensino e demais componentes da comunidade escolar (EEF) e equipes de saúde da família (PSF) para as ações de promoção da segurança alimentar e nutricional junto às comunidades de suas áreas de abrangências.

3. Desenvolvimento

No início do projeto, foram realizados alguns encontros de apresentação com todos os bolsistas e seus orientadores, juntamente com o coordenador de extensão e membros da comissão de extensão da universidade, e depois reuniões dos bolsistas e nossos coordenadores específicos, para sabermos qual o desenvolvimento da atividade nas escolas.

Primeiramente desenvolvemos um trabalho junto com a pesquisa, contando com a participação das alunas do 2º semestre do curso de nutrição. O trabalho inicial foi o da antropometria dos escolares, seguido pelo desenvolvimento da ação educativa.

Depois disso, começamos as reuniões nas escolas para apresentarmos o plano de ação educativa aos professores. Cada bolsista do projeto trabalhou em 3 das 15 escolas. Todas as reuniões foram previamente agendadas. Na primeira reunião nas escolas, foi proposto aos professores que respondessem a um questionário de frequência e consumo alimentar e a aferição de suas medidas antropométricas. Em seguida foi-lhes apresentada a pirâmide alimentar, e discutida a importância do consumo de cada alimento. A participação nas atividades, foi diferente entre as escolas. Enquanto uma teve um resultado positivo da parte dos professores (participação, perguntas, dinâmicas), a outra já não foi assim. A maioria deles se recusou a tirar as medidas e estavam mais preocupados com o horário. Já na segunda etapa, A primeira reunião, nas escolas teve como objetivo a devolução dos questionários que os professores já haviam preenchido, uma ficha de orientação e um agendamento para a segunda reunião, que seria conduzida pela metodologia do grupo focal. Houve algumas dificuldades para conseguir realizar as reuniões. Depois de várias tentativas, isso foi possível. Na primeira escola, o retorno foi positivo. Os professores participaram, gostaram do resultado, e a atividade até despertou o interesse de professores novos. Na segunda escola, foi mais complicado, porque dos professores presentes, poucos haviam participado da atividade, mas aos poucos, conforme recebiam o retorno, relataram ter gostado da proposta. Na segunda reunião nas escolas, a chamada para o grupo focal, embora um pouco conturbada em questões de participação dos professores (que foi pouquíssima), teve seu objetivo concluído.

Todos os grupos

Hortalças

Frutas

Óleo adicional

o que representa um consumo abaixo da necessidade média e até da média de recomendação que é de 1461kcal.

ingerido em torno de 1200 kcal

A necessidade energética total (NET) das pessoas está em torno de 1600kcal, sendo o valor

*NET =Necessidade Energética Total.

**VET = Valor Energético Total.

A tabela 3 mostra a necessidade de energia estimada a partir de equações preditivas (FELTRIN, *et al*, 2004)que representa a energia necessária para a manutenção do atual peso corporal, o valor energético consumido, estimado a partir dos alimentos consumidos em um dia, conforme relato das pessoas e, finalmente, o valor energético recomendado, considerando a necessidade de redução do peso corpora

5. Considerações Finais

A experiência de ter trabalhado nesse projeto pôde demonstrar, para mim, a atualidade do “aprender fazendo” e que o verdadeiro aprendizado acontece realmente com o relacionamento da teoria com a prática, ou seja, além do estudo, vendo e aprendendo.

Essa atividade foi de grande importância, me permitiu estar com a comunidade escolar, conhecendo um pouco mais, através dos professores, sobre a necessidade de uma educação nutricional voltada para os possíveis problemas alimentares.

As atividades, ainda que com algumas exceções, foram bem aceitas e desenvolvidas. Acredito que faltou um pouco de experiência, da minha parte, para lidar com um grupo de professores. Talvez com jogos, brincadeiras, atividades dinâmicas que pudessem prender o interesse, o resultado teria sido melhor.

Mas temos que fazer das nossas dificuldades um aprendizado, pois é na extensão que o universitário vai entender os conceitos e teorias aprendidos nas atividades de ensino, consolidar e complementar o aprendizado com a sua aplicação. Acredito que esse é um dos grandes méritos da extensão - permitir a efetivação do aprendizado pela prática.

Referências Bibliográficas

BICUDO-PEREIRA,IM. et al. Escolas Promotoras de Saúde onde está o trabalhadorprofessor? **Saúde em revista**, Piracicaba, vol.5, n.11,2003.

COSTA EQ, RIBEIRO VMB, RIBEIRO ECO. **Programa de alimentação escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento**. Revista de Nutrição, Campinas, vol.14,n.3, set/dez, 2001.

PELICIONI,M.C.F. e TORRES,A.L.Universidade de São Paulo: **Escola promotora de saúde**. São Paulo, 1999.

SOUSA,Ana Luiza Lima. **A história da extensão universitária**.1. ed. Campinas: Ed. alínea, 2000.

VALLA,V.V. e STOT, E.N. **Educação saúde e cidadania**. Ed. Vozes, Petrópolis, 1994.

Anexos
