



## 5º Simposio de Ensino de Graduação

### ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ESCOLARES POR INTERMÉDIO DO GRUPO FOCAL

#### Autor(es)

---

EDUARDO FRACCAROLLI BURIOLA

#### Orientador(es)

---

Valeria Aparecida Ferratone

#### 1. Introdução

---

A escola constitui um ambiente propício para atividades de promoção e prevenção, como alimentação saudável e práticas de atividade física, pois este representa o maior agrupamento social depois do familiar (BORRA et al., 1995). A educação nutricional tem sua importância destacada em documentos produzidos por organismos internacionais (FAO, OPAS, UNICEF) e nacionais (Ministério da Saúde) devido ser considerada uma valiosa estratégia de promoção de saúde (FAGIOLLI e NASSER, 2006). Atividades de educação alimentar e nutricional (EAN) para crianças são mais efetivas quando direcionadas para o comportamento infantil e estruturadas por um programa de alimentação existente na escola. Embora a criança nem sempre faça a relação da prática alimentar com os benefícios à saúde, assim mesmo, elas permanecem com a idéia de que a nutrição é importante de alguma forma, e com isso constroem uma base para que no futuro, quando tiverem mais conhecimentos tenham uma melhor decisão (CONNORS et al., 2001). Iniciar ainda na infância atividades de EAN tem sido uma prática positiva à medida que os hábitos alimentares estruturados nesse estágio de vida se estruturaram por toda a vida (BARANOWSKI et al. 2000). Socializar idéias, percepções adequadas de alimentação e nutrição pode representar a base para o desenvolvimento de ações educativas no ambiente escolar. Em geral, é no contexto escolar que a exibição e estimulação da alimentação saudável e não a comercialização dos alimentos mais prejudiciais influencia a formação do comportamento alimentar. Há evidências mostrando que a disponibilidade de alimentos em cantinas influencia a alimentação e hábitos do escolar de forma negativa (DAVANÇO et al. 2004). Mesmo estando bem estabelecidas as vantagens da EAN para a promoção da saúde individual e coletiva, promover a adoção de hábitos alimentares saudáveis representa um grande desafio para os profissionais da saúde (DAVANÇO et al. 2004), além do que tem sido uma exigência da Portaria 1010 que Institui diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. (MINISTERIO DA SAÚDE, 2006) De modo geral os programas de EAN vêm sendo criados em todos os países como forma de prevenir doenças crônicas degenerativas apontadas como a principal causa de morte na vida adulta. Esses programas contribuem para a alimentação da comunidade escolar trazendo orientação sobre a ingestão energética e de micronutrientes adequada que

acabam por fornecer a boa forma física. Além disso, promovem também a redução dos riscos de enfermidades que podem se manifestar na maturidade, por meio de mudanças alimentares na infância (BARANOWSKI et al. 2000). Grupo focal é um método de pesquisa qualitativa utilizado para levantar informações da realidade de um subgrupo de uma população específica. Normalmente participam de seis a dez pessoas, que não se conhecem, e discutem sobre um assunto, problema ou serviço definido. Participam, também, um moderador, que coloca as questões estabelecidas em um roteiro, e um observador. Diferentemente de outras técnicas com grupos ou entrevistas, a interação do grupo também é um dado da pesquisa a ser considerado e não simplesmente o processo de pergunta e resposta. O propósito do grupo focal é gerar idéias, opiniões, atitudes e perspectivas (KRUEGER, 1988; MORGAN, 1988; MORGAN, 1993; CARLINI-COTRIM, 1996). Segundo Morgan (1988) o grupo focal é um método de avaliação rápido e de baixo custo que mistura as entrevistas individuais e a observação da participação em grupos de discussão. Na área da saúde, os grupos focais têm sido utilizados em comunidades específicas com a finalidade de obter conhecimento sobre elas. Os hábitos alimentares da população escolar estão determinados por uma série de fatores históricos, sociais, religiosos, econômicos e geográficos inerentes a cada comunidade (DAVANÇO et al. 2004). A escola conseqüentemente é um espaço propício para o desenvolvimento de programas de educação alimentar, pois ela está inserida em todas as dimensões do aprendizado: ensino, relações lar – escola – comunidade e ambiente físico e emocional (DAVANÇO et al. 2004). Tendo em vista que a escola é um local favorável para desenvolver ações educativas com as crianças e que a EAN deve ser colocada no cotidiano das pessoas desde a infância, vemos a importância de realizar este trabalho de educação nutricional com as crianças da escola Rachel de Queiroz, a qual é parceira do Programa de Estágio de Alimentação Escolar, Curso de Nutrição – UNIMEP.

## 2. Objetivos

---

Avaliar a atividade de educação alimentar e nutricional em escolares visando a promoção e adoção de hábitos saudáveis.

## 3. Desenvolvimento

---

O presente trabalho foi realizado em 4 encontros envolvendo aproximadamente 120 alunos e 1 encontro para avaliação com 8 escolares do período matutino da 3ª série da Escola Rachel de Queiroz, no município de Piracicaba – SP, durante os meses de maio a junho de 2007. O trabalho educativo foi construído em parceria com a coordenação pedagógica da escola, levando em consideração o projeto existente na Escola (PROJETO ESCOLA). Fragmentou-se em três momentos: teatro com Fantoche - “Brocolino e as cores” com duração de aproximadamente 10 minutos; oficina de cores – desenvolveu-se tintas a base de pigmentos extraídos de vegetais, água e cola branca atóxica e caça-palavras e pintura - Elaborou-se uma atividade de caça-palavra com os cinco alimentos presentes nas tintas (Cenoura, Couve, Feijão, Milho e Beterraba) com respectivas imagens em preto e branco, as quais foram posteriormente coloridas pelas crianças. Para a avaliação do grupo focal criou-se previamente um roteiro (tabela 1) para conduzir a avaliação, entretanto este não foi seguido pela ordem pré-estabelecida, pois o intuito era que os temas fossem discutidos na ordem com que eles fossem abordados pelos alunos. O roteiro criado se baseou no método focal e das atividades desenvolvidas seguindo o método do funil iniciando-se com perguntas de abordagem ampla e subseqüentemente com perguntas mais focadas ao tema. Tabela 1 – Roteiro para avaliação focal

1. O que vocês mais gostam de fazer?
2. Para realizar essas atividades a alimentação é importante? Por quê?
3. Qual o personagem vocês mais gostaram? Por quê?
4. O que vocês acharam do Cadu antes e depois?
5. O que vocês gostam de comer?
6. O que uma boa alimentação precisa?
7. O que é alimentação colorida? Qual sua importância?

As atividades foram desenvolvidas por um moderador e registradas em manuscrito por uma observadora, que se atentou para os relatos verbais, expressões faciais e integração do grupo. Foram selecionados aleatoriamente dois alunos de cada uma das quatro salas da 3ª série, sendo um de cada sexo. Estes foram conduzidos para a sala de brinquedos onde se acomodaram livremente nas cadeiras que já estavam organizadas em círculo. O grupo focal teve duração de 32 minutos.

#### 4. Resultados

---

As crianças começaram o grupo relatando as principais atividades que gostam de desenvolver, entre elas estavam andar de bicicleta, brincar de qualquer coisa, usar computador, jogar videogame, jogar bombinha, brincar na rua, jogar bola, pular corda e pintar. Logo após relacionaram às atividades citadas com a alimentação bem como a importância do ato de se alimentar com a prática das atividades. Destacaram alguns alimentos que julgaram ser primordiais para a obtenção de energia na realização das mesmas: arroz, feijão e salada de alface, rúcula, ovo, sucos naturais, couve, salsicha, queijo, maçã, cebola, alho, cenoura, macarrão e água. Entretanto, uma das participantes ressaltou que não gostava de alguns dos alimentos citados dando destaque para o alho e cebola. Dentre os alimentos relatados pelas crianças para o não consumo com frequência citaram os lanches, gorduras, chocolate e cebola. Argumentaram com ênfase a importância de uma alimentação colorida e saudável, rica em frutas, verduras e legumes, afirmando que quem não come fica fraco, “fino”, doente e pode até morrer. Relacionaram a baixa ingestão de alimentos com o padrão estético preconizado pelos modelos, argumentando ser essa uma prática não saudável. Ao lembrarem-se do teatro realizado na escola as crianças se manifestaram dizendo que “adoraram” a história e os personagens sendo que o primeiro a ser lembrado foi o Brocólino e depois o Cadu, para eles o Brocólino foi um personagem “maneiro” e o Cadu o “legal”, disseram ainda que o Cadu era um menino que estava sem cor e que depois de começar a comer mais frutas e verduras ficou colorido, para uma das crianças o Cadu seria como um “camaleão”. Para o grupo o que existe de mais colorido é o arco-íris sendo que suas cores estão presentes também nos alimentos. O vermelho lembra o tomate a maçã e o morango, o verde relacionou com a alface, rúcula, couve, maçã verde e uva verde, o roxo com a beterraba, uva, vinho e amora e o laranja com a cenoura, laranja e pêssego. Ao final do grupo um participante pediu para que fosse realizada a brincadeira do telefone sem fio onde a primeira palavra a ser citada teria que ser uma fruta e uma verdura, a segunda vez teria que citar uma fruta, um legume e um suco, na terceira vez foi aleatório e na quarta e quinta vez uma salada. Os alimentos citados foram: maçã por duas vezes, alface, uva, cenoura, suco de morango, suco de uva, laranja, salada de couve e alface. Esta avaliação foi importante, pois possibilitou perceber até onde as crianças compreenderam o material passado durante o estudo, pode-se perceber que as crianças tiveram interesse e boa compreensão do assunto entendendo a importância de se consumir frutas, verduras e legumes e que a alimentação colorida conseqüentemente é mais saudável e trás grandes benefícios para eles.

#### 5. Considerações Finais

---

Conclui-se que a atividade de educação alimentar e nutricional com o uso de uma linguagem lúdica foi bem absorvida pelos escolares, conforme demonstrado pela avaliação do método focal. Entretanto poucos artigos na literatura utilizam o método focal na avaliação de ações de educação em alimentação e nutrição.

#### Referências Bibliográficas

---

BORRA ST, SCHWARTZ NE, SPAIN CG, NATCHIPOLSKY MM. Food, physical activity, and fun: inspiring Americas kids to more healthful lifestyles. **J Am Diet Assoc.** 1995; 95(7):816-23.

CONNORS P, BEDNAR C, KLAMMER S. Cafeteria factors that influence milk-drinking behaviors of elementary school children: grounded theory approach. **J Nutr Educ.** 2001; 33(1):31-6.

BARANOWSKI T, MENDLEIN J, RESNICOW K, FRANK E, CULLEN K, BARANOWSKI J. Physical activity and nutrition in children and youth: an overview of obesity prevention. **Prev Med.** 2000; 31(2):1-10.

SANTOS, LIGIA AMPARO DA SILVA. Food and nutrition education in the context of promoting healthy food

practices. **Rev Nutr, Campinas**, v. 18, n. 5, 2005.

CARLINI-COTRIM B. Potencialidades da técnica qualitativa grupo focal em investigações sobre abuso de substâncias. **Rev Saúde Públ.** 1996; 30(3):285-93

MORGAN, D.L. Focus groups as qualitative research. Newbury Park, **Sage**, 1988.

MORGAN, D.L. (ed.) Successful focus group: advancing the state of the art, Newbury Park, **Sage**, 1993.

KRUEGER, R. A. **Focus group**: a practical guide for applied research. Newbury Park, **Sage**, 1988.

DAVANÇO, G. M. et al. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos a Curso de Educação Nutricional. **Rev Nutr.**, Campinas, v.17 n.2, 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria 1010, de 8 de Maio de 2006. Disponível em: <[www.saude.gov.br](http://www.saude.gov.br)>.

NASSER, L.A. FAGIOLI, D. Educação Nutricional na infância e adolescência: planejamento, intervenção, avaliação e dinâmicas. São Paulo: RCN Editora, 2006