



Os reflexos profilático e pedagógico da educação alimentar nas escolas do Maciço de Baturité, Ceará

Eliane da Graça Varela Vaz¹, Sofia Regina Paiva Ribeiro², Maria do Socorro Moura Rufino³

Resumo: O presente artigo é oriundo de estudo acerca das ações que envolvem o Projeto de Extensão: O papel da alimentação saudável para a promoção da saúde “Programa 5 ao dia” realizado em escolas públicas municipais do Maciço de Baturité, Ceará. O Público alvo são alunos do 9º ano do ensino fundamental. Os discentes são oriundos de quatro instituições de ensino situadas em Acarape, Barreira, Baturité e Redenção. O recorte temporal compreende o período de junho de 2018 a janeiro, 2019. A investigação objetiva traçar o perfil do consumo diário de frutas e hortaliças dos educandos, tanto no convívio familiar como no ambiente educacional, e contribuir para uma prática alimentar mais saudável. Para tanto, foram realizadas oficinas, seminários, cursos e jogos educativos. Dentre as abordagens temáticas pode-se destacar a relevância de uma alimentação saudável e nutritiva; o consumo de frutas e hortaliças; a higienização e conservação de alimentos. O estudo contempla critérios teórico-metodológicos da pesquisa bibliográfica exploratória, com constatações *in loco* e aplicação de questionários, com perguntas semi-estruturadas. Salienta-se que após a realização das atividades foi aplicada uma avaliação para mensurar o impacto do projeto junto à comunidade. A partir dos dados coletados, pode-se perceber que os educandos ampliaram suas percepções/aprendizados sobre a relevância de uma dieta equilibrada, composta por alimentos saudáveis, saborosos e nutritivos, e que a construção de bons hábitos alimentares contribui significativamente para o desenvolvimento biopsicossocial do indivíduo.

Palavras-chave: Educação; Segurança alimentar e nutricional; Adolescência

The prophylactic and pedagogical reflexes of the nutrition education in the schools of Baturité Massif, Ceará

Abstract: This article is based on a study about the actions that involve an Extension Project: The role of healthy eating for health promotion “Program 5 a Day” held in municipal public schools of the Baturité massif, in Ceará. The target audience was students of the 9th grade of elementary school. The students originate from four educational institutions located in Acarape, Barreira, Baturité, and Redenção. The temporal clipping comprises the period from June 2018 to January 2019. The research aims to outline the profile of daily consumption of fruits and vegetables of the students, both in the family life and in the educational environment, and contribute to a healthier eating practice. Workshops, seminars, courses, and educational games were held. Among the thematic approached, one can highlight the relevance of a healthy and nutritious diet; Consumption of fruits and vegetables; Hygiene, and Food Preservation. The study contemplates theoretical and methodological criteria of exploratory bibliographic research, in loco findings and application of questionnaires, with semi-structured questions. It is noteworthy that after performing the activities, an evaluation was applied to measure the impact of the project with the community. From the data collected, it can be perceived that the students expanded their perceptions/learnings about the relevance of a balanced diet consisting of healthy, tasty, and nutritious foods and that the construction of good eating habits contributes significantly to the bio-psychosocial development of the individual.

Keywords: Education; Food and nutrition security; Adolescence

*Originais recebidos em
27 de junho de 2019*

*Aceito para publicação em
05 de novembro de 2019*

1
Universidade da Integração
Internacional da Lusofonia
Afro-Brasileira, Instituto de
Desenvolvimento Rural.

2
Secretaria de Educação do
Estado do Ceará, CEJA
Donaninha Arruda.

3
Universidade da Integração
Internacional da Lusofonia
Afro-Brasileira, Instituto de
Desenvolvimento Rural.
marisrufino@unilab.edu.br
(autora para
correspondência)

Introdução

“Nas últimas décadas, o Brasil vem sofrendo alterações em seu perfil populacional graças à urbanização, à industrialização e aos avanços tecnológicos” (Pereira et al., 2015). Dentre os vários programas de alimentação em âmbito nacional e internacional, tem-se o Programa “5 ao dia”, criado no ano de 1991, nos Estados Unidos da América, que tem como objetivo incentivar o consumo de no mínimo 5 porções de frutas, verduras e legumes, diários, para potencializar uma alimentação saudável e prevenir diversas doenças crônicas degenerativas associadas a maus hábitos alimentares.

Para o Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, a segurança alimentar e nutricional é definida como o direito que as pessoas têm ao acesso de forma regular e contínua a uma alimentação saudável, alimentos nutritivos e de boa qualidade e submetidos a boas práticas sanitárias, sendo em quantidade satisfatória (Roque et al., 2018, p. 193).

As cores dos alimentos representam uma predominância de certos nutrientes e ou fitoquímicos, isto é, princípio ativo contido no alimento capaz de trazer benefícios e prevenir doenças (Burkhard, 1984). Assim, a alimentação deve ter no mínimo cinco cores, pois, quanto mais colorido é o nosso prato, maior é a sua fonte de vitaminas e minerais.

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição tem como propósito a melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira, mediante a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis, a vigilância alimentar e nutricional, a prevenção e o cuidado integral dos agravos relacionados à alimentação e nutrição (Ministério da Saúde, 2013).

Para Ramos et al. (2013, p. 2) “a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) constitui uma estratégia preconizada pelas políticas públicas em alimentação e nutrição, sendo considerada um importante instrumento para promoção de hábitos alimentares saudáveis”. De acordo com a Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2009, no mínimo 30% do valor repassado aos estados, municípios e Distrito Federal pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) para o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) devem ser utilizados obrigatoriamente na compra de gêneros alimentícios provenientes da agricultura familiar.

“Evidencia-se, assim, uma intencionalidade de promover maior acesso a alimentos básicos *in natura* e redução da oferta de alimentos industrializados, de maior grau de processamento, por meio das refeições providas aos educandos atendidos pelo programa” (Mossmann et al. 2017, p. 2).

O consumo de alimentos industrializados vem se destacando em relação ao de frutas *in natura*. Com isso, há uma necessidade de incentivar o aumento do consumo destes últimos, tendo em vista que são mais benéficos ao nosso organismo. Diante do exposto, destaca-se que uma forma de reverter esta situação é através da implantação de atividades de educação nutricional nas escolas, possibilitando a obtenção de conhecimentos básicos sobre alimentação e nutrição, além de incentivar um comportamento alimentar saudável (Martins et al., 2010).

Para Roque et al. (2018, p. 193), “a escola é um ambiente propício para se abordar a temática da segurança alimentar e nutricional, pois os educandos passam boa parte do seu dia nesse âmbito de ensino-aprendizagem”. A escola é um lugar de aprendizado onde a temática “alimentação saudável” pode ser ofertada através de minicursos, palestras, seminários e aulas temáticas, facilitando o aprendizado e, conseqüentemente, ensejando em mudança de comportamento nos educandos, uma vez que os envolvidos se encontram numa fase de descoberta, abertos a novos conhecimentos e práticas.

Em meio a esta clientela escolar, encontram-se os pré-adolescentes e adolescentes, “o grupo com pior perfil da dieta, com as menores frequências de consumo de feijão, saladas e verduras em geral, apontando para um

prognóstico de aumento do excesso de peso e doenças crônicas” (Ministério da Saúde, 2013, p. 15). Para Silva et al. (2015, p. 2), “a adolescência representa uma fase de transição entre a infância e a vida adulta, marcada por significativas mudanças nas dimensões biológica, psicológica e social”.

Isto posto, o ambiente escolar, local de aprendizagens múltiplas, destaca-se por contribuir com a formação da memória gustativa e a construção de novos hábitos, mais saudáveis para uma vasta clientela, crianças, pré-adolescentes e adolescentes. Para Menezes et al. (2011, p. 2):

Hábitos de alimentação saudável, iniciados no ambiente familiar e transferidos para o ambiente escolar, associados à prática de atividade física, tanto no ambiente domiciliar quanto escolar, garantem sucesso nutricional nessa etapa da vida em que se inicia o risco do desenvolvimento de obesidade em função do já esperado aumento do ganho ponderal no período pré-púbere.

Desse modo, entende-se que a família tem um papel relevante na formação dos hábitos alimentares das crianças e jovens, que serão vivenciados por eles em sua vida adulta. Assim, uma dieta alimentar equilibrada, desde a mais tenra idade, promove hábitos saudáveis, contribui para suprir as deficiências de micronutrientes, e previne o desenvolvimento de doenças crônicas e/ou degenerativas.

Diante destas considerações, a presente pesquisa objetivou traçar o perfil diário do consumo de frutas e hortaliças pelos educandos oriundos de quatro instituições de ensino públicas municipais da região do Maciço de Baturité, alunos do 9º ano, situadas em Acarape, Barreira, Baturité e Redenção, no âmbito tanto do convívio familiar como no ambiente escolar. Salienta-se que a partir desta pergunta norteadora surgiram os seguintes objetivos específicos: contribuir para a adoção de uma prática alimentar saudável evitando o consumo de alimentos ultraprocessados (com altos teores de gorduras, sódio e açúcar) e com baixo teor de micronutrientes; incentivar os alunos a consumir frutas, verduras e legumes; e propiciar estratégias pedagógicas para levar o educando a compreender a diferença entre alimentos saudáveis e não-saudáveis e seu impacto para o desenvolvimento físico e cognitivo.

O recorte temporal para as ações e intervenções, compreendeu o período de junho de 2018 a janeiro 2019. Na ocasião, o perfil do consumo diário de frutas e hortaliças dos educandos foi mensurado a partir de várias atividades, dentre elas: oficinas, seminários, cursos, jogos educativos e a demonstração de alimentos naturais e industrializados.

Material e Métodos

Localização e caracterização da área de estudo

A área do Maciço de Baturité pertence à região administrativa nº 8 (Figura 01) e é composta por treze municípios, sendo eles: Acarape, Aracoiaba, Aratuba, Barreira, Baturité, Capistrano, Guaramiranga, Itapiúna, Mulungu, Ocara, Pacoti, Palmácia e Redenção. O município mais próximo da capital, Fortaleza, é Acarape, e o mais distante Aratuba. A área total é de 3.707,3 km² e conta com uma população de 237.746 habitantes, segundo dados do Instituto de Pesquisa e Estratégia Econômica do Ceará (2013).

Para o início das atividades, houve reuniões para a apresentação do projeto “O papel da alimentação saudável para a promoção da saúde - Programa 5 ao dia” junto aos gestores escolares. Em seguida, analisou-se o cardápio fornecido nas referidas instituições com o intuito de planejar as ações e intervenções que ocorreram no decorrer do curso, como abordagem coletiva do projeto.

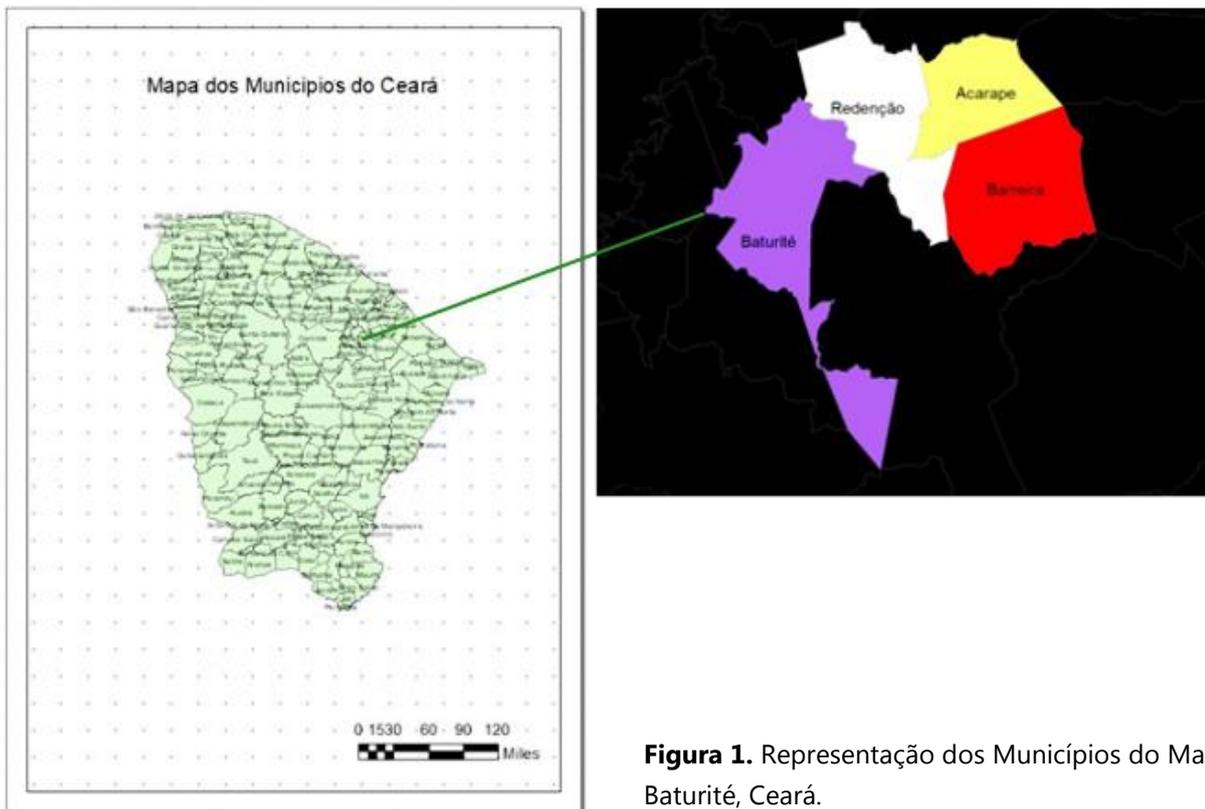


Figura 1. Representação dos Municípios do Maciço de Baturité, Ceará.

O planejamento dos cardápios fornecidos nas quatro escolas públicas municipais atende todos os alunos durante o período em que estão na unidade escolar. Com isso, a escola disponibiliza de alimentos como: café da manhã, sucos naturais (abacaxi, manga, caju, laranja e acerola), biscoitos, pães, leite com chocolate e bolos. No lanche da tarde, são oferecidos aos alunos praticamente os mesmos alimentos. No entanto, sentiu-se a falta de alguns alimentos nutritivos, variados e de baixo custo, que podiam ser ofertados nas escolas, tais como: salada de frutas, sopas de legumes e frutas regionais.

Logo após, foi realizada uma revisão bibliográfica acerca da temática em foco, a fim de elaborar um material teórico a ser utilizado nos cursos para os discentes das escolas, objeto do estudo.

Para realização dos cursos e seminários, propôs-se ações teóricas e práticas com alunos do 9º ano, do ensino fundamental, oriundos das escolas parceiras do projeto. Os cursos foram desenvolvidos nas referidas instituições de ensino em que os alunos estão inseridos. Após a apresentação da instrutora, iniciou-se o curso teórico com os alunos, abordando os seguintes tópicos: alimentação saudável; a importância nutricional de frutas e hortaliças e a forma correta de higienização dos vegetais. As atividades foram feitas com a socialização de vídeos, projeções com equipamento multimídia e debates.

A pesquisa se concretizou mediante programação prévia, permitindo, assim, maior integração dos agentes envolvidos na proposta. No primeiro momento das oficinas foram preenchidas fichas de consumo alimentar, com os dados coletados após os debates, com o intuito de identificar como é a alimentação de cada aluno ao longo do dia.

Os estudantes foram estimulados a participar das oficinas, das palestras e dos cursos realizados em junho, julho e agosto, respectivamente, mostrando suas dúvidas, realizando perguntas e relatando situações vivenciadas. Em seguida, foram aplicados, em sala de aula, jogos educativos com a temática voltada para os

atributos sensoriais (aroma, textura e sabor) das frutas, vegetais e hortaliças. A ação permitiu avaliar o conhecimento prévio dos adolescentes acerca da temática.

As brincadeiras consistiram em vendar os olhos dos alunos e desafiá-los a descobrir qual era a fruta ou hortaliça, a partir do sabor, aroma e textura. As imagens das Figuras 2 e 3 representam os jogos educativos desenvolvidos com os alunos durante o curso, em 2019.

Ao final das atividades, aplicou-se um questionário aos participantes com o propósito de obter informações sobre a qualidade do curso ministrado e a motivação dos participantes.

Esse questionário foi composto por seis perguntas (A - F):

- A - O que você achou do curso?
- B - O que você achou da instrutora?
- C - Em que nível foram as novidades?
- D - Após as oficinas, irão consumir mais frutas e verduras?
- E - Desejam ter mais oficinas como a ocorrida?
- F - Você acha que pode colocar em prática o que aprendeu?

Como respostas, os alunos dispunham de uma escala com níveis de respostas de 1 a 7 sendo os valores assim distribuídos: 1 - Muito ruim; 2 - Ruim; 3 - Mais ou menos; 4 - Bom; 5 - Ótimo, 6-Sim e 7- Não.



Figura 2. Jogo dos atributos sensoriais: identificar qual era a fruta ou hortaliça.

Fonte: Elaborado pelas autoras.



Figura 3. Palestra sobre Alimentação Saudável.

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Resultados e Discussão

Hábitos alimentares

Durante o desenvolvimento do projeto em tela, objetivou-se informar os alunos acerca da relevância de uma alimentação saudável. As ações desenvolvidas nas turmas dos 9º anos do ensino fundamental, das quatro escolas públicas municipais do Maciço de Baturité, contaram, no primeiro momento, com a aplicação de um questionário investigativo sobre os hábitos alimentares dos educandos.

A interpretação dos dados coletados, apresentados na tabela 1, evidenciou que em Acarape, do total de 21 alunos, 86% destes não possuem o hábito de alimentar-se seis vezes ao dia. Em Barreira esse percentual foi bem menor (39%). Na escola de Baturité, 68% do total de 25 alunos não fazem as seis refeições diárias e, por último, 87% dos alunos, pertencentes à escola de Redenção, realizavam as refeições.

Salienta-se que, após as atividades realizadas nas quatro instituições educacionais, pode-se inferir que um dos motivos da não realização das seis refeições diárias se dá primeiramente pela falta de recursos financeiros dos seus responsáveis, pois grande parte deles são de família de baixa renda, e alguns alunos relataram que dependem da merenda escolar para se alimentarem diariamente.

Segundo a Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição - SBAN, para crianças e adolescentes preconiza-se de 5 a 6 refeições ao dia, com distribuição de nutrientes energéticos, entre as refeições, de forma homogênea. Os lanches intermediários, matinal e vespertino devem suprir de 10 a 15% das recomendações nutricionais diárias, variando conforme o consumo alimentar nas demais refeições principais (Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição, 2015, p. 6).

Nesse viés, salienta-se que os estudos revelam a necessidade da realização de três refeições principais, as quais são: café da manhã, almoço e jantar. No intervalo entre estas, recomenda-se fazer um lanche perfazendo um total de 6 refeições. No entanto, esta recomendação está longe da realidade da maioria dos alunos entrevistados.

Tabela 1. Descrição do percentual de alunos que realizavam diariamente cada uma das seis refeições: café da manhã, lanche matutino, almoço, lanche da tarde, jantar e ceia (junho de 2018 a janeiro 2019).

Itens Avaliados	Escolas Municipais			
	Acarape 21 alunos	Barreira 25 alunos	Baturité 25 alunos	Redenção 26 alunos
Alunos que realizam as 6 refeições	14%	61%	32%	87%
Alunos que não realizam as 6 refeições	86%	39%	68%	13%

Avaliação do padrão alimentar

No segundo momento, foi aplicado um questionário para analisar os discentes acerca do hábito de consumirem frutas, legumes e verduras, e conhecer o nível de ingestão de alimentos industrializados.

Desta forma, constatou-se que a maioria dos envolvidos na pesquisa não possuem o hábito de consumir frutas e verduras, como se pode observar nos percentuais obtidos: 71% em Acarape, 64% em Barreira, 60% em Baturité e 65% em Redenção (Tabela 2), o que demonstra a necessidade de despertar o interesse nos educandos pelo consumo de frutas e hortaliças, fontes de vitaminas, fibras, sais minerais e compostos bioativos. Segundo Vieira e Justina (2013), as frutas, legumes e verduras são alimentos importantes para a promoção da saúde e fazem parte das recomendações diárias para uma dieta equilibrada e saudável.

Tabela 2. Descrição do percentual de alunos que consumiram frutas/verduras ou alimentos industrializados, no período de junho de 2018 a janeiro 2019.

Itens Avaliados	Escolas Municipais			
	Acarape	Barreira	Baturité	Redenção
Alunos que consomem frutas e verduras	29%	36%	40%	35%
Alunos que não consomem frutas e verduras	71%	64%	60%	65%
Alunos que consomem alimentos industrializados	62%	71%	52%	74%
Alunos que não consomem alimentos industrializados	38%	29%	48%	26%

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Quanto ao consumo de alimentos industrializados, nas quatro escolas avaliadas, mediante relatos dos alunos, pôde-se constatar a preferência pelo consumo de alimentos prontos, tais como: salgados, doces, batata frita, refrigerante, dentre outros. Os alimentos processados tornam-se cada vez mais acessíveis para todas as faixas etárias, sendo vendidos pré-prontos ou prontos para o consumo. "O aumento no consumo de alimentos e bebidas processadas tem sido considerado um dos fatores que contribuem para o aumento na prevalência de obesidade e doenças crônicas" (Bielemann et al., 2015, p. 2).

Pode-se inferir que algumas doenças crônicas encontram-se relacionadas a maus hábitos alimentares. Para Pinheiro (2008), grande parte da população brasileira possui hábitos alimentares errôneos, pois consomem elevadas quantidades de frituras, doces e massas, o que, associado ao sedentarismo, favorece a obesidade.

Na culminância das ações que envolvem o projeto em estudo, foi realizado um seminário nas escolas supracitadas com o objetivo de alertar para os danos à saúde causados pelo consumo excessivo de alimentos industrializados, que não são nutritivos, e os potenciais riscos à saúde. Ressaltou-se, também, a importância de consumir cada vez mais produtos naturais, como as frutas, verduras e hortaliças.

Destaca-se, ainda, que vários fatores influenciam crianças e adolescentes a consumir produtos industrializados. Para Fischer (2005), os anúncios e propagandas televisivas possuem intenso marketing que visa estabelecer crenças nutricionais, atitudes e padrão de consumo, criando uma relação de "pertencimento social". Segundo Santos (2007), é comum o anúncio de chocolates, balas, guloseimas goma de mascar e salgadinhos,

utilizando elementos que apelam para necessidades sensoriais, psicológicas e sociais, onde há o foco na textura, não nos ingredientes, pois não há um caráter informativo e sim persuasivo.

Análise dos dados

A análise do questionário final, que "avaliava se as atividades desenvolvidas foram relevantes para a construção do conhecimento sobre a alimentação saudável" apontaram os resultados expressos na Tabela 3.

Na questão A, que reporta sobre o que os alunos acharam do curso, do total de 97 alunos participantes das referidas escolas, 79% relataram ter gostado do curso, evidenciando uma boa aceitação das oficinas ministradas. A maioria relatou que o curso foi muito importante, pois favoreceu uma mudança de paradigma, porque ajuda a cuidar da saúde alimentar e adquirir hábitos saudáveis, que muitas vezes eles não têm em casa por falta de conhecimento.

Tabela 3. Percentual de avaliação da aprendizagem dos alunos das escolas municipais (2019).

Perguntas	Padrão de resposta	Escolas Municipais			
		Acarape	Barreira	Redenção	Baturité
A- O que você achou do curso?	Ótimo	62%	79%	87%	64%
	Bom	38%	21%	13%	36%
	Mais ou menos	0%	0%	0%	0%
B- O que você achou da instrutora?	Ótimo	81%	82%	72%	65%
	Bom	19%	18%	28%	35%
	Mais ou menos	0%	0%	0%	0%
C- Em que nível foram as novidades?	Ótimo	67%	64%	57%	68%
	Bom	19%	36%	39%	28%
	Mais ou menos	14%	0%	4%	4%
D- Após as oficinas irão consumir mais frutas e verdura?	Sim	86%	82%	87%	80%
	Não	0%	0%	0%	0%
	Mais ou menos	14%	18%	13%	20%
E- Desejam ter mais oficinas como a ocorrida?	Sim	100%	100%	100%	100%
	Não	0%	0%	0%	0%
	Mais ou menos	0%	0%	0%	0%
F- Você acha que pode colocar em prática o que aprendeu?	Sim	90%	84%	87%	84%
	Não	10%	7%	4%	8%
	Mais ou menos	0%	9%	9%	8%

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Quanto ao item B, sobre a avaliação didática da instrutora, a tabela mostra que mais de 80% dos educandos gostaram das apresentações e da dinâmica que foram aplicadas durante o curso. Isto demonstra que a metodologia utilizada, tanto nas apresentações orais, como também nos jogos didáticos, foi de fácil compreensão, despertando curiosidade e vontade em participar das atividades na maioria dos estudantes.

Já o item C, sobre em que nível foram as novidades, revela que 78% dos alunos avaliaram positivamente os cursos, o que reflete que o desenvolvimento de autonomia para realizar escolhas está embasado em conhecimento, que vai além do contexto educacional, e essas informações são repassadas para o meio familiar.

No item D, todos os alunos indicaram resultados positivos na modificação e conscientização para a promoção da saúde. Os comentários mais frequentes foram relacionados à “diminuição de alimentos industrializados, que apresentam alto teor de açúcares e gorduras” e o “hábito salutar de consumir mais frutas, verduras e sucos naturais”.

No item E, que reporta o desejo dos alunos em terem mais oficinas como a ocorrida, os discentes em sua totalidade responderam que sim, demonstrando que trabalhar as práticas alimentares no espaço escolar favorece uma mudança de paradigma, tanto no âmbito escolar, como familiar.

O impacto positivo desse comportamento contribui para levar o conhecimento adquirido para os familiares, amigos e comunidade. É notório que os hábitos alimentares adquiridos, sobretudo na infância e na adolescência, tendem a se manter sempre. A família tem uma função inultrapassável, entretanto a escola pode e deve dar uma contribuição no que se refere à disponibilização de informações sobre o assunto em foco.

O último item (F), que trata a respeito se os alunos podem colocar em prática todos os ensinamentos adquiridos no curso, 90% destes responderam que sim e mostraram-se aptos a melhorar sua alimentação. Para Ribeiro (2013, p. 2) “a implantação de atividades de educação nutricional nas escolas possibilitou, aos adolescentes, a obtenção de conhecimentos básicos sobre alimentação e nutrição, incentivando-os à aquisição de um ‘comportamento alimentar’ que busque a manutenção de uma boa saúde”.

Pode-se perceber ao final do projeto que os alunos assimilaram o conteúdo que lhes foi transmitido, mostrando-se aptos a mudarem seus hábitos alimentares.

Considerações Finais

Com os resultados da pesquisa, foi possível observar o baixo consumo de frutas e verduras nas residências dos alunos, gerando uma necessidade periódica de cursos destinados aos alunos.

De acordo com a análise dos dados, a grande maioria dos alunos não realiza as seis refeições diárias, contribuindo assim para uma alimentação desequilibrada. Em parte, esse desequilíbrio nutricional se dá pela falta de condições financeiras da família. Pode-se observar, também, o elevado consumo de produtos industrializados, sendo de fundamental importância a substituição por frutas, hortaliças e verduras, pois estas são fonte de vitaminas e minerais essenciais à nossa alimentação.

Os alunos, em sua grande maioria, avaliaram positivamente as oficinas ministradas e ressaltaram a necessidade da oferta de mais trabalhos com esta temática.

Contribuição de cada autor

EGVV e MSMR participaram da elaboração do projeto, execução das atividades teóricas e práticas, da redação e revisão do manuscrito. SRPR e MSMR, participaram da revisão das atividades teóricas e revisão do manuscrito. MSMR atuou como coordenadora e orientadora da bolsista.

Agradecimentos

Ao Programa de Bolsa de Extensão, Arte e Cultura – PIBEAC/UNILAB pelo apoio financeiro e ao Grupo de Pesquisa: Polifenóis, antioxidantes e fibra dietética na saúde - POLIFIBAN/CNPq. Ao estudante de Agronomia Sérgio Marques Ebo, pelo apoio no decorrer da pesquisa.

Referências

- Bielemann, R. M., Motta, J. V. S., Minten, G. C., Horta, B. L., & Gigante, D. P. (2015). Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. *Revista de Saúde Pública* 49, 1-10.
- Ministério da Saúde. (2013). *Política Nacional de Alimentação e Nutrição*. 1. ed., Brasília: Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica.
- Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição. (2015). *A hora certa do lanche: Porque essa refeição é tão importante*. Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição – SBAN. Recuperado de: <http://sban.cloudpainel.com.br/source/Hora-do-Lanche.pdf>
- Burkhard, G. K. (1984). *Novos caminhos da alimentação*. São Paulo: GLR Balieiro.
- Instituto de Pesquisa e Estratégia Econômica do Ceará. (2013). *Perfil básico regional da macrorregião de Baturité*. Fortaleza: IPECE. Recuperado de: http://www2.ipece.ce.gov.br/estatistica/perfil_regional/Perfil_Regional_R6_Baturite_2013.pdf
- Fischer, R. M. (2005). Mídia e juventude: Experiências do público e do privado na cultura. *Cadernos CEDES*, 25(65): 43-58.
- Martins, D., Walder, B. S. M., & Rubiatti, A. D. M. M. (2010). Educação nutricional: Atuando na formação de hábitos alimentares saudáveis de crianças em idade escolar. *Revista Simbio-Logias*, 3(4), 86-102.
- Menezes, L. S. de P., Meirellest, M., & Weffort, V. R. S. (2011). A alimentação na infância e adolescência: Uma revisão bibliográfica. *Revista Médica de Minas Gerais* 21(3 Supl. 1), S1-S144.
- Mossmann, M. P., & Teo, C. R. P. A. (2017) Alimentos da agricultura familiar na alimentação escolar: percepções dos atores sociais sobre a legislação e sua implementação. *Interações*, 18(2), 31-43.
- Pereira, P. L., Nunes, A. L. S., & Duarte, S. F. P. (2015). Qualidade de vida e consumo alimentar de pacientes oncológicos. *Revista Brasileira de Cancerologia*, 61(3), 243-251.
- Pinheiro, A. R. O. (2008). Reflexões sobre o processo histórico/político de construção da lei orgânica de segurança alimentar e nutricional. *Segurança Alimentar e Nutricional*, 15(2), 1-15.
- Ramos, F. P., Santos, L. A. D. S., & Reis, A. B. C. (2013). Educação alimentar e nutricional em escolares: Uma revisão de literatura. *Cadernos de Saúde Pública*, 29(11), 2147-2161.
- Ribeiro, C. D., de Souza, B. B., de Oliveira Saes, M., Susin, L. R. O., Muccillo-Baisch, A. L., & Soares, M. C. F. (2013). Educação nutricional: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento. *VITTALLE-Revista de Ciências da Saúde*, 25(1), 21-28.
- Roque, E. M. S., Costa, J. G. J., Matos, M. J., & Rufino, M. S. M. (2018). Segurança alimentar e nutricional: Um olhar em escolas públicas do Maciço de Baturité. In G. Costa e Silva, & E. R. Oliveira (Orgs.), *Experiências em Ensino, Pesquisa e extensão na UNILAB: Caminhos e Perspectivas*. v. 3, (pp. 193-205) 1ª ed. Fortaleza: IMPRECE, 2018.
- Santos, S. L. (2007). *Influência da propaganda nos hábitos alimentares: Análise de conteúdo de comerciais de alimentos da televisão*. (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, Brasil.
-

Silva, D. C. D. A., Frazão, I. D. S., Osório, M. M., & Vasconcelos, M. G. L. D. (2015). Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(11), 3299-3308.

Vieira, D. C. G., & Justina, L. A. D. (2013). *Um estudo sobre alimentação saudável no ensino fundamental*. [S. I.]: Secretaria da Educação do Paraná. (Cadernos PDE, v. 1). Recuperado de: http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2013/2013_unioeste_cien_artigo_delcia_correa_gomes_vieira.pdf

Como citar este artigo:

Vaz, E. G. V., Ribeiro, S. R. P., & Rufino, M. S. M. Os reflexos profilático e pedagógico da educação alimentar nas escolas do Maciço de Baturité, Ceará. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 11(1), 1-11. <https://periodicos.uffs.edu.br/index.php/RBEU/article/view/10928/pdf>
