



EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA PRÁTICA DOCENTE

NUTRITIONAL AND FOOD EDUCATION IN TEACHING PRACTICE

EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN LA PRÁCTICA DOCENTE

 <https://doi.org/10.56238/levv16n49-110>

Data de submissão: 28/05/2025

Data de publicação: 28/06/2025

Isabelle Cristina Schlemper

Acadêmica do Curso de Pedagogia do Centro Universitário Avantis (UNIAVAN)
E-mail: schlemperisabelle@gmail.com

Maria Eduarda Jacques Moreira da Costa

Acadêmica do Curso de Pedagogia do Centro Universitário Avantis (UNIAVAN)
E-mail: nutrimeduardacosta@gmail.com

Patricia Helena da Silva Pinheiro

Acadêmica do Curso de Pedagogia do Centro Universitário Avantis (UNIAVAN)
E-mail: patriciahelenaspinheiro@gmail.com

Paulo Roberto Serpa

Doutor em Educação. Professor do Curso de Pedagogia do Centro Universitário Avantis (UNIAVAN)
E-mail: pauloserparoberto@gmail.com

RESUMO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) desempenha um papel fundamental na formação de indivíduos conscientes sobre as escolhas alimentares e seus impactos na saúde e no bem-estar. Integrar EAN na prática docente oportuniza um ambiente de aprendizado transformador, em que alunos exploram competências relativas às escolhas alimentares conscientes. Sendo assim, de que modo pode ser integrada a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no processo de ensino-aprendizagem? O objetivo geral do presente artigo é compreender a importância da educação alimentar e nutricional na prática docente. Os objetivos específicos são: reconhecer a atuação da prática docente na promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os alunos; verificar a que a literatura científica pontua sobre a EAN. O presente artigo refere-se ao Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) do curso de Pedagogia, na qual construiu-se um referencial teórico que pode subsidiar a análise sobre o tema por meio da Revisão Sistemática de Literatura (Galvão; Ricarte, 2019). A análise e discussão dos dados desta pesquisa foi realizada a luz da Análise de Conteúdo (Bardin, 2011). Como resultados, salienta-se a importância de dar continuidade aos estudos sobre a EAN no ambiente escolar e, principalmente, atendendo e orientando os professores. Além disso, é preciso investir, de maneira mais prática, na formação docente inicial e as formações continuadas.

Palavras-chave: Prática docente. Educação alimentar. Ambiente escolar.

ABSTRACT

Food and Nutrition Education (FNE) plays a fundamental role in shaping individuals who are aware of their food choices and the impact these choices have on health and well-being. Integrating FNE into



teaching practices provides a transformative learning environment in which students develop skills related to conscious food choices. In this context, how can Food and Nutrition Education be integrated into the teaching-learning process? The main objective of this article is to understand the importance of food and nutrition education in teaching practice. The specific objectives are: to recognize the role of teaching practices in promoting healthy eating habits among students; and to examine what the scientific literature highlights about FNE. This article is part of the undergraduate thesis for the Pedagogy program, and it develops a theoretical framework to support analysis of the topic through a Systematic Literature Review (Galvão; Ricarte, 2019). The analysis and discussion of the data were conducted using Content Analysis methodology (Bardin, 2011). The results emphasize the importance of continuing studies on FNE in the school environment, with particular attention to supporting and guiding teachers. Furthermore, there is a need to invest more practically in both initial teacher training and ongoing professional development.

Keywords: Teaching practice. Food education. School environment.

RESUMEN

La Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) desempeña un papel fundamental en la formación de personas conscientes de sus elecciones alimentarias y su impacto en la salud y el bienestar. Su integración en las prácticas docentes proporciona un entorno de aprendizaje transformador en el que los estudiantes exploran habilidades relacionadas con la elección consciente de alimentos. Por lo tanto, ¿cómo se puede integrar la Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) en el proceso de enseñanza-aprendizaje? El objetivo general de este artículo es comprender la importancia de la educación alimentaria y nutricional en las prácticas docentes. Los objetivos específicos son: reconocer el papel de las prácticas docentes en la promoción de hábitos alimentarios saludables entre los estudiantes; y verificar lo que la literatura científica señala sobre la EAN. Este artículo se refiere al Trabajo de Conclusión del Curso (TCC) del curso de Pedagogía, en el cual se construyó un marco teórico que puede sustentar el análisis sobre el tema a través de la Revisión Sistemática de la Literatura (Galvão; Ricarte, 2019). El análisis y la discusión de los datos de esta investigación se realizaron a la luz del Análisis de Contenido (Bardin, 2011). En consecuencia, destacamos la importancia de continuar los estudios sobre EAN en el entorno escolar y, principalmente, de apoyar y orientar al profesorado. Además, es necesario invertir, de forma más práctica, en la formación inicial y continua del profesorado.

Palabras clave: Práctica docente. Educación alimentaria. Entorno escolar.



1 INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) desempenha um papel fundamental na formação de indivíduos conscientes sobre as escolhas alimentares e seus impactos na saúde e no bem-estar. Além disso, noções de nutrição são essenciais para promoção da saúde e prevenção de doenças relacionadas a escolhas alimentares não adequadas. Tais noções devem estar presentes na prática docente e, o professor, atuando como mediador deste conhecimento. Assim, “a escola pode transformar-se no espaço em que o aluno terá condições de analisar a natureza em um contexto entrelaçado de práticas sociais, parte componente de uma realidade mais complexa e multifacetada” (Jacobi, 2003, p. 198).

Nesta temática, Razuck e Razuck (2010) afirmam que a escola tem um importante papel na discussão sobre a alimentação e que esta pode influenciar na formação de hábitos alimentares e na prevenção da obesidade. Ao se considerar que o comportamento alimentar tem suas bases fixadas na infância, transmitidas pela família e sustentadas por tradições percebe-se que é necessária a prática da promoção da alimentação saudável no ambiente escolar por propiciar ampliação dos conhecimentos e mudança de atitude (Moreira *et al.*, 2015).

Desta forma, a escola como um espaço social possui a função de contribuir com informações, projetos, práticas interdisciplinares que colaborem para aprendizagem dos alunos. Além de mostrar a importância e os benefícios de se ter bons hábitos alimentares, que vai desde se alimentar de forma balanceada até a prática de exercício físico, pois sua disposição física e mental diz muito sobre seu estado nutricional (Cunha, 2014).

Logo, tem-se a Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009, que estabelece as normas para execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) no Brasil. Sendo assim, no art.2º, inciso II, são diretrizes da alimentação escolar:

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 (Brasil, 2009).

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC), determina o conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens essenciais que todos os alunos devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica (Brasil, 2018). Sendo assim, a BNCC apresenta habilidades acerca da temática Educação Alimentar e Nutricional (EAN) conforme descrito na oitava habilidade para o ensino de ciências do quinto ano do ensino fundamental, na qual os educandos devem aprender a "Organizar um cardápio equilibrado com base nas características dos grupos alimentares (nutrientes e calorias) e nas necessidades individuais (atividades realizadas, idade, sexo etc.) para a manutenção da saúde do organismo" (Brasil, 2018, p. 341). E, também, na nona habilidade para o ensino de ciências do quinto ano do ensino fundamental, os educandos devem “discutir a ocorrência de distúrbios nutricionais



(como obesidade, subnutrição etc.) entre crianças e jovens a partir da análise de seus hábitos (tipos e quantidade de alimento ingerido, prática de atividade física etc.)” (Brasil, 2028, p. 341).

Na educação infantil a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) apresenta habilidades que promovam hábitos alimentares saudáveis através da quarta habilidade no campo de experiência “corpo, gestos e movimentos” para crianças pequenas, na qual devem aprender a “adotar hábitos de autocuidado relacionados a higiene, alimentação, conforto e aparência” (Brasil, 2028, p. 47).

Diante do exposto, integrar EAN a prática docente oportuniza um ambiente de aprendizado transformador, em que alunos exploram competências relativas às escolhas alimentares conscientes. Neste sentido, considerando o tema abordado, indaga-se: de que modo pode ser integrada a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no processo de ensino-aprendizagem?

Para isto, o objetivo geral do presente artigo é compreender a importância da Educação Alimentar e Nutricional na prática docente. Os objetivos específicos são: reconhecer a atuação da prática docente na promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os alunos; verificar a que a literatura científica pontua sobre a EAN.

O presente artigo é composto por uma introdução onde se discorre sobre a importância da Educação Alimentar e Nutricional, principalmente na prática docente. Nos procedimentos metodológicos são descritas as etapas utilizadas para a realização do presente artigo. O aporte teórico é apresentado no quadro teórico de referência, com autores que corroboram a respeito do tema Educação Alimentar e Nutricional, principalmente na prática docente, bem como conteúdos relacionados a hábitos alimentares saudáveis nas escolas. Seguido da análise e interpretação dos dados, na qual são apresentados os resultados da pesquisa e ainda, a discussão destes com outros estudos que já foram realizados e com autores novos que foram estudados durante a produção do quadro teórico de referência. Por fim, tem-se as considerações finais na qual as pesquisadoras retomam o objetivo do artigo, indicam as limitações da pesquisa, e sugerem para futuros pesquisadores e as principais contribuições deste artigo para a formação acadêmica e profissional.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Desenvolvido a partir de uma revisão o presente artigo é oriundo de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) de Pedagogia. Para Oliveira e Vasques-Menezes (2018), a revisão de literatura permite uma análise minuciosa dos trabalhos publicados num determinado período, facilitando a sistematização do tema. Sendo assim, construiu-se um referencial teórico que possa subsidiar a análise sobre o tema por meio da Revisão Sistemática de Literatura.

A busca por trabalhos científicos que tratassesem sobre o tema investigado, foi realizada em fevereiro de 2025 na base de dados Portal de Periódicos CAPES. Para esta, foi escolhido o recorte temporal dos últimos 8 anos. Utilizou-se nesta pesquisa a geração da *string* de busca, que são os termos

de busca atrelados por operadores booleanos: “escola” E “educação alimentar e nutricional” E “professor”. Optou-se por realizar o levantamento apenas de artigos científicos.

Como critérios de inclusão foram utilizados na busca avançada, sendo os termos acima citados, buscados no título dos trabalhos, aplicando os filtros de data de publicação (2018-2025) e, idioma (português). Com isso, foram gerados 6 resultados.

A partir deste momento passou-se para utilização dos critérios de exclusão onde foram excluídos os artigos científicos que não se enquadram com o tema de pesquisa. Ao fim deste processo foram selecionados 5 artigos científicos.

Quanto aos procedimentos da pesquisa, a presente pesquisa classificando-a de natureza básica. Segundo Gerhardt e Silveira (2009, p. 34) a pesquisa básica “objetiva gerar conhecimentos novos, úteis para o avanço da Ciência, sem aplicação prática prevista. Envolve verdades e interesses universais”.

Em relação à abordagem do problema classifica-se em qualitativa. Sendo assim, para Gerhardt e Silveira (2009, p. 32) “a pesquisa qualitativa preocupa-se com aspectos da realidade que não podem ser quantificados, centrando-se na compreensão e explicação da dinâmica das relações sociais”. Para Minayo (2002), a pesquisa qualitativa trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Com base nos objetivos caracterizam-se em descriptiva ou explicativa. Utilizou-se a pesquisa descriptiva no quadro teórico de referência e, a pesquisa explicativa, refere-se a análise e interpretação dos dados. Diante disto, a pesquisa descriptiva “exige do investigador uma série de informações sobre o que deseja pesquisar. Esse tipo de estudo pretende descrever os fatos e fenômenos de determinada realidade” (Gerhardt; Silveira, 2009, p. 35). Já a pesquisa explicativa “preocupa-se em identificar os fatores que determinam ou que contribuem para a ocorrência dos fenômenos” (Gil, 2002, p. 42). Ou seja, este tipo de pesquisa explica o porquê das coisas através dos resultados oferecidos. Segundo Gil (2002, p. 43), “uma pesquisa explicativa pode ser a continuação de outra descriptiva, posto que a identificação de fatores que determinam um fenômeno exige que este esteja suficientemente descrito e detalhado”.

Quanto aos procedimentos técnicos, utilizou-se da Revisão Sistemática de Literatura (RSL). A RSL segundo Galvão e Ricarte (2019) tem por propósito resumir a melhor pesquisa disponível sobre uma questão específica, utilizando procedimentos transparentes para encontrar, avaliar e sintetizar os resultados de pesquisas relevantes na área em estudo.

Neste sentido, Galvão e Pereira (2014) afirmam que a revisão sistemática se apoia na recolha dos textos publicados sobre um tema em questão, empregando uma metodologia de pesquisa específica para esse fim. Constitui-se então, como pesquisa secundária, que aplica métodos explícitos e

sistematizados, com rigor científico e de grande transparência, a fim de mitigar riscos de viés na busca, coleta, extração e aplicabilidade dos dados de pesquisas prévias de estudos primários, os quais fornecem evidências de alta qualidade para o contexto que se pretende investigar (Galvão; Ricarte, 2019).

Logo, a revisão sistemática, como o próprio termo indica, consiste em revisar, de modo sistemático, a literatura que já foi previamente produzida e divulgada. Pode ser entendida como uma pesquisa que revisa outras pesquisas a partir de um sistema ou protocolo, de modo sistemático e rigoroso (Galvão; Pereira, 2014).

Diante do exposto, os procedimentos metodológicos aplicados permitiram uma compreensão aprofundada do tema abordado. Na sequência é apresentado o Quadro Teórico de Referência, na qual apresentam-se os dados da revisão sistemática de literatura.

3 QUADRO TEÓRICO DE REFERÊNCIA

Foram selecionados por meio da revisão sistemática de literatura 5 trabalhos, sendo estes artigos científicos, conforme descrito no quadro 1.

Quadro 1: Trabalhos selecionados na busca.

Autores	Ano	Título	Palavras-chave
Valle; Chamon; Rodrigues.	2020	Representações Sociais sobre Educação Alimentar e Nutricional para Professores	Desenvolvimento Humano; Alimentação Escolar; Professores.
Scarparo; Marques; Pino.	2021	Crenças profissionais vinculados à área de educação sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar	Crenças; Professores; Ensino; Alimentação saudável; Escola.
Lorenzi; Pino; Oliveira.	2023	Educação alimentar e nutricional como uma prática na escola: A visão do professor	Educação alimentar; Formação docente; Infância; Ensino.
Santos; Lamego; Santos.	2023	Educação Alimentar e Nutricional na Escola: Concepções Discentes sobre o Aproveitamento de Alimentos	Ensino de ciências; Educação básica; Consumo; Insegurança alimentar; Resíduos orgânicos.
Piasetzki; Boff; Anastácio.	2023	Educação alimentar e nutricional: uma possibilidade de trabalho em equipe	Processo formativo; Criança; Currículo escolar; Problematização; Práticas interdisciplinares.

FONTE: Elaborado pelos pesquisadores.

O primeiro artigo científico, intitulado “*Representações Sociais sobre Educação Alimentar e Nutricional para Professores*”, de Valle, Chamon e Rodrigues (2020) teve como objetivo identificar as representações sociais dos professores da Educação Infantil acerca de sua atuação na alimentação escolar, no contexto da rede pública de ensino de um município localizado na região do Vale do Paraíba

Paulista. A pesquisa adotou uma abordagem qualitativa e exploratória, utilizando, como instrumentos de coleta de dados, um questionário sociodemográfico e uma entrevista semiestruturada. A análise dos dados foi conduzida por meio da técnica de análise de conteúdo, fundamentada na Teoria das Representações Sociais.

Os resultados evidenciaram que os docentes não demonstraram conhecimento sobre o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), tampouco relataram participação na elaboração ou execução de atividades voltadas à Educação Alimentar e Nutricional (EAN). Verificou-se, ainda, que as ações educativas sobre alimentação saudável eram incipientes e baseadas em concepções ultrapassadas. Embora os profissionais reconhecessem a qualidade da alimentação ofertada e a presença de acompanhamento por nutricionista, a escola não era concebida como espaço de promoção da saúde e da educação nutricional (Valle; Chamon; Rodrigues, 2020).

O segundo artigo, intitulado “*Crenças profissionais vinculadas à área de educação sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar*”, de Scarparo, Marques e Pino (2021) teve como propósito identificar as crenças de profissionais vinculados a programas de pós-graduação na área da educação acerca do ensino da alimentação saudável no contexto escolar. O estudo, de natureza quantitativa, descritiva e de corte transversal, compôs parte de uma pesquisa de doutorado intitulada “Crenças sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar”. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado, elaborado e validado especificamente para a pesquisa, fundamentado na escala de Likert, permitindo aferir os níveis de concordância ou discordância dos participantes frente às afirmativas propostas.

Os resultados indicaram que a maioria dos participantes concordou integralmente com a afirmativa de que a alimentação escolar constitui um direito dos estudantes da rede pública, sendo, para muitos, a principal refeição do dia. Também reconheceram a escola como espaço propício para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, bem como para o ensino da temática de forma transdisciplinar. Destacaram ainda que o ensino ultrapassa os limites da sala de aula e que a alimentação escolar possui função pedagógica. Houve concordância parcial ou total de que as informações transmitidas sobre alimentação saudável, as atitudes alimentares dos docentes e o tipo de alimento oferecido influenciam diretamente os hábitos alimentares dos escolares, sendo esses reflexos da alimentação dos adultos com os quais convivem (Scarparo; Marques; Pino, 2021).

O terceiro artigo, intitulado “*Educação Alimentar e Nutricional como uma prática na escola: A visão do professor*”, de Lorenzi, Pino e Oliveira (2023) objetivou investigar o conhecimento e a adesão às práticas de Educação Alimentar e Nutricional por parte de profissionais da educação atuantes em instituições privadas de ensino. O estudo, de natureza qualitativa, baseou-se na realização de um grupo focal com professoras da Educação Infantil, a partir de perguntas semiestruturadas que buscavam compreender a percepção das participantes sobre a importância da Educação Alimentar e

Nutricional (EAN) no contexto escolar, bem como a identificação das práticas pedagógicas relacionadas ao tema.

Os dados revelaram que as educadoras reconhecem a importância da EAN e compreendem o papel compartilhado entre escola e família na promoção de aprendizagens relacionadas à alimentação saudável, contribuindo para a transformação dos hábitos alimentares infantis. Contudo, apontam que a ausência de formação específica dos docentes constitui um obstáculo para a efetivação das práticas educativas nessa área (Lorenzi; Pino; Oliveira, 2023).

O quarto artigo científico, intitulado *“Educação Alimentar e Nutricional na Escola: Concepções Discentes sobre o Aproveitamento de Alimentos”*, de Santos, Lamego e Santos (2023) teve como objetivo compreender as concepções dos estudantes acerca do aproveitamento, consumo e desperdício de alimentos, além de refletir sobre o papel do professor na sensibilização dos jovens em relação à EAN. A investigação foi conduzida sob abordagem qualitativa, com a realização de atividades dialogadas no componente curricular de Ciências, em uma turma do 8º ano do Ensino Fundamental, abordando os temas alimentação saudável e aproveitamento integral de alimentos. Como recurso didático, foi utilizado um documentário sobre a temática, e os dados foram coletados por meio de dois questionários com perguntas abertas, aplicados antes e após as atividades. A análise das respostas foi realizada com base na técnica de análise de conteúdo.

Os resultados indicaram que os discentes apresentaram dificuldades em distinguir os conceitos de reaproveitamento e aproveitamento integral dos alimentos. No entanto, as atividades propostas promoveram reflexões significativas sobre o consumo, a distribuição e o desperdício de alimentos, bem como sobre as desigualdades sociais associadas a essas práticas (Santos; Lamego; Santos, 2023).

O quinto e último artigo científico, intitulado *“Educação Alimentar e Nutricional: uma possibilidade de trabalho em equipe”*, de Piasezkii, Boff e Anastácio (2023) teve como objetivo analisar um processo formativo sob a perspectiva do desenvolvimento de um trabalho colaborativo voltado à EAN de crianças de duas escolas públicas. O intuito foi aprofundar o debate sobre a temática, ampliar a compreensão do tema e propor alternativas de práticas pedagógicas para os anos iniciais, incorporando a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) ao currículo escolar de forma estruturada.

A pesquisa, de caráter qualitativo, baseou-se em encontros formativos e entrevistas com professores da educação básica. Os dados foram obtidos por meio de gravações em áudio, transcrição integral e posterior análise textual discursiva. O processo envolveu professores, equipes diretivas, funcionários e familiares de uma escola de Educação Infantil e outra de Educação Básica, localizadas em um município de pequeno porte no interior do Estado do Rio Grande do Sul, Brasil (Piasezkii; Boff; Anastácio, 2023).

Os resultados revelaram que as ações de EAN devem ser contínuas e sistematizadas, e que o trabalho em equipe favorece a articulação entre saberes de diferentes áreas do conhecimento.



Evidenciou-se também que o professor exerce influência significativa nos hábitos alimentares das crianças, sendo fundamental que as práticas pedagógicas estejam alinhadas ao conhecimento científico e articuladas às experiências e vivências dos educandos (Piasezkii; Boff; Anastácio, 2023).

Com base nesse panorama, a próxima seção deste trabalho apresenta a análise e interpretação dos resultados da pesquisa.

4 DISCUSSÃO DOS DADOS

A análise e discussão dos dados desta pesquisa será realizada a luz da Análise de Conteúdo, que segundo Bardin (2011), é uma metodologia utilizada em pesquisas qualitativas para interpretação de materiais diversos. Na qual, realizamos os processos de pré-análise, exploração do material e interpretação. Para melhor organização, foram definidas as categorias de análise que se seguem.

4.1 CONHECIMENTO E FORMAÇÃO DOCENTE EM EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL (EAN)

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é muito rica em possibilidades pelo seu potencial interdisciplinar e transdisciplinar. Em razão disso, a aplicabilidade da temática pode ser planejada de formas variadas, sendo relacionada com todas as áreas do conhecimento e com os diferentes componentes curriculares (Lorenzi, 2023).

Os educadores devem ser capazes de criar situações de ensino-aprendizagem que respeitem o desenvolvimento cognitivo e as curiosidades dos educandos, reconhecendo e valorizando os seus saberes prévios e suas experiências familiares, sociais e culturais em relação às práticas e hábitos alimentares (Lorenzi, 2023, p. 59).

Para que essas práticas sejam efetivas, é essencial que os professores estejam devidamente capacitados, visto que desempenham papel central na mediação do conhecimento no contexto escolar e na implementação de iniciativas de EAN (Lorenzi; Pino; Oliveira, 2023).

Diante disso, Oliveira *et al.* (2020) destacam que é importante que o docente esteja motivado e consciente do seu papel, bem como tenha conhecimentos sobre os aspectos que envolvem a alimentação saudável, para efetivar o planejamento e o desenvolvimento de ações educativas que englobem essa temática.

Nesse contexto, Weirich e Menti (2022) observam que a carência de formação específica sobre a temática da EAN gera insegurança entre os docentes, que acabam recorrendo a fontes não especializadas, como conteúdos *on-line* e materiais didáticos generalistas, para suprir essa lacuna. Visando enfrentar esse desafio, Moura e Leite (2020) argumentam que a inclusão de disciplinas relacionadas à educação alimentar nos cursos de licenciatura, especialmente em pedagogia, é uma medida essencial. Tal inserção contribui para uma formação mais crítica e fundamentada dos futuros

professores, capacitando-os para abordar o tema de maneira mais sólida e consciente no ambiente educacional (Moura; Leite, 2020).

Sendo assim, para Moura, Bezerra e Leite (2023) torna-se importante qualificar os profissionais para que desenvolvam a competência de selecionar e adaptar as informações acessadas em diferentes meios, como livros didáticos, internet, artigos científicos, entre outros, já que as informações contidas nesses recursos podem ser insuficientes ou distorcidas, causando prejuízo aos alunos. Além de formar os educadores, também é preciso divulgar e compartilhar conhecimentos, criar materiais de apoio pedagógico e ferramentas para estimular a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) (Moura; Bezerra; Leite, 2023).

Nesta mesma premissa, Moura e Leite (2020) afirmam que é preciso oferecer uma formação adequada para os educadores, para que estes possam ampliar seus conhecimentos nas áreas da nutrição e da saúde, principalmente nas faixas etárias correspondentes ao ensino básico, ou seja, que possam ampliar os conhecimentos sobre as necessidades e como trabalhar corretamente o tema alimentação e nutrição, com as crianças da educação infantil, ensino fundamental e ensino médio.

Para Weirich e Menti (2022) é preciso primeiramente reconhecer a importância da temática valorizando-a no espaço escolar, estruturando um “caminho” metodológico que será respaldado pelo currículo escolar. Qualificar os professores e funcionários e envolver a comunidade escolar em ações que demonstrem os princípios que a escola possui sobre o tema, desenvolvendo e diversificando ações e abordagens próprias para cada público em diferentes situações (Weirich; Menti, 2022).

4.2 A ESCOLA COMO ESPAÇO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

Lorenzi, Pino e Oliveira (2023) consideram a escola um espaço estratégico para desenvolver ações voltadas à promoção de hábitos alimentares saudáveis, fundamentadas em conhecimentos tanto nutricionais quanto culturais. Nessa perspectiva, Oliveira *et al.* (2020) afirmam que a escola tem um importante papel na discussão sobre a alimentação, e que esta pode influenciar na formação de hábitos alimentares e na prevenção da obesidade.

Sendo assim, a escola é uma instituição estratégica para a aplicação da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) por alcançar a maior parte da população em um período importante para a formação de hábitos alimentares dos sujeitos, entende-se que a presença de ações em EAN no ambiente escolar é essencial para contribuir com o desenvolvimento de saberes e práticas alimentares mais saudáveis (Fontes; Razuck; Razuck, 2022). Assim como também é uma importante ferramenta que incentiva a reflexão sobre a alimentação, colaborando, entre outras questões, na prevenção de doenças não transmissíveis, como a obesidade (Fontes; Razuck; Razuck, 2022; Fridrich; Loss; Loro 2023).

Nesse contexto, Fridrich, Loss e Loro (2023) afirmam que pensar sobre a alimentação e seus processos para o ser humano e o meio ambiente é uma forma de incentivar crianças e adolescentes a



melhorarem seus hábitos alimentares e o engajamento social e ambiental. Quando tais conhecimentos são difundidos no ambiente escolar, há benefícios para toda a comunidade escolar, pois esses jovens se tornam “multiplicadores do conhecimento” entre seus pares e familiares (Fridrich; Loss; Loro 2023).

Assim, por ser um ambiente coletivo, no qual o grupo exerce grande influência sobre o sujeito, a escola é um ambiente que pode favorecer o desenvolvimento de bons hábitos alimentares. Segundo Cervato-Mancuso, Vincha e Santiago (2016, p. 5), “a alimentação é um ato, não apenas fisiológico, mas também de integração social e, portanto, é fortemente influenciada pelas experiências a que são submetidas as crianças e os exemplos em seu círculo de convivência”.

Desta forma, a escola como um espaço social possui a função de contribuir com informações, projetos, aulas interdisciplinares que colaborem para aprendizagem dos discentes, além de mostrar a importância e os benefícios de se ter bons hábitos alimentares, que vai desde se alimentar de forma balanceada até a prática de exercício físico, pois sua disposição física e mental diz muito sobre seu estado nutricional (Fontes; Razuck; Razuck, 2022).

Neste sentido, Franco e Boog (2007) afirmam que é necessário compreender que todas as ações no ambiente escolar têm caráter educativo, portanto, na escola a alimentação sempre será uma ação pedagógica. Por isso, os adultos – professores, monitores, auxiliares de educação e demais funcionários – devem ter consciência do importante papel que representam para os alunos e se comprometer com a educação alimentar através do próprio exemplo. A escola, como instituição de educação, deve repensar a oferta de alimentos em todas as suas propostas culinárias: piqueniques, dias comemorativos, entre outras ações (Franco; Boog, 2007).

Sendo assim, a escola sendo um ambiente singular e estratégico propicia aos estudantes a construção e consolidação de práticas de saúde, sendo uma ferramenta importante para a construção de saberes (Fitarelli; Loss; Loro, 2023).

Portanto, promover a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no ambiente escolar é uma ação interdisciplinar, intersetorial e de responsabilidade de toda a comunidade escolar, a qual deve promover a reflexão e o estímulo ao desenvolvimento de hábitos alimentares mais saudáveis e sustentáveis desde a infância (Oliveira *et al.* 2020; Fridrich; Loss; Loro 2023).

4.3 A INFLUÊNCIA DO PROFESSOR NA CONSTRUÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS

Segundo Fontes, Razuck e Razuck, (2022), sabe-se que a relação professor-aluno é imprescindível para o pleno desenvolvimento cognitivo da criança. Diante de uma visão humanística essa relação é a base para o desenvolvimento cognitivo e psíquico em sala de aula. O educador tem um papel muito importante por ser ele o facilitador, o mediador que conduz ao conhecimento, de forma que atenda às necessidades do educando (Fontes; Razuck; Razuck, 2022).



Neste sentido, o professor deve-se perceber como ser atuante na sociedade em que vive. Sendo o docente caracterizado como um referencial que tem o poder de influenciar, este precisa estar munido de embasamento teórico aliados à sua prática cotidiana para que possa influenciar e auxiliar os alunos a ter uma postura crítica, e assim contribuir para a formação do indivíduo (Razuck; Fontes; Razcuk, 2011).

O professor entra nesse contexto como um interlocutor, que, além do conhecimento e planejamento educacional, participa diariamente da vivência com as crianças, os responsáveis e a coordenação escolar (Fitarelli; Loss; Loro, 2023; Razuck, Fontes; Razcuk, 2011). Dessa maneira, Oliveira *et al.* (2020) destacam que o professor é um importante agente promotor da alimentação saudável no ambiente escolar, já que tem contato constante com os estudantes, e conhece a realidade e o contexto social e cultural da comunidade escolar.

Sob essa perspectiva, conforme argumentam Fontes, Razuck e Razuck (2022), o professor configura-se como um agente articulador com potencial singular de transformação na trajetória de seus estudantes. Tal potencial decorre não apenas do domínio do conhecimento técnico e pedagógico, mas também da compreensão da realidade sociocultural da comunidade em que está inserido. Além de mediar de forma eficaz o processo de ensino-aprendizagem, o docente promove uma postura emancipadora, atuando como referência comportamental e incentivando o diálogo, a escuta e o compartilhamento de experiências e opiniões no ambiente escolar (Fontes; Razuck; Razuck, 2022).

Dessa forma, Oliveira *et al.* (2020) afirmam que o professor é um ator importante na sociedade, posto que, a partir de seu conhecimento e embasamento, e mesmo às suas práticas, pode inspirar seus alunos a escolhas saudáveis.

Desse modo, quando o professor considera os contextos socioculturais dos alunos, valoriza os saberes populares e contribui para a construção de uma alimentação saudável, acessível e culturalmente adequada (Oliveira *et al.*, 2020; Fitarelli; Loss; Loro, 2023).

Portanto, a atuação docente na temática da alimentação saudável deve ir além da abordagem biológica, incorporando dimensões sociais, culturais e éticas da alimentação. Quando o professor assume uma posturaativa e crítica, pode estimular nos alunos uma consciência alimentar que considere o valor nutricional dos alimentos, os impactos ambientais e as influências da indústria alimentícia (Oliveira *et al.*, 2020; Fitarelli; Loss; Loro, 2023).

5 CONSIDERAÇÕES

Neste artigo, tratou-se de compreender a importância da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) na prática docente. Os objetivos específicos do presente estudo foram atingidos já que ao longo de toda produção reconheceu-se a atuação da prática docente na promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os alunos através da revisão sistemática de literatura.



Sendo assim, a partir dos resultados obtidos, pudemos compreender que através da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) podemos explorar uma engrenagem que move a humanidade ao longo de toda sua história. Dentro do tema *alimentação* é possível trabalhar vários conteúdos unindo diferentes disciplinas escolares, e propor atividades que possam contemplar diversos subtemas como: alimentação saudável, natureza e sustentabilidade, economia, tecnologias etc.

Neste sentido, a temática alimentação é tão fértil e tem um enorme potencial que abrange inúmeras possibilidades, é algo diretamente ligado ao cotidiano de todo ser humano, uma ação extremamente comum e básica para todos nós, e por isso, muitas vezes sua importância e complexidade passa desapercebida pela maioria das pessoas.

Diante disto, compreendemos que se faz necessário envolver os professores para que compreendam a necessidade de refletir e repensar constantemente sobre o tema, para que não se cometa o erro de um ensino baseado apenas no senso comum ou em modismos alimentares, mas sim, na ciência que existe na produção, preparo e consumo dos alimentos.

Dessa maneira, salienta-se a importância de dar continuidade aos estudos sobre a EAN no ambiente escolar e, principalmente, atendendo e orientando os professores. Além disso, é preciso investir, de maneira mais prática, na formação docente inicial e as formações continuadas, para que, através do conhecimento da legislação vigente e de práticas pedagógicas pautadas em um amplo conhecimento sobre a alimentação e sua relação com as diferentes áreas do conhecimento, professores possam colaborar para que crianças e adolescentes desenvolvam uma consciência alimentar crítica e responsável.

Diante do exposto, a elaboração do presente artigo, contribuiu para a formação acadêmica e profissional ao nos levar a refletir criticamente sobre a EAN na prática docente. Com isto, pudemos compreender ainda melhor a importância da escola na promoção de hábitos saudáveis e no desenvolvimento integral dos alunos, além de ampliarmos nosso repertório pedagógico reconhecendo o valor de práticas interdisciplinares.



REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. 1. ed. São Paulo: Edições 70, 2011.

BRASIL. Lei nº 11947, de 16 de junho de 2009. Brasil, 16 jun. 2009. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/l11947.htm. Acesso em: 20 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 06 mar. 2025.

CERVATO-MANCUSO, Ana Maria; VINCHA, Kellem Regina Rosendo; SANTIAGO, Débora Aparecida. Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, [S.L.], v. 26, n. 1, p. 225-249, mar. 2016. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/cFCwkTrh6KxsDnDvSHDYy7m/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 mar. 2025.

CUNHA, Luana Francieli da. A importância de uma alimentação adequada na educação infantil, 2014. 34 f. Monografia (Pós-graduação em ensino de Ciências) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ibaiti, 2014. Disponível em: <https://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/handle/1/21702>. Acesso em: 11 mar. 2025.

FONTES, Priscila Galdino; RAZUCK, Renata Cardoso de Sá Ribeiro; RAZUCK, Fernando Barcellos. O professor como influenciador de hábitos alimentares saudáveis na escola. *Ensino, Saude e Ambiente*, [S.L.], v. 14, n. 2, p. 895-912, 27 fev. 2022. Pro Reitoria de Pesquisa, Pos Graduação e Inovação - UFF. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/ensinosaudeambiente/article/view/41265>. Acesso em: 12 mar. 2025.

FRANCO, Ana Carolina; BOOG, Maria Cristina Faber. Relação teoria-prática no ensino de educação nutricional. *Revista de Nutrição*, [S.L.], v. 20, n. 6, p. 643-655, dez. 2007. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/8Ds4mxBCZ3fRQ7R66ffKx3k/>. Acesso em: 11 mar. 2025.

FRIDRICH, Tanise Fitarelli Pandolfi; LOSS, Adriana Salete; LORO, Alexandre Paulo. Educação alimentar e nutricional na pedagogia: uma atividade interdisciplinar. *Revista Eletrônica Científica Ensino Interdisciplinar*, [S. l.], v. 9, n. 29, 2023. Disponível em: <https://periodicos.apps.uern.br/index.php/RECEI/article/view/4308>. Acesso em: 08 mar. 2025.

GALVÃO, Maria Cristiane Barbosa; RICARTE, Ivan Luiz Marques. Revisão Sistemática da Literatura: Conceituação, Produção e Publicação. Logeion: Filosofia da Informação, Rio de Janeiro, RJ, v. 6, n. 1, p. 57–73, 2019. Disponível em: <https://revista.ibict.br/fiinf/article/view/4835>. Acesso em: 15 abr. 2025.

GALVÃO, Taís Freire; PEREIRA, Mauricio Gomes. Revisões Sistemáticas da Literatura: Passos para sua Elaboração. *Epidemiol. Serv. Saúde*, Brasília, v. 23, n. 1, p. 183-184, mar. 2014. Disponível em: http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742014000100018&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 15 abr. 2025.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. Métodos de Pesquisa. Porto Alegre: Ufrgs, 2009. 120 p. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2025.



GIL, Antonio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. 57 p. Disponível em: <https://home.ufam.edu.br/salomao/Tecnicas%20de%20Pesquisa%20em%20Economia/Textos%20de%20apoio/GIL,%20Antonio%20Carlos%20-%20Como%20elaborar%20projetos%20de%20pesquisa.pdf>. Acesso em: 17 mar. 2025.

JACOBI, Pedro. Educação ambiental, cidadania e sustentabilidade. Cadernos de Pesquisa, São Paulo, n. 118, p. 189-205, mar. 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/kJbkFbyJtmCrfTmfHxktgnt/?lang=pt>. Acesso em: 01 maio 2025.

LORENZI, Hayde Raquel. Educação Alimentar e Nutricional, por que te quero? Percepções de educadores de uma escola privada de porto alegre sobre as possibilidades e dificuldades da prática da educação alimentar e nutricional no cotidiano escolar. 2023. 125 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação em Ciências, Ciências Básicas da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2023. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/257491>. Acesso em: 03 maio 2025.

LORENZI, Hayde Raquel; PINO, José Cláudio del; OLIVEIRA, Luciana Dias de. Educação alimentar e nutricional como uma prática na escola: A visão do professor. Research, Society And Development, [S.I.], v. 12, n. 3, p. e9712340180, fev. 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/40180>. Acesso em: 27 fev. 2025.

MINAYO, Maria Cecilia de Souza. Pesquisa Social: teoria, método e criatividade. 21. ed. Petrópolis: Vozes, 2002. 80 p. Disponível em: <https://wp.ufpel.edu.br/franciscovargas/files/2012/11/pesquisa-social.pdf>. Acesso em: 19 mar. 2025.

MOREIRA, Anaflor; BENEDETTI, Nicolas Charon Moeda; SARON, Margareth Lopes Galvão; NEVES, Alden dos Santos; DE SOUZA, Elton Bicalho. A influência do estado nutricional e ingestão alimentar na aprendizagem escolar. Cadernos UniFOA, Volta Redonda, v. 10, n. 29, p. 105–113, 2015. Disponível em: <https://revistas.unifoा.edu.br/cadernos/article/view/370>. Acesso em: 6 mar. 2025.

MOURA, Francisco Nunes de Sousa; BEZERRA, José Arimatea Barros; LEITE, Raquel Crosara Maia. A educação alimentar e nutricional em cursos de pedagogia do estado do Ceará: da formação acadêmica aos desafios de ensino por professores formadores. Revista de Educação, Ciência e Tecnologia, Ceará, v. 12, n. 1, p. 1-19, jul. 2023. Disponível em: <https://periodicos.ifrs.edu.br/index.php/tear/article/view/6380>. Acesso em: 05 maio 2025.

MOURA, Francisco Nunes de Sousa; LEITE, Raquel Crosara Maia. A educação alimentar e nutricional em questão: desdobramentos na formação inicial de professores pedagogos. Research, Society And Development, [S.L.], v. 9, n. 2, p. e109922141, 1 jan. 2020. Research, Society and Development. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/4666>. Acesso em: 27 mar 2025.

OLIVEIRA, Ivana Campos; VASQUES-MENEZES, Ione. Revisão de literatura: o conceito de gestão escolar. Cadernos de Pesquisa, [S.L.], v. 48, n. 169, p. 876-900, set. 2018. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/h8K6zLFps4LjXwjkqnBGPyD>. Acesso em: 18 mar. 2025.

OLIVEIRA, Raquel Peres de; OLIVEIRA, Rainara de Souza; MATOS, Sergio de Almeida; FIGUEIRA, Luciene Peres; CONCEIÇÃO, Naiane Silva da; VIEIRA, Regina Coeli da Silva. Educação Nutricional como disciplina pedagógica no âmbito escolar infantil. Revista Ensino Saúde e Biotecnologia da Amazônia, Amazonas, v. 2, n. 2, p. 35-49, dez. 2020. Disponível em: <https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/resbam/article/view/6784/6186>. Acesso em: 13 mar. 2025.



PIASSETZKII, Cláudia Thomé da Rosa; BOFF, Eva Teresinha de Oliveira; ANASTÁCIO, Zélia Ferreira Caçador. Educação alimentar e nutricional: uma possibilidade de trabalho em equipe. *Revista Portuguesa de Educação*, [S.I.], v. 36, n. 1, p. e23012, maio 2023. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/rpe/article/view/26059/22315>. Acesso em: 27 fev. 2025.

RAZUCK, Renata Cardoso de Sá Ribeiro; FONTES, Priscila Galdino; RAZUCK, Fernando Barcellos. A influência do professor nos hábitos alimentares. In: *Encontro Nacional de Pesquisa em Educação em Ciências*, 8., 2011, Campinas, SP. Anais. Disponível em: http://abrapecnet.org.br/atas_enpec/viiienpec/resumos/R0048-2.pdf. Acesso em: 25 mar. 2025.

RAZUCK, Renata Cardoso de Sá Ribeiro; RAZUCK, Fernando Barcellos. Saúde escolar: a discussão da obesidade na escola. In: *Anais III ENEBIO*, Fortaleza, 2010. Disponível em: https://www.sbenbio.org.br/publicacoes/anais/III_Enebio/A030. Acesso em: 11 mar. 2025.

SANTOS, Flávio Rêgo dos; LAMEGO, Caio Roberto Siqueira; SANTOS, Maria Cristina Ferreira dos. Educação Alimentar e Nutricional na Escola: Concepções Discentes sobre o Aproveitamento de Alimentos. *Ciências & Ideias*, [S.I.], v. 14, n. 01/12, p. e23141965, ago. 2023. Disponível em: <https://revistascientificas.ifrj.edu.br/index.php/reci/article/view/1965/2228>. Acesso em: 27 fev. 2025.

SCARPARO, Ana Luiza Sander; MARQUES, Tania Beatriz Iwaszko; PINO, José Cláudio del. Crenças de profissionais vinculados à área de educação sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar. *Brazilian Journal Of Health Review*, [S.I.], v. 4, n. 2, p. 6789-6807, mar. 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/27323/21623>. Acesso em: 27 fev. 2025.

VALLE, Paula do; CHAMON, Edna Maria Querido de Oliveira; RODRIGUES, Alexandra Magna. Representações sociais sobre educação alimentar e nutricional para professores. *Profanações*, [S. I.], v. 7, n. esp.2, p. 83–101, 2020. Disponível em: <https://www.periodicos.unc.br/index.php/prof/article/view/3019>. Acesso em: 27 fev. 2025.

WEIRICH, Juciele; MENTI, Magali de Moraes. Inclusão da educação alimentar e nutricional nos currículos escolares. *Research, Society And Development*, [S.L.], v. 11, n. 10, p. e545111033042, 10 ago. 2022. Research, Society and Development. Disponível em: <https://rsdjurnal.org/index.php/rsd/article/view/33042>. Acesso em: 05 maio 2025.